

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 126

КАРТОТЕКА ПОДВИЖНЫХ ИГР ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-7 ЛЕТ.



Составитель:
Тихомирова Светлана Владимировна
должность: воспитатель

Екатеринбург

Картотека подвижных игр для детей 5-7 лет.

«ЛОВИШКИ» (Бег)

Задачи: Учить детей бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, действовать по сигналу быстро. Развивать ориентировку в пространстве, умение менять направление.

Описание игры: Дети строятся в круг, у каждого имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга стоит Ловишка. По сигналу воспитателя: «Раз, два, три – лови!» дети разбегаются по площадке. Ловишка старается вытянуть ленточку. По сигналу: «Раз, два, три в круг скорей беги – все дети строятся в круг». После подсчета пойманных, игра повторяется.

Варианты: Чертится круг в центре стоит Ловишка. По сигналу «Раз, два, три лови» дети перебегают круг, а Ловишка пытается схватить ленту.

«УГОЛКИ» (бег)

Задачи: Учить детей перебегать с места на место быстро, незаметно для ведущего. Развивать ловкость, быстроту движений, ориентировку в пространстве. **Описание игры:** Дети становятся возле деревьев или в кружочках, начерченных на земле. Один из играющих оставшийся в середине, подходит к кому – либо и говорит: «Мышка, мышка продай мне свой уголок». Та отказывается. Водящий идёт с теми же словами к другому. В это время остальные дети меняются местами, а водящий в середине старается занять место одного из перебегающих. Если это ему удастся, оставшийся без уголка становится на середину.

Варианты: Если водящему долго не удаётся занять место, воспитатель говорит: «Кошка!» все дети одновременно меняются местами, водящий успевает занять уголок. Нельзя долго стоять в своём уголке.

«ПАРНЫЙ БЕГ» (бег)

Задачи: Учить детей бегать в парах, не расцепляя рук, огибать предметы. Развивать ловкость, внимание.

Описание игры: Дети стоят в колоннах парами на одной стороне площадки за чертой. На другой стороне площадки поставлены предметы (кегли, кубы и т.д.), по числу звеньев. По сигналу воспитателя первые пары детей, взявшись за руки, бегут до предметов огибают их и возвращаются в конец своей колонны. По следующему сигналу бегут вторые пары. Пара разъединившая руки, считается проигравшей.

Варианты: Бежать с захлестом голени. Бег между предметами змейкой до ориентира.

«МЫШЕЛОВКА» (бег)

Задачи: Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге, приседании, построении в круг, ходьбе по кругу. Способствовать развитию речи.

Описание: Играющие делятся на 2 неравные группы. Меньшая, образует круг – мышеловку. Остальные – мыши, они находятся вне круга. Играющие, изображающие мышеловку берутся за руки и начинают ходить по кругу, приговаривая «Ах как мыши надоели, все погрызли, все поели. Берегитесь же плутовки, доберемся мы до вас, вот поставим мышеловку – переловим всех сейчас». Дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее, по слову воспитателя «Хлоп» дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают – мышеловка захлопнулась. Играющие, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Пойманные мыши переходят в круг и увеличивают размер мышеловки. Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями.

Правила: Лиса может ловить кур, а куры могут взбираться на насест только по сигналу воспитателя «Лиса!».

Варианты: Увеличить число ловишек – 2 лисы. Курам взбираться на гимнастическую стенку.

«МЫ ВЕСЁЛЫЕ РЕБЯТА» (бег)

Задачи: Учить детей действовать по сигналу, перебегать с одной стороны площадки на другую быстро с увёртыванием. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.

Описание: Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне также проводится вторая черта. В центре площадки находится Ловишка. Игроку и хором произносят:

«Мы весёлые ребята, Любим бегать и скакать,
Ну, попробуй нас догнать.
Раз, два, три, лови!»

После слова «лови» дети перебегают на другую сторону площадки, а Ловишка их ловит. Тот, кого Ловишка успеет осалить, прежде чем тот пересечёт черту, считается пойманным, отходит в сторону и пропускает одну перебежку.

Варианты: Дети идут по кругу и проговаривают текст. Ловишка в центре. Разбегаются разными видами бега.

«ГУСИ - ЛЕБЕДИ» (бег)

Задачи: Учить детей перебегать с одной стороны площадки на другую, чтобы не запятали. Развивать умение действовать по сигналу, ловкость, быстроту.

Описание: На одном краю зала обозначается дом, в котором находятся гуси, на противоположной стороне зала стоит пастух. Сбоку от дома логово, в котором живёт волк, остальное место луг. Выбираются дети на роль волка, пастуха, остальные дети изображают гусей. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся и летают.

Герои Слова и действия героев Пастух гуси, гуси!
Гуси останавливаются и отвечают хором: га-га-га. Пастух есть
хотите!
Гуси да, да, да!
Пастух так летите же домой.
Гуси нам нельзя, серый волк под горой не пускает нас домой, зубы точит
съесть нас хочет.
Пастух: так летите, как хотите только крылья берегите!
Гуси расправив крылья летят через луг домой, а волк выбежав из логова,
старается поймать гусей. Затем после 2-3 перебежек выбирается новый пастух и
волк.

«СДЕЛАЙ ФИГУРУ» (бег)

Задачи: Учить детей бегать врассыпную по залу, участку. Приучать менять движение по сигналу, развивать равновесие, умение сохранять неподвижную позу.

Описание: По сигналу воспитателя все дети разбегаются по залу. На следующий сигнал (удар в бубен) все играющие останавливаются на месте, где их застала команда, и принимают какую-либо позу. Воспитатель отмечает тех, чьи фигуры получились интереснее, наиболее удачными.

Варианты: Можно выбрать водящего, который будет определять, чья фигура интереснее сложнее, тех, кто каждый раз придумывает новые фигуры.

«КАРАСИ И ЩУКА» (бег)

Задачи: Учить детей ходить и бегать врассыпную, по сигналу прятаться за камешки, приседая на корточки. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.

Описание: Один ребёнок выбирается щукой, остальные делятся на две группы. Одна из них образует круг – это камешки, другая – караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за пределами круга. По сигналу воспитателя – щука – она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат занять место за кем-нибудь из играющих и присесть за камешки. Пойманные караси уходят за круг и подсчитываются. Игра повторяется с другой щукой.

Варианты: Караси плавают не только в кругу, но и между камней, щука находится в стороне. Можно выбрать две щуки.

«ВСТРЕЧНЫЕ ПЕРЕБЕЖКИ» (бег)

Задачи: Учить детей перебегать с одной стороны площадки на другую в быстром темпе. Развивать внимание, быстроту движений.

Описание: Две группы детей с равным количеством играющих становятся на противоположных сторонах площадки за линиями в шеренги (расстояние между детьми в шеренге не менее 1 метра). У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета – синие, жёлтые. По сигналу воспитателя: «Синие!» - дети с синими лентами бегут на противоположную сторону, стоящие напротив протягивают вперёд ладоши и ждут, когда бегущие прикоснуться к ним рукой.

Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону, поворачивается и поднимает руку вверх.

Варианты: Можно добавить ещё два цвета – красный, зелёный.

«ХИТРАЯ ЛИСА» (бег)

Задачи: Развивать у детей выдержку, наблюдательность. Упражнять в быстром беге с увертыванием, в построении в круг, в ловле.

Описание: Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга отчерчивается дом лисы. Воспитатель предлагает играющим закрыть глаза, обходит круг за спинами детей и говорит: «Я иду искать в лесе хитрую и рыжую лису!», дотрагивается до одного из играющих, который становится хитрой лисой. Затем воспитатель предлагает играющим открыть глаза и внимательно посмотреть, кто из них хитрая лиса, не выдаст ли она себя чем-нибудь. Играющие 3 раза спрашивают хором, вначале тихо, а затем громче «Хитрая лиса, где ты?». При этом все смотрят друг на друга. Хитрая лиса быстро выходит на середину круга, поднимает руку вверх, говорит: «Я здесь». Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит. Пойманного лиса отводит домой в нору.

Правила: лиса начинает ловить детей только после того, как играющие в 3 раз хором спросят и лиса скажет: «Я здесь!». Если лиса выдала себя раньше, воспитатель назначает новую лису. Играющий, выбежавший за границу площадки, считается пойманным.

Варианты: Выбираются 2 лисы.

«ПУСТОЕ МЕСТО» (бег)

Задачи: Учить детей быстро бегать наперегонки в противоположные стороны. Развивать быстроту реакции, внимание.

Описание: Играющие становятся в круг, положив руки на пояс, - получают окошки. Выбирается водящий. Он ходит вне круга и говорит:

«Вокруг домика хожу, и в окошечки гляжу, к одному я подойду, и тихонько постучу».

После слов постучу, водящий останавливается, заглядывает в окошко и говорит: тук, тук, тук. Стоящий впереди спрашивает: «Кто пришёл?» водящий называет своё имя. Стоящий в кругу спрашивает: «Зачем пришёл?» водящий отвечает: «Бежим наперегонки» – и оба бегут вокруг играющих в разные стороны. В кругу оказывается пустое место. Тот, кто добежит до него первым, остаётся в кругу, опоздавший становится водящим, и игра продолжается.

Варианты: Водящий просто ходит за кругом и кладёт руку на плечо кому-нибудь, с ним и бегут в разные направления, стараясь занять пустое место.

«ЗАТЕЙНИКИ»

Задача: Учить детей ходить по кругу, взявшись за руки вправо, влево.

Повторять движения за водящим. Развивать внимание, память, творчество.

Описание игры: Выбирается водящий – затейник, который встает в центр круга, образованный детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу и произносят: «Ровным кругом друг за другом мы идём за шагом шаг».

Стой на месте дружно вместе Сделаем вот так...»

Дети останавливаются, опускают руки, а затейник показывает какое-нибудь движение и все должны его повторить. Игра повторяется с другим затейником.

Правила: Точно выполнять движения за затейником.

«БЕЗДОМНЫЙ ЗАЯЦ» (бег)

Задачи: Развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.

Описание игры: Из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы образуют «свой домик» (два зайца держаться за руки, создавая домик). Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой «домик»; К кому бездомный заяц встанет спиной тот и становится водящим. Если охотник поймает, то меняются ролями.

Правила:

- * Охотник может ловить зайца только вне логова.
- * Пробежать зайцам через логово нельзя.
- * Если заяц вбежал в логово, он должен там остаться.
 - * Как только заяц вбежал в логово, находящийся там игрок должен немедленно выбежать.
- * Игроки, образующие кружок, не должны мешать зайцам вбегать и убегать.

«НЕ ОСТАВАЙСЯ НА ПОЛУ» (прыжки)

Задачи: Учить детей бегать по залу враспынную, запрыгивать на кубы, скамейки без помощи рук, спрыгивать с них легко на носки полусогнутые ноги. Закрепить умение действовать по сигналу. Развивать ловкость, быстроту.

Описание игры: Выбирается Ловишка, который бегают по залу вместе с детьми. Как только воспитатель произнесёт - «Лови!» - все убегают от ловишки и взбираются на предметы –скамейки, кубы, пеньки. Ловишка старается осалить убегающих. Дети, до которых дотронулся Ловишка отходят в обусловленное место.

Варианты: Выбирается 2 ловишки, бегают разными видами бега, использовать музыкальный сигнал.

«КТО СДЕЛАЕТ МЕНЬШЕ ПРЫЖКОВ» (прыжки)

Задачи: Учить детей прыгать в длину, делая сильный взмах руками, отталкиваясь и приземляясь на обе ноги. Развивать силу толчка, укреплять мышцы ног.

Описание игры: На площадке обозначают две линии на расстоянии 5-6 метров. Несколько детей встают к первой линии и по сигналу прыгают до второй линии, стараясь достичь её за меньшее число прыжков. Ноги слегка расставить и приземляться мягко на обе ноги.

Варианты: Увеличить дистанцию до 10м. (это в среднем 8-10 прыжков).

«УДОЧКА» (прыжки)

Задачи: Учить детей подпрыгивать на двух ногах стоя на месте, приземляясь на носки, полусогнутые ноги. Развивать ловкость, быстроту, глазомер.

Описание игры: Дети стоят по кругу в центре воспитатель. Он держит в руках верёвку на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает верёвку над самым полом, дети подпрыгивают на двух ногах вверх, так чтобы мешочек не задел их ног. Описав 2-3 круга делается пауза и подсчитываются пойманные.

Варианты: Тех детей кого поймали, выходят из игры, так пока не останутся самые ловкие.

«С КОЧКИ НА КОЧКУ» (прыжки)

Задачи: Учить детей перебираться с одной стороны площадки на другие прыжки с кочки на кочку на двух или одной ноге. Развивать силу толчка, умение сохранять равновесие на кочке, ловкость.

Описание игры: На земле чертят две линии – два берега, между которыми болото. Играющие распределяются парами на одном и другом берегу.

Воспитатель чертит на болоте кочки (плоские кольца) на разном расстоянии друг от друга: 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90см. двое детей по сигналу прыгают с кочки на кочку отталкиваясь двумя ногами или одной, не становясь между кочками. стараясь перебраться на берег. Тот, кто оступился, остаётся в болоте. Выходит, следующая пара, когда все выполняют задание, воспитатель назначает, кому выводить детей из болота. Тот подаёт увязшему ребёнку руку и показывает прыжками путь выхода из - болота.

Варианты: Соревнование: «Кто быстрее переберётся через болото».

«КРАСКИ» (прыжки)

Задачи: Учить детей бегать, стараясь, чтобы не догнали, прыгать на одной ноге, приземляясь на носок полусогнутую ногу. Развивать ловкость, быстроту движений, умение менять направление во время бега.

Описание игры: Участники игры выбирают хозяина и двух покупателей.

Остальные игроки – краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его хозяину. Когда все краски выбрали себе цвет и назвали хозяину, он приглашает одного из покупателей. Покупатель стучит:

-Тук! Тук!

-Кто там?

-Покупатель.

-Зачем пришёл?

- За краской.

-За какой?

-За голубой.

Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки, поноси да назад принеси!» если покупатель угадал цвет краски, то краску забирает себе. Идёт второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. И так они подходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель, который набрал больше краски. Хозяин может придумать задание

сложнее задание, например, скачи на одной ножке по красной дорожке.

Варианты: Разговор повторяется, если покупатель угадал краску продавец говорит сколько стоит, и покупатель столько раз хлопает продавца по вытянутой ладони. С последним хлопком ребёнок, изображавший краску убегает, а покупатель догоняет его и, поймав, отводит в условленное место.

«КТО СКОРЕЕ ДОБЕРЁТСЯ ДО ФЛАЖКА» (прыжки, эстафета)

Задачи: Учить детей действовать по сигналу, прыгать на двух ногах с продвижением вперёд, подлезать под дугу удобным способом, бегать на перегонки. Развивать умение соревноваться, передавать эстафету.

Описание игры: Дети распределяются на три колонны поровну. На расстоянии 2м от исходной черты ставятся дуги или обручи, можно натянуть шнур, затем на расстоянии 3м. ставятся флажки на подставке. Даётся задание: по сигналу воспитателя выполнить подлезание под дугу, затем прыжками на двух ногах допрыгать до флажка, обогнуть его и бегом вернуться в конец своей колонны.

Варианты: Вводится усложнение: натягивается верёвка на высоте – 60см, дети не касаясь руками пола подлезть под шнуром.

«МЕДВЕДЬ И ПЧЁЛЫ» (лазанье)

Задачи: Учить детей лазить по гимнастической стенке, взбираться на скамейки, кубы без помощи рук, спрыгивать на носки, на полусогнутые ноги, бегать враспышную. Развивать ловкость, смелость, быстроту.

Описание игры: Дети делятся на две равные группы, одна – пчёлы, другая – медведи. На гимнастической стенке, скамейке, кубах находится улей, на другой стороне – луг, в стороне берлога медведей. По условному сигналу пчёлы вылетают из улья жужжат и летят на луг за мёдом. Как только пчёлы улетят на луг за мёдом, медведи выбегают из берлоги, забираются в улей и лакомятся мёдом. Воспитатель подаёт сигнал: «Медведи!» пчёлы летят к ульям, стараясь ужалить медведей, те убегают в берлогу, ужаленные медведи пропускают одну игру. После 2-3 повторений дети меняются ролями.

Правила: С гимнастической стенки нужно слезать, а не спрыгивать, не пропуская реек.

«ПОЖАРНЫЕ НА УЧЕНЬЕ» (лазанье)

Задачи: Учить детей лазить по гимнастической стенке удобным способом, не пропуская реек и не спрыгивая. Развивать согласованную работу рук и ног, быстроту, ловкость.

Описание игры: Дети строятся в 3-4 колонны лицом к гимнастической стенке – это пожарные. На каждом пролёте на одинаковой высоте подвешиваются колокольчики. По сигналу воспитателя – удар в бубен или слова «Марш!» дети, стоящие в колонне первыми, бегут к стенке взбираются по ней, звонят в колокольчик, спускаются вниз, затем возвращаются к своей колонне и встают в её конец. Воспитатель отмечает тех, кто быстрее всех выполнит задание. Затем по сигналу бегут вторые, стоящие в колонне. Следить за тем чтобы дети не пропускали реек, не спрыгивали.

«ОХОТНИКИ И ЗАЙЦЫ» (прыжки)

Задачи: Учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперёд в рассыпную, действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в зайцев. Развивать ловкость, глазомер.

Описание игры: Выбирается охотник, остальные дети – зайцы. На одной стороне площадки отводится место для охотника, на другой дом зайцев. Охотник ходит по залу, делая вид что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе. Зайцы выпрыгивают на двух ногах или на право, на левой поочерёдно в разных направлениях. По сигналу: «Охотник!» - зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мяч. Те, в кого он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом.

Варианты: Охотников может быть 2-3, и у зайцев дома нет они просто увёртываются от мяча.

«БРОСЬ ФЛАЖОК» (метание)

Задачи: Учить детей метать мешочки правой, левой рукой из-за головы стараться чтобы мешочек улетел как можно дальше. Развивать силу броска, глазомер.

Укреплять мышцы плечевого пояса.

Описание игры: Дети стоят в две шеренги друг за другом, в руках у первой шеренги мешочки с песком. Впереди на расстоянии 4-5м. стоят на одном уровне несколько флажков. Дети одновременно бросают мешочки из-за головы двумя руками или одной рукой, стараясь забросить их за линию флажков. Затем дети поднимают мешочки, бегут и передают своей паре. Бросает следующая шеренга, результаты сравниваются.

Варианты: Можно мешочки передавать своей паре перебрасыванием.

«ПОПАДИ В ОБРУЧ» (метание)

Задачи: Учить детей метать мешочки с песком в горизонтальную цель, правой левой рукой прицеливаясь. Развивать глазомер, точность броска.

Описание игры: Дети стоят по кругу диаметром 8-10м. через одного в руках мешочек с песком. В центре круга лежит обруч. По сигналу воспитателя дети, у которых в руках мешочки, передают их товарищам справа или слева по договорённости. Получив мешочки, дети бросают их стараясь попасть в обруч. Затем дети поднимают мешочки, и возвращаются на свои места в круг. Снова раздаётся сигнал, и дети передают мешочки своим соседям – вторым номерам.

Варианты: Забрасывать мешочки двумя одной рукой из-за головы, сидя, стоя на коленях.

«СБЕЙ КЕГЛЮ» (метание)

Задачи: Учить детей катать мяч, стараясь сбить кеглю с расстояния 1,5-2м., бегать за мячом, передавая другим детям. Развивать глазомер, силу точность броска.

Описание игры: На одной стороне зала чертят 3-4 кружка, в них ставят кегли. На расстоянии 1,5-2м., от них обозначают шнуром линию. 3-4 ребёнка подходят к линии становятся напротив кеглей, берут по мячу и катят, стараясь сбить кеглю.

Затем бегут, ставят кегли, берут мячи и приносят их следующим детям.

Варианты:

1. Бросать мяч правой, левой рукой, отталкивать ногой.
2. Кегли ставят за линией в определённом порядке: в один ряд вплотную к друг к другу, высокая кегля в середине. В один ряд одна от другой на небольшом расстоянии -5-10см; в небольшой кружок, большая кегля в центре. В два ряда большая кегля между рядами; квадратом, большая в центре и т. Д. на расстоянии 2-3 метра от линии, на которой расположены кегли, чертят 2-3 линии, с которых игроки сбивают кегли. Дети, соблюдая очерёдность, начинают прокатывать шары с самой ближней линии. Выигрывает тот, кто больше всех собьёт кеглей с ближней линии. Он начинает прокатывать мячи со второй линии. И т.д.

«МЯЧ ВОДЯЩЕМУ» (метание)

Задачи: Учить детей ловить мяч, брошенный водящим руками, не прижимая к груди. Бросать мяч двумя руками от груди. Развивать глазомер, моторику рук, быстроту, точность броска.

Описание игры: Дети делятся на 2-3 группы и выстраиваются в круг, в центре каждого круга стоит водящий с мячом в руках. По сигналу воспитателя водящие перебрасывают поочерёдно детям мяч двумя руками от груди и получают его обратно. Когда мяч обойдёт всех игроков, то он поднимает его над головой и говорит: «Готово!»

Варианты: Мяч водящий бросает не по порядку, а в разную, выигрывает группа, у которой ни разу не упадёт мяч.

«ШКОЛА МЯЧА» (метание)

Задачи: Закрепить умение детей выполнять разные действия с мячом. Развивать координацию движений, глазомер, ловкость.

Описание игры: Подбросить мяч вверх и поймать его одной рукой.

- Ударить мяч о землю и поймать одной рукой.
- Подбросить вверх, хлопнуть в ладоши и поймать его двумя руками.
- Ударить о стену и поймать его одной рукой.
- Ударить о стену, поймать его одной рукой, после того как он ударится о землю.
- Ударить мяч о стену, хлопнуть в ладоши и поймать одной рукой.
- Ударить мяч о стену так чтобы он отскочил под углом в сторону партнёра, который должен поймать его.
- Ударить мяч, о стену бросив его из-за спины, из-за головы, из-под ноги и поймать его.

«СЕРСО» (метание)

Задачи: Учить детей бросать деревянные кольца, стараясь их забросить на «кий» (деревянная палка), развивать ловкость, глазомер.

Описание игры: Играют двое. Один при помощи кия бросает деревянные кольца, а другой ловит их на кий, можно сначала подбрасывать их рукой и

ловить на руку, а затем использовать кий. Выигрывает тот, кто больше поймает колец.

Варианты: При большом количестве игроков дети делятся на пары и становятся друг против друга на расстоянии 3-4м.

«ЭСТАФЕТА ПАРАМИ» (бег, эстафета)

Задачи: Учить детей бегать в парах, держась за руки стараясь прибежать к финишу вперёд своих соперников. Развивать выносливость, ловкость.

Описание игры: Дети становятся в 2 колонны парами за линию на одной стороне площадки. На противоположной стороне ориентиры. По сигналу первые пары, взявшись за руки, бегут до ориентиров, обегают их и возвращаются в конец колонны. Выигрывает та колонна, игроки которой быстрее выполнят задание и не разъединят руки во время бега.

Варианты: Дети встают спиной друг к другу и сцепляются локтями.

«ДОРОЖКА ПРЕПЯТСТВИЙ» (прыжки, лазанье)

Задачи: Продолжать учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперёд; совершенствовать навыки пролезания под дугами; совершенствовать координацию движений.

Описание: Дети стоят в две колонны и выполняют задания воспитателя по очереди. Когда будет выполнено задание до конца, игрок передаёт эстафету следующему, хлопнув его по ладони.

1) Пройти по бревну.

2) Пролезть под дугами.

3) Прыжки из обруча в обруч.

Правила: Следующему игроку необходимо дождаться, когда предыдущий игрок выполнит эстафету до конца.

«ПРОНЕСИ МЯЧ, НЕ ЗАДЕВ КЕГ ЛЮ» (прыжки)

Задачи: Продолжать учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперёд.

Описание: Участники делятся на две команды. Линии старта и финиша отмечаются на расстоянии 14 - 16 м одна от другой, вдоль линии по центру устанавливаются две-три кегли. Направляющие команд зажимают между ногами (выше коленей) волейбольный или набивной мяч. По сигналу направляющие начинают продвигаться вперед прыжками огибая кегли таким образом, чтобы не задеть их и, достигнув противоположной линии старта, передают мячи направляющим встречных колонн. Так действуют все игроки. Участники, закончившие эстафету, становятся в конец колонны. Выигрывает команда, игроки которой быстрее закончат эстафету.

Правила: Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, зажать ногами и только тогда продолжить эстафету.

«ЗАБРОСЬ МЯЧ В КОЛЬЦО» (метание)

Задачи: Продолжать учить детей бросать мяч в вертикальную цель (кольцо). Развивать глазомер, точность броска.

Описание: Команды построены в одну колонну по одному перед баскетбольными щитами на расстоянии 2 – 3 метра. За сигналом первый номер выполняет бросок мяча по кольцу, затем кладет мяч, а второй игрок тоже берет мяч и бросает его в кольцо и так далее. Выигрывает та команда, которая больше всех попала в кольцо.

«КТО СКОРЕЕ ПРОПОЛЗЁТ ЧЕРЕЗ ОБРУЧ К ФЛАЖКУ?»

(бег, лазанье, прыжки, эстафета)

Задачи: Учить детей действовать по сигналу, прыгать на двух ногах с продвижением вперёд, подлезать под дугу удобным способом, бегать на перегонки. Развивать умение соревноваться, передавать эстафету.

Описание игры: Дети распределяются на три колонны поровну. На расстоянии 2м от исходной черты ставятся дуги или обручи, можно натянуть шнур, затем на расстоянии 3м. ставятся флажки на подставке. Дается задание: по сигналу воспитателя выполнить подлезание под дугу, затем прыжками на двух ногах допрыгать до флажка, обогнуть его и бегом вернуться в конец своей колонны.

Варианты: Вводится усложнение: натягивается верёвка на высоте – 60см, дети, не касаясь руками пола подлезть под шнуром.

«КОРШУН И НАСЕДКА»

Задачи: Учить детей двигаться в колонне, держась друг за друга крепко, не разрывая сцепления. Развивать умение действовать согласованно, ловкость.

Описание игры: В игре участвуют 8-10 детей, одного из игроков выбирают коршуном, другого наседкой. Остальные дети – цыплята, они становятся за наседкой, образуя колонну. Все держаться друг за друга. В стороне гнездо коршуна. По сигналу он вылетает из гнезда и старается поймать цыплёнка, стоящего в колонне последним. Наседка, вытягивая руки в стороны, не даёт коршуну схватить цыплёнка. Все цыплята следят за движениями коршуна и быстро двигаются за наседкой. Пойманный цыплёнок идёт в гнездо коршуна.

Варианты: Если детей много можно играть двумя группами.

«ДВА МОРОЗА» (бег)

Задачи: Учить детей перебегать в рассыпную с одной стороны площадки на другую, увёртываясь от ловишки, действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу. Развивать выдержку, внимание. Закрепить бег с захлестом голени, боковой галоп.

Описание игры: На противоположных сторонах площадки обозначается два дома, в одном из них находятся игроки. Посередине площадки лицом к ним становится водящие – Мороз- красный нос, он говорит:

«Я мороз – красный нос.

Кто из вас решится

В путь дороженьку пуститься?»

Дети отвечают хором:

«Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз»

После этого они перебегают через площадку в другой дом, мороз их догоняет и старается заморозить. Замороженные останавливаются на том месте, где их

настиг мороз, и стоят так до окончания пробежки. Мороз подсчитывает, сколько играющих удалось при этом заморозить, учитывается, что играющие выбежавшие из дома до сигнала или оставшиеся после сигнала, тоже считаются замороженными.

Варианты: Игра протекает так же, как и предыдущая, но в ней два мороза (Мороз-Красный нос и Мороз-Синий нос). Стоя посередине площадки лицом к детям, они произносят:

Мы два брата молодые,
Два мороза удалые,
Я Мороз - Синий нос.
Я Мороз-Красный нос,
Кто из вас решится
В путь-дороженьку пуститься?

«ГОРИ, ГОРИ ЯСНО!» (бег)

Описание игры: Количество игроков: четное. Играющие, выстраиваются парами друг за другом — в колонку. Игроки берутся за руки и поднимают их вверх, образуя «ворота». Последняя пара проходит «под воротами» и становится впереди, за ней идет следующая пара. «Горящий» становится впереди, шагов на 5—6 от первой пары, спиной к ним. Все участники поют или приговаривают:

Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло!
Глянь на небо, Птички летят,
Колокольчики звенят:
— Дин - дон, дин - дон, Выбегай скорее вон!

По окончании песенки двое играющих, оказавшись впереди, разбегаются в разные стороны, остальные хором кричат:

Раз, два, не воронь, А беги, как огонь!

«Горящий» старается догнать бегущих. Если игрокам удастся взять друг друга за руки, прежде чем одного из них поймает «горящий», то они встают впереди колонны, а «горящий» опять ловит, т. е. «горит». А если «горящий» поймает одного из бегущих, то он встает с ним, а водит игрок, оставшийся без пары.

«КОЛЬЦЕБРОСЫ» (метание)

Задачи: Учить детей набрасывать кольца на колышки, стараясь набросить как можно больше колец. Развивать глазомер, ловкость, выдержку.

Описание игры: Дети договариваются, по сколько колец будет бросать каждый, становятся в порядке очередности за первую линию, набрасывают кольца на колышки. После того как все игроки выполняют задание подсчитывают, кто больше колец забросил на колышки.

Варианты:

- Дети встают у второй линии и бросают кольца.
- Кольцебросы могут быть настольными, маленьких размеров.

«ПАСТУХ И СТАДО»

Цель: Закрепить у детей умение ползать на четвереньках по прямой. Развивать внимание.

Описание: Дети изображают стадо (коров, телят). Выбирают пастуха. Ему вручают пастушью шапку, хлыст и рожок. Стадо собирается на скотном дворе. Пастух стоит в отдалении. Воспитатель произносит:

Ранним – рано поутру

Пастушок: «Ту – ру – ру – ру!»

А коровки в лад ему

Затянули: «Му – му – му!»

На слова «ту-ру-ру-у» пастушок играет в рожок, после слов «му-му-му» коровки мычат. Затем дети становятся на четвереньки, и стадо идет на зов пастуха. Он гонит их в поле (на другую сторону площадки). Там стадо пасется некоторое время, затем пастух гонит его обратно в хлев. Выбирают нового пастуха. Игра повторяется 2—3 раза.

Указания. Для игры нужна достаточно просторная площадка. Дети не должны сбиваться в одно место.

«ПОСПЕШИ, НО НЕ УРОНИ» (эстафета)

Цель: Развивать равновесие. Формировать правильную осанку.

Описание: Дети (с мешочками песка на голове или на ладони вытянутой вперед руки) по 6—10 человек перебегают с одного конца площадки на другой, стараясь обогнать друг друга.

«ВСТРЕЧНЫЕ ПЕРЕБЕЖКИ» (бег)

Цель: Развивать у детей ловкость, быстроту. Учить выполнять правила игры.

Описание: Группа делится пополам. Играющие становятся на противоположных сторонах площадки за линиями в шеренгу на расстоянии не менее шага друг от друга. У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета – синие, желтые.

По сигналу воспитателя «синие», дети с синими ленточками бегут на противоположную сторону. Стоящие напротив дети протягивают вперед ладошки и ждут, когда бегущие прикоснуться к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону площадки, останавливается за чертой, поворачивается и поднимает руки вверх. И т.д.

«КТО ЛЕТАЕТ?» (малоподвижная игра)

Цель: Развивать внимание.

Описание: Дети с воспитателем стоят по кругу. Воспитатель называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают и не летают. Называя предмет, воспитатель поднимает руки вверх. Например, воспитатель говорит: «Ворона летает, стол летает, самолет летает» и т. д. Дети поднимают обе руки вверх и произносят слово «летает» только в том случае, если воспитатель назвал летающий предмет.

Указания. На роль водящего назначаются и дети. Игра проводится сначала в медленном темпе, затем в быстром.

«СВОБОДНОЕ МЕСТО» (бег)

Цель: Развивать ловкость, быстроту; умение не сталкиваться.

Описание: Играющие сидят на полу по кругу, скрестив ноги. Воспитатель вызывает двух рядом сидящих детей. Они встают, становятся за кругом спинами друг к другу. По сигналу «раз, два, три — беги» бегут в разные стороны, добегают до своего места и садятся. Играющие отмечают, кто первым занял свободное место. Воспитатель вызывает двух других детей. Игра продолжается.

Указания: Можно вызвать для бега и детей, сидящих в разных местах круга.

«ЛЯГУШКИ И ЦАПЛИ» (бег, прыжки)

Цель: Развивать у детей ловкость, быстроту. Учить прыгать вперед-назад через предмет.

Описание: Границы болота (прямоугольник, квадрат или круг), где живут лягушки, отмечаются кубами (сторона 20 см), между которыми протянуты веревки. На концах веревок мешочки с песком. Поодаль гнездо цапли. Лягушки прыгают, резвятся в болоте. Цапля (водящий) стоит в своем гнезде. По сигналу воспитателя она, высоко поднимая ноги, направляется к болоту, перешагивает веревку и ловит лягушек. Лягушки спасаются от цапли — они выскакивают из болота. Пойманных лягушек цапля уводит к себе в дом. (Они остаются там, пока не выберут новую цаплю.) Если все лягушки успеют выскочить из болота и цапля никого не поймает, она возвращается к себе в дом одна. После 2—3 игры выбирается новая цапля.

Указания: Вербки накладывают на кубы так, чтобы они могли легко упасть, если задеть их при прыжке. Упавшую веревку снова кладут на место. Играющие (лягушки) должны равномерно располагаться по всей площади болота. В игре могут быть и 2 цапли.

«ВОЛК ВО РВУ» (прыжки)

Цель: Учить детей перепрыгивать. Развивать ловкость.

Описание: Поперек площадки (зала) двумя параллельными линиями на расстоянии около 100 см одна от другой обозначен ров. В нем находится водящий — волк. Остальные дети — козы. Они живут в доме (стоят за чертой вдоль границы зала). На противоположной стороне зала линией отделено поле. На слова «Козы, в поле, волк во рву!» дети бегут из дома в поле и перепрыгивают по дороге через ров. Волк бежит во рву, стараясь осалить прыгающих коз. Осаленный ходит в сторону. Воспитатель говорит: «Козы, домой!» Козы бегут домой, перепрыгивая по пути через ров. После 2—3 перебежек выбирается или назначается другой водящий.

Указания: Коза считается пойманной, если волк коснулся ее в тот момент, когда она перепрыгивала ров, или если она попала в ров ногой. Для усложнения игры можно выбрать 2 волков.

«СТОП!»

Цель: Развивать внимание и быстроту. Воспитывать выдержку.

Описание: Все играющие становятся на линии, проведенной вдоль одной стороны площадки. На противоположной стороне кружком (диаметр 2—3 шага)

обозначается дом водящего. Водящий стоит спиной к детям и говорит: «Быстро шагай, смотри, не зевай! Стоп!» На каждое его слово все шагают вперед. Как только водящий произносит «Стоп!» — дети останавливаются, а водящий оглядывается и смотрит, кто не успел замереть на месте и шевельнулся. Он называет этих детей, они возвращаются на исходную линию. Затем водящий снова поворачивается спиной к играющим и говорит: «Быстро шагай...» Все продолжают шагать вперед с того места, где их застал сигнал «стоп».

Вернувшиеся на исходную линию двигаются оттуда. Игра продолжается до тех пор, пока кто-нибудь из детей не подойдет близко к водящему и не встанет в его дом раньше, чем он скажет: «Стоп!» Тот, кому это удастся, становится водящим. **Указания:** Водящий может произносить слова в любом темпе. Воспитатель следит, чтобы дети на каждое слово делали шаг, но не бежали и не прыгали.

Можно провести вариант игры с прыжками вперед на двух ногах.

«НАЙДИ И ПРОМОЛЧИ» (малоподвижная)

Цель: Развивать внимание. Воспитывать выдержку.

Описание: Дети стоят в шеренге лицом к воспитателю. Он предлагает им повернуться и закрыть глаза, а сам в это время прячет какой-нибудь предмет. По разрешению воспитателя дети поворачиваются, открывают глаза и приступают к поискам спрятанного предмета. Нашедший предмет подходит к воспитателю и тихо на ухо говорит, где он его нашел. Если он сказал правильно, то отходит в сторону. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не найдут спрятанный предмет.

Указания: Воспитатель поручает прятать предмет и самим детям. Если кто-то затрудняется в поисках, можно подсказывать ему, говоря «холодно» или «жарко».

«ФИЛИН И ПТАШКИ» (бег)

Цель: Развивать у детей ловкость и быстроту.

Описание: Закрепить название птиц.

Играющие выбирают филина, он прячется в свое гнездо. Подражая крику той птицы, которую выбрали, играющие «летят» по площадке. На сигнал «Филин!» все птицы стараются улететь в свои гнезда. Если филин успеет кого-то поймать, то он должен угадать, какая это птица, и только тогда пойманный становится филином.

Указания: Перед началом игры, играющие называют птиц, голосу которых смогут подражать. Гнезда птиц и филина лучше устраивать на высоких предметах. Прячутся каждый в своем гнезде.

«ЗЕМЛЯ, ВОДА, ВОЗДУХ» (метание)

Цель: Учить детей ловить мяч. Развивать ловкость и внимание, быстроту. Закрепить название рыб, птиц.

Место и инвентарь: Зал, площадка; малый мяч.

Подготовка к игре: Играющие садятся по кругу. Руководитель с мячом в руках становится в середине круга.

Описание игры: Игра начинается по указанию руководителя, который бросает любому из игроков малый мяч, называя одно из слов: земля, вода, воздух. Например, он говорит: «Вода». Игрок, которому руководитель бросил мяч, должен поймать его и быстро назвать рыбу или животное, живущее в воде (например, щука). Если учитель называет слово «воздух», то нужно назвать какую-нибудь птицу. После этого игрок бросает мяч другому игроку, называя одно из указанных слов. Можно в промежутке сказать: «Огонь». Тогда игрок должен ответить: «Горит, горит!» Игрок, допустивший ошибку, садится на расстоянии одного шага за круг и сидит до тех пор, пока кто-нибудь из игроков не допустит ошибку. Тогда тот садится за круг, первый идет на свое место в кругу.

Побеждает игрок, ни разу не допустивший ошибку.

«ИГОЛКА И НИТКА» (эстафета)

Цель: Учить действовать согласованно в группе.

Подготовка к игре: Для игры надо приготовить две бутафорские иглы (длиной 100—120 см) и два клубка цветного шнура (тонкой веревки).

Играющие выстраиваются в две шеренги (по 10—12 человек в каждой) одна против другой. Первым номерам каждой шеренги дается по игле, а последним номерам — по клубку шнура.

Описание игры: По сигналу, разматывая клубок (его игрок из рук не выпускает), конец шнура передают из рук в руки вдоль шеренги. Когда он попадает к первому игроку, тот продевает его сквозь ушко иглки и возвращает второму, который передает его дальше вдоль шеренги в обратном направлении. Когда конец шнура вернется к последнему игроку и шнур, продетый сквозь иглу, окажется сложенным вдвое, все поворачиваются направо (или налево) и вслед за ведущим, держась за нитку (как гласит русская поговорка: «Куда иголка, туда и нитка»), быстрым шагом обходят площадку по периметру (границы должны быть обозначены) и возвращаются на прежнее место. Побеждает команда, раньше выполнившая задание (если все правила соблюдены точно).

«БЕГ СОРОКОНОЖЕК» (Эстафета с веревкой)

Цель: Учить детей действовать согласованно. Развивать у детей чувство команды.

Подготовка к игре: Играющие делятся на 2—3 команды по 10—12 человек.

Каждая команда получает длинную веревку. Игроки равномерно располагаются по обе стороны веревки, за которую они держатся соответственно правой или левой рукой.

Описание игры: По сигналу команды бегут к финишу (дистанция в 30—40 м), все время держась за веревку. Выигрывает команда, прибежавшая к финишу первой, при условии, что ни один из ее участников не бросил веревки.

Вариант игры: Эту игру можно провести и по-другому. Каждая команда выстраивается в колонну по одному. Все поднимают вверх правую руку и держатся за шнур, натянутый вдоль колонны. По сигналу обе команды направляются к финишу (10—15 м) и возвращаются. Побеждает команда,

вернувшаяся раньше.

«ЗМЕЙКИ» (эстафета)

Цель: Развивать умение действовать согласованно.

Место и инвентарь: Ровная площадка; 10 или больше лыжных палок.

Подготовка к игре: На дистанции 40—80 м расставляются палки в два ряда, по пять или больше в каждом ряду, на расстоянии 5—6 м одна от другой. Играющие делятся на две команды и выстраиваются в колонну по одному, каждая за линией старта.

Описание игры: По сигналу руководителя играющие обеих команд один за другим обходят змейкой расставленные палки, не задев и не уронив их, и, обогнув последнюю палку по прямой, возвращаются за линию старта, на свои исходные места. За каждую задетую или сбитую палку игрок получает своей команде штрафное очко. Побеждает команда, которая быстрее и без штрафных очков приходит на своё место за линией старта.

«ИГОЛКА, НИТКА И УЗЕЛ» (бег)

Цель: Учить действовать согласованно друг с другом; ловкость и быстроту.

Место: Зал, площадка.

Подготовка к игре: Играющие выбирают троих водящих — «иголку», «нитку» и «узел». Кроме водящих, все соединяют руки и становятся по кругу. Водящие становятся полукругом.

Описание игры: Игра начинается по указанию руководителя. «Иголка» бежит зигзагом под руками игроков, стоящих по кругу. Задача водящих: «нитка» должна догнать «иголку», «узел» — «нитку». Нитка и узел бегут за иголкой в том же направлении. Если узел догонит нитку или нитка — иголку, а также если нитка и узел перепутают путь движения за иголкой, то выбирают новых водящих, и игра начинается сначала.

Правила игры: 1. Игрокам, стоящим по кругу, не разрешается трогать водящих руками и мешать им. 2. Нитка и узел должны бежать по тому же пути, что и иголка.

«ПТИЦА БЕЗ ГНЕЗДА» (бег)

Цель: Развивать внимание; быстроту.

Место: Зал, площадка.

Подготовка к игре: Выбирают водящего, «птицу без гнезда». Играющие встают в круг по два, лицом к центру. Первые игроки ставят руки на бедра — это «гнезда»; вторые игроки ставят руки первым на плечи — это «птицы». Водящий стоит в середине круга.

Описание игры: Водящий говорит: «Все птицы, в полет!» Птицы оставляют свои гнезда и летают за водящим, руками имитируя движения крыльев. Внезапно водящий говорит: «Птицы, в гнезда!» Играющие бегут к стоящим по кругу игрокам и становятся за любым из них, положив ему руки на плечи. Водящий также старается занять одно из гнезд. Игрок, оставшийся без гнезда, становится водящим. После этого играющие меняются местами и ролями, и игра начинается сначала.

Правила игры: 1. После команды «Птицы, в полет!» играющие должны оставить свои гнезда. 2. Вернуться в гнездо разрешается только после команды «Птицы, в гнезда!».

«МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ» (бег)

Цель: Развивать внимание. Воспитывать выдержку.

Место: Зал, площадка.

Подготовка к игре: Играющие выбирают водящего. Игроки, кроме водящего, становятся в круг на расстоянии вытянутых рук и обводят мелом вокруг ног небольшие кружочки. Водящий становится в середину большого круга.

Описание игры: Игра начинается по указанию руководителя. Водящий ходит между игроками зигзагом. Проходя мимо какого-либо игрока, он говорит: «Море волнуется!» Игрок, которому водящий сказал эти слова и слегка коснулся его плеча, присоединяется к нему. Таким образом водящий приглашает игроков следовать за собой. Когда соберет в колонну приблизительно половину или всех играющих, если их мало, он водит их по всей площадке. Игроки подражают движениям волн. Водящий говорит: «Море спокойно!» Игроки стараются встать в один из кружков. Водящий также старается занять один из кружков. Оставшийся без кружка становится водящим, и игра повторяется.

Правила игры: 1. Бежать к кружкам разрешается только после команды «Море спокойно!». 2. Не разрешается выталкивать друг друга из кружков.

«ТРОЙКА»

Цель: Развивать чувство ритма; ловкость и быстроту.

Место: Зал, площадка.

Подготовка к игре: Играющие становятся по четыре человека, образуя «тройки»: трое становятся в один ряд и соединяют руки, четвертый становится за ними и берет передних за свободные руки. Первые три игрока изображают лошадок, сзади стоящий — кучер.

Описание игры: По сигналу руководителя тройки начинают ритмично двигаться одна за другой по площадке. Играющие идут под музыку, или руководитель подсчитывает темп. Игроки двигаются то шагом, то бегом, то подскоками.

Внезапно руководитель дает сигнал, после которого играющие разъединяют руки и разбегаются в разные стороны по площадке. Руководитель дает второй сигнал, после которого кучера ловят своих лошадок и запрягают их (составляют тройки, как в начале игры). Тройка, первой справившаяся с заданием, считается победительницей.

Правила игры: 1. Игрокам не разрешается разъединять руки и разбегаться раньше сигнала руководителя. 2. Пойманные игроки не должны вырываться.

Вариант игры: 1. Лошадки в свободных руках держат концы скакалки — «вожжи», и кучер ими управляет. 2. Две лошадки и кучер.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ВОЕВОДА» (метание)

Цель: Упражнять детей в прокатывании, бросании и ловле мяча, в умении согласовывать движение со словом, развивать внимание, ловкость.

Описание игры: Играющие по кругу перекатывают мяч от одного к другому, произнося:

- Катится яблоко в круг хоровода,
- Кто его поднял, тот воевода...

Ребенок, у которого в этот момент окажется мяч - воевода. Он говорит:

- Я сегодня воевода.
- Я бегу из хоровода.

Бежит за кругом, кладет мяч на пол между двумя игроками. Дети хором говорят:

Раз, два, не воронь И беги как огонь!

Игроки бегут по кругу в противоположные стороны, стараясь раньше напарника схватить мяч. Тот, кто первым добежал и схватил мяч, катит его по кругу. Игра продолжается.

Прокатывать или перебрасывать мяч только рядом стоящему игроку. Нельзя мешать игроку, бегущему за кругом. Выиграл тот, кто первым коснулся мяча.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА «У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ» (бег)

Цель: Приучать детей поочередно выполнять разные функции (убегать и ловить). **Описание игры:** Определяется берлога медведя (на конце площадке) и дом детей на другой. Дети идут в лес гулять и выполняют движения соответственно стиху, который произносят хором:

У медведя во бору,
Грибы, ягоды беру,
А медведь не спит
И на нас рычит.

Как только дети закончили говорить стихотворение медведь с рычанием встаёт и ловит детей, они бегут домой.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ЗАЙЦЫ И ВОЛК» (бег, прыжки)

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле.

Описание игры: Одного из играющих назначают волком, остальные изображают зайцев. На одной стороне площадки зайцы отмечают себе места шишками, камушками, из которых выкладывают кружочки или квадраты. Вначале игры зайцы стоят на своих местах. Волк находится на противоположном конце площадки – в овраге. Воспитатель говорит: «Зайки скачут, скок – скок – скок, на зеленый на лужок. Травку щиплют, слушают, не идет ли волк». Зайцы выпрыгивают из кружков и разбегаются по площадке. Прыгают на 2 ногах, присаживаются, щиплют траву и оглядываются в поисках волка. Воспитатель произносит слово «Волк», волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться. Зайцы убегают каждый на свое место, где волк их уже не может настигнуть. Пойманных зайцев волк отводит себе в овраг. После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирается другой волк.

Зайцы выбегают при словах – зайцы скачут. Возвращаться на места можно лишь после слова «Волк!».

Нельзя ловить тех зайцев, которым подала лапу зайчиха - мать. На пути поставить кубы – пенечки, зайцы оббегают их. Выбрать 2 волков. Волку перепрыгнуть через преграду – ручей.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ПЕРЕЛЁТ ПТИЦ»

Цель: Развивать реакцию на словесные сигналы. Упражняться в лазании по гимнастической лестнице.

Описание игры: Дети стоят на одном конце зала, они птицы. На другом конце зала вышка (гимнастическая стенка). По сигналу воспитателя: «Птицы улетают!» - птицы летят, расправив крылья. По сигналу «Буря!» - птицы летят на вышку – скрываются от бури на деревьях. После слов: «Буря прекратилась», - птицы снова летят.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ПАСТУХ И СТАДО» (лазание)

Цель: Закрепление умения играть по правилам игры. Упражнять в ползании на четвереньках по залу.

Описание игры: Выбирают пастуха, дают ему рожок и кнут. Дети изображают стадо (коров, телят, овец). Воспитатель произносит слова:

Рано-рано поутру Пастушок:

«Ту-ру-ру-ру».

А коровки в лад ему

Затянули: «Му-му-му».

Дети выполняют под слова действия, затем пастух гонит стадо в поле (на условленную лужайку, все бродят по ней. Через некоторое время пастух щёлкает кнутом, гонит стадо домой.