

Консультация для педагогов «Подвижные и спортивные игры как средство достижения целевых ориентиров ФГОС ДО»

*Подготовила:
инструктор по физической культуре
Пинигина Светлана Владимировна,
Шелехов, 2016*

В Российской Федерации стандартизация системы образования проводится с целью повышения доступности и качества образования, а также с целью развития и поддержки талантливых детей. В настоящее время для дошкольного образования установлены федеральные государственные образовательные стандарты.

ФГОС дошкольного образования определяет ряд образовательных областей. Одной из таких областей является «Физическое развитие». Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

В процессе физического воспитания детей дошкольного возраста педагогам необходимо стремиться к достижению целевых ориентиров. Пути достижения такой цели лежат через **образовательные задачи**: формирование двигательных навыков и умений, развитие двигательных и физических качеств, привитие навыков правильной осанки, навыков гигиены, освоение специальных знаний.

Ведущим видом деятельности в дошкольном детстве является игра. Поэтому ежедневно используя в совместной деятельности и в образовательном процессе спортивные и подвижные игры, можно достичь высоких результатов в развитии физических качеств ребёнка.

Особо следует отметить **значение подвижных и спортивных игр в воспитании психофизических** качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, координация движений, и, что немаловажно, эти физические качества развиваются в комплексе.

Быстрая смена обстановки в процессе игры приучает ребенка целесообразно (рационально) использовать известные ему движения в соответствии с той или иной ситуацией, обеспечивая их совершенствование. Физические качества - быстрота реакции, ловкость, глазомер, равновесие, навыки пространственной ориентировки и др. проявляются естественно. Все это положительно сказывается на совершенствовании двигательных качеств. Например, для того чтобы увернуться от «ловишки», надо проявить ловкость, а спасаясь от него, бежать как можно быстрее.

Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и много раз, одни и те же движения, не замечая усталости. А это приводит к развитию выносливости.

Большинство подвижных игр требует от участников быстроты. Это игры, построенные на необходимости мгновенных реакций на звуковые, зрительные, тактильные сигналы, игры с внезапными остановками, задержками и возобновлением движений, с преодолением небольших расстояний в кратчайшее время. Постоянно изменяющаяся обстановка в игре, быстрый переход участников от одних движений к другим способствуют развитию ловкости.

Для воспитания силы хорошо использовать игры, требующие проявления умеренных по нагрузке, кратковременных скоростно-силовых напряжений. Игры с многократными повторениями напряженных движений, с постоянной двигательной активностью, что вызывает значительные затраты сил и энергии, способствуют развитию выносливости. Совершенствование гибкости происходит в играх, связанных с частым изменением направления движений.

Подвижная игра — незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. *В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся навыках, закрепление их, совершенствование, но и формирование новых качеств личности.* Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками. «Ловишки», «Два мороза», «Хитрая лиса»

Подвижные игры являются одним из условий развития культуры ребенка. В них он осмысливает и познает окружающий мир, в них *развивается его интеллект, фантазия, воображение, формируются социальные качества.*

Дети младшего дошкольного возраста подражают в игре всему, что видят. Однако в подвижных играх малышей, прежде всего, находит отражение не общение со сверстниками, а отображение той жизни, которой живут взрослые или животные (они с удовольствием летают, как «воробушки», взмахивают руками, как «бабочка крылышками», и т.д.). Стремление к одухотворению неживой природы объясняется желанием ребенка придать изображаемому в игре образу живой характер, а когда он вживается в образ, у него включаются механизмы эмпатии и, как следствие, формируются нравственно ценные личностные качества: сопереживания, соучастия, сопричастности.

На пятом году жизни характер игровой деятельности детей меняется. Их начинает интересовать результат подвижной игры, они стремятся выразить свои чувства, желания, осуществить задуманное, творчески отобразить в воображении и поведении накопленный двигательный и социальный опыт. Ребенок проявляет инициативу и самостоятельность, он способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности. «Птички и кошка», «Совушка», «Не попадись» и т.д.

Для подвижных игр характерно наличие нравственного содержания. Они воспитывают доброжелательность, стремление к взаимопомощи, совестливость, организованность, инициативу. Кроме того, проведение подвижных игр сопряжено с большим эмоциональным подъемом, радостью, весельем, ощущением свободы. «Ворон и ястреб», «Дерево дружбы», «Зайка и морковь»

Подвижные игры нередко сопровождаются песнями, стихами, считалками, игровыми зачинами. *Такие игры пополняют словарный запас, обогащают речь детей.*

В следствие ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения.

Подвижная игра готовит ребенка к труду: дети изготавливают игровые атрибуты, располагают и убирают их в определенной последовательности, совершенствуют свои двигательные навыки, необходимые для будущей трудовой деятельности. «День и ночь», «Рыбаки», «Цветные ладони».

Условно можно выделить несколько типов подвижных игр, которые по разному способствуют всестороннему развитию дошкольников, несут в себе разную социальную направленность.

Играм типа «Ловишки» присущ творческий характер, основанный на азарте, двигательном опыте и точном соблюдении правил. Убегая, догоняя, увертываясь, дети максимально мобилизуют свои умственные и физические силы, при этом они самостоятельно выбирают способы, обеспечивающие результативность игровых действий, совершенствующие психофизические качества.

Игры, требующие придумывания движений или мгновенного прекращения действия по игровому сигналу, побуждают детей к индивидуальному и коллективному творчеству (придумыванию комбинаций движений, имитации движений транспортных средств, животных). Игры типа «Замри», «Стоп», «Море волнуется» требуют от играющих прекратить движение по соответствующему сигналу, при этом необходимо сохранить выражение лица и напряжение мышц тела в таком положении, в котором они были застигнуты игровым сигналом. Одухотворенность и выразительность движений в таких играх чрезвычайно важны.

Играм с мячом отводится особая роль. Известный немецкий Педагог Ф. Фребель, отмечая разностороннее воздействие мяча на Психофизическое развитие ребенка, подчеркивает его роль в развитии координации движений, кисти руки, а следовательно, и в совершенствовании коры головного мозга.

Игры с элементами соревновательности требуют правильного педагогического руководства ими, которое предполагает соблюдение ряда условий: каждый ребенок, участвующий в игре, должен хорошо владеть двигательными навыками (лазанием, бегом, прыжками, метанием и т.д.), в которых он соревнуется. Этот же принцип является основополагающим в играх-эстафетах. *Важно также объективно оценивать деятельность детей: при подведении итогов игры необходимо оценивать достижения ребенка по отношению к самому себе.*

В играх типа «Жмурки», «Угадай по голосу» совершенствуются анализаторные системы, осуществляются сенсорные коррекции.

В формировании целевых ориентиров подвижным играм с правилами – (спортивные игры) отводится важнейшее место.

Спортивная игра является незаменимым средством совершенствования движений, развивая их, способствуя формированию быстроты, силы, выносливости, координации движений. В игре, как деятельности творческой, ничто не сковывает свободу действий ребенка, в ней он раскован и свободен. У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими. Примером могут служить игры «Бадминтон», «Настольный теннис», «Городки», «Веселые старты»

Велика роль подвижных и спортивных игр в умственном воспитании ребенка: дети стремятся действовать в соответствии с правилами, овладевать пространственной

терминологией, осознанно действовать в изменившейся игровой ситуации и познавать окружающий мир. В процессе игры активизируются память, представления, развиваются мышление, воображение. Дети усваивают смысл игры, запоминают правила, учатся действовать в соответствии с избранной ролью, творчески применяют имеющиеся двигательные навыки, учатся анализировать свои действия и действия товарищей. Ребенок способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.

Большое значение имеют спортивные игры и для нравственного воспитания. Дети осваивают умения действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. Правила игры дети воспринимают как закон, и сознательное выполнение их формирует волю, развивает самообладание, выдержку, умение контролировать свои поступки, свое поведение. В игре формируется честность, дисциплинированность, справедливость. Подчиняясь правилам игры, дети практически упражняются в нравственных поступках, умение дружить, сопереживать, помогать друг другу. Умелое, вдумчивое руководство игрой со стороны педагога способствует воспитанию активной творческой личности. Формируется чувство собственного достоинства. Ребенок способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. «Дорожка препятствий», «Эстафета с мячом», «Гонки на самокатах»

Большую роль в заинтересованности ребёнка двигательной деятельностью играет предметно – пространственная среда (оформление спортивной зоны, наполняемость её спортивным оборудованием и атрибутами и пр.)

Привлечь ребёнка к двигательной деятельности возможно с помощью здоровьесберегающих технологий:

- спортивные праздники;
- спортивные развлечения и досуги;
- недели здоровья;
- соревнования;
- прогулки-походы.

Эффективным средством повышения интереса к подвижным и спортивным играм служат физкультурные праздники и развлечения.

Физкультурный праздник нацелен на формирование положительных эмоций, высокую двигательную активность детей, свободное и непринужденное взаимопонимание и т.д. то есть создают условия для того, чтобы все дети росли здоровыми.

Чтобы заинтересовать детей, необходимо привлечь их к изготовлению праздничных деталей для украшения зала. Так же, дети могут принять участие в создании эмблемы для будущих соревнований, изготовлении различных поделок, которые впоследствии станут украшениями спортивного помещения.

Еще одна форма работы - элементарный туризм. Это - общение с природой, смена обстановки, психологическая разгрузка и физическая активность. Туризм прост в организации, доступен для людей любого возраста, вместе с тем, он является естественным и посильным видом спорта. Например, организация пешеходных походов в парк. Цель этих походов - оздоровление организма детей, приобретение

навыка ориентировки на местности, умения разбираться в карте-схеме маршрута, знакомство с родным краем, воспитание любви к родной природе, к земле.

Эффективной формой работы являются игры и игровые задания соревновательного типа. Они увеличивают двигательную активность, повышают интерес к спортивным играм, формируют умение детей оценивать свои возможности и управлять своим поведением. Успех любой команды зависит не только от скорости действий, сообразительности и организованности играющих, но и ответственности каждого за всех. Игры-эстафеты используются в работе со старшими дошкольниками, которые умеют элементарно планировать и критически оценивать результаты своих действий.

Практика работы убеждает, что для результативной деятельности с детьми необходим тесный контакт с семьей. Семья во многом определяет отношение детей к физической культуре, их интерес к спорту, активность и инициативу. Этому способствует эмоционально близкое общение детей и их родителей в различных ситуациях и естественно возникающая их совместная деятельность: обсуждение успехов спортивной жизни страны, просмотр телепередач, спортивные совместные праздники, досуг, развлечения, соревнования и аттракционы в дошкольном учреждении. Дети особенно восприимчивы к убеждениям, положительному примеру отца, матери, укладу семьи. Поэтому необходимо вовлекать родителей в активный воспитательно-образовательный процесс.

Именно такая работа создает условия для эмоционально – психологического благополучия. Создается определенный духовный настрой, побуждается интерес к подвижным и спортивным играм.

Таким образом, подвижная и спортивная игра не только средство развития собственно физических качеств и гармоничного развития личности ребенка, но и важный компонент достижения целевых ориентиров ФГОС ДО

КАРТОТЕКА ПОДВИЖНЫХ ИГР С целями и задачами (практический материал для планирования)

Средняя группа

«Зайка серый умывается...» (ОВД: прыжки)

Задачи: Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Учить соотносить действия со словами.

Материал: Маска зайки.

Ход игры: Все становятся в круг, выбирается зайка, он становится в центр круга. Дети, образующие круг говорят:

Зайка серый умывается. Вымыл хвостик,

Видно, в гости собирается, Вымыл ухо,

Вымыл носик Вытер сухо!

Зайка проделывает все движения, соответствующие тексту. Затем он подпрыгивает на двух ногах, продвигаясь (идёт в гости) к кому-нибудь из стоящих в кругу. Тот становится на место зайки.

«Мяч через сетку» (ОВД: бросание и ловля мяча)

Задачи: Учить детей соревноваться. Упражнять в бросании мяча через сетку двумя руками снизу и из-за головы.

Материал: Мячи и сетка.

Ход игры: На расстоянии 1 м от сетки на линии с обеих сторон стоят группки детей напротив друг друга. По сигналу воспитателя: «Начинай!» - ребёнок бросает мяч через сетку ребёнку, стоящему напротив. Тот, поймав мяч, перебрасывает его стоящему рядом и т. д. Когда мяч дойдёт до последнего играющего, воспитатель отмечает какие ошибки были сделаны группами играющих.

«Найди где спрятано» (ориентировка в пространстве)

Задачи: Учить ориентироваться в комнате или на участке, выполнять действия по сигналу.

Материал: Любой предмет, который можно спрятать.

Ход игры: Дети стоят вдоль стены. Воспитатель показывает им предмет и говорит, что спрячет его. Воспитатель предлагает детям отвернуться к стене. Убедившись, что никто из детей не смотрит, прячет предмет, после чего говорит: «Пора!». Дети начинают искать предмет.

«У медведя во бору» (ОВД: бег)

Задачи: Приучать детей поочерёдно выполнять разные функции (убегать и ловить).

Материал: Грибы, ягоды, корзинки, маска медведя.

Ход 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.

« Найди и промолчи» (ориентировка в пространстве)

Задачи: Учить ориентироваться в зале. Воспитывать выдержку, смекалку.

Материал: Любой предмет, который можно спрятать.

Ход игры: Детям воспитатель показывает предмет, и после того как они закрыли глаза, он прячет его. Потом предлагает поискать, но только не брать, а сказать на ушко, где он спрятан. Кто нашёл первый тот и ведущий в следующей игре

«САМОЛЕТЫ» (ОВД:бег)

Задачи: Развивать у детей ориентировку в пространстве, закрепить навык построения в колонну.

Упражнять в беге.

Описание: Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками. Играющие изображают летчиков на самолетах. Они готовятся к полету. По сигналу воспитателя «К полету готовься!» дети кружат согнутыми в локтях руками – заводят мотор. «Летите!» - говорит воспитатель. Дети поднимают руки в стороны и летят в рассыпную, в разных направлениях. По сигналу воспитателя «На посадку!» - самолеты находят свои места и приземляются, строятся в колонны и опускаются на одно колено. Воспитатель отмечает, какая колонна построилась первой.

Правила:

Играющие должны вылетать после сигнала воспитателя «Летите!».

По сигналу воспитателя «На посадку!» - играющие должны возвратиться в свои колонны, на те места, где выложен их знак (поставлен флажок).

Варианты: Пока самолеты летают, поменять местами флажки, унести на противоположную сторону. Менять ведущих в колоннах.

«ЦВЕТНЫЕ АВТОМОБИЛИ» (ОВД:бег)

Задачи: Развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу.

Упражнять детей в беге, ходьбе.

Описание: Дети сидят вдоль стены, они автомобили. Каждому дается флажок какого – либо цвета. Воспитатель стоит лицом к играющим, в центре. В руке – 3 цветных флажка, по цветам светофора. Поднимает флажок, дети, имеющие флажок этого цвета бегут по площадке в любом направлении, на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда воспитатель опустит флажок, дети останавливаются, и по сигналу «Автомобили возвращаются!» - направляются шагом в свой гараж. Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, но может поднять и 2 , и все 3 флажка вместе, тогда все машины

выезжают из гаража.

Правила: Выезжать из гаражей можно только по сигналу воспитателя, возвращаться в гараж тоже по сигналу. Если флажок опущен, автомобили не двигаются.

Варианты: Разложить по углам ориентира разного цвета. На сигнал «Автомобили выезжают», в это время поменять местами ориентира. Предложить детям вспомнить разные марки автомобилей.

«ЛИСА В КУРЯТНИКЕ» (ОВД: прыжки)

Задачи: Развивать у детей ловкость и умение выполнять движение по сигналу, упражнять в беге с увертыванием, в ловле, в лазании, прыжках в глубину.

Описание: На одной стороне площадки отчерчивается курятник. В курятнике на насесте (на скамейках) располагаются куры, дети стоят на скамейках. На другой стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место – двор. Один из играющих назначается лисой, остальные куры – они ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу «Лиса» куры убегают в курятник, взбираются на насест, а лиса старается утащить курицу, не успевшую взобраться на насест. Отводит ее в свою нору. Куры спрыгивают с насеста и игра возобновляется.

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.

«ПТИЧКИ И КОШКА» (ОВД: бег)

Задачи: Развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием.

Описание: На земле чертится круг или кладется шнур со связанными концами. Воспитатель выбирает ловишку который становится в центре круга. Это кошка. Остальные – птички, находятся за кругом. Кошка спит, птички влетают за зернышками в круг. Кошка просыпается, видит птичек и ловит их. Все птички вылетают из круга. Тот, кого коснулась кошка, считается пойманным и идет на середину круга. Когда поймают 2-3 птичек – выбирается новая кошка.

Правила:

Кошка ловит птичек только в кругу.

Кошка может касаться птичек, но не хватать их.

Варианты: Если кошка долго не может никого поймать, добавить еще одну кошку.

«ЗАЙЦЫ И ВОЛК» (ОВД: прыжки)

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

Описание: 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 настичь. Пойманных зайцев волк отводит себе в овраг. После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирается другой волк.

Правила:

Зайцы выбегают при словах – зайцы скачут.

Возвращаться на места можно лишь после слова «Волк!».

Варианты: 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.

«ЛОШАДКИ» (ОВД: бег)

Задачи: Развивать у детей умение действовать по сигналу, согласовывать движения друг с другом, упражнять в беге, ходьбе.

Описание: Дети делятся на 2 равные группы. Одна группа изображает конюхов, другая – лошадей. На одной стороне отчерчивается конюшня. На другой – помещение для конюхов, между ними луг.

Воспитатель говорит: **«Конюхи, вставайте скорей, запрягайте лошадей!»**. Конюхи с вожжами в руках, бегут к конюшне и запрягают лошадей. Когда все лошади запряжены, они выстраиваются друг за другом и по указанию воспитателя идут шагом или бегут. По слову воспитателя **«Приехали!»** конюхи останавливают лошадей. Воспитатель говорит **«Идите отдыхать!»**. Конюхи распрягают лошадей и отпускают их пастись на луг. Сами возвращаются на свои места отдохнуть. Лошади спокойно ходят по площадке, пасутся, щиплют траву. По сигналу воспитателя **«Конюхи, запрягайте лошадей!»** конюх ловит свою лошадь, которая убегает от него. Когда все лошади пойманы и запряжены, все выстраиваются друг за другом. После 2-3 повторений воспитатель говорит: **«Отведите лошадей в конюшню!»**. Конюхи отводят лошадей в конюшню, распрягают их и отдают вожжи воспитателю.

Правила: Играющие меняют движения по сигналу воспитателя. По сигналу «Идите отдыхать» - конюхи возвращаются на места.

Варианты: Включить ходьбу по мостику – доске, положенной горизонтально или наклонно, предложить разные цели поездки.

«НАЙДИ СЕБЕ ПАРУ» (ОВД: бег)

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Развивать инициативу, сообразительность.

Описание: Играющие стоят вдоль стены. Воспитатель дает каждому по одному флажку. По сигналу воспитателя – дети разбегаются по площадке. По другому сигналу, или по слову «Найди себе пару!», дети, имеющие флажки одинакового цвета, находят себе пару, каждая пара, используя флажки, делает ту или иную фигуру. В игре участвуют нечетное число детей, 1 должен остаться без пары. Играющие говорят: «Ваня, Ваня – не зевай, быстро пару выбирай!».

Правила:

Играющие становятся в пары и разбегаются по сигналу (слову) воспитателя.

Каждый раз играющие должны иметь пару.

Варианты: Вместо флажков использовать платочки. Чтобы дети не бегали парами, ввести ограничитель – узкую дорожку, перепрыгнуть через ручеек.

«Кегли» (ОВД: катание шара)

Задачи: Учить детей основным правилам игры. Упражняться в сильном и резком катании шара в кегли правой рукой. Развивать глазомер.

Материал: Кегли, шары.

Ход игры: Кегли ставят с интервалом 10-15 см. друг от друга. Дети прокатывают по одному шару с расстояния 1-1,5 м

«Перелёт птиц» (ОВД: бег, лазание)

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

Материал: Гимнастические лестницы, маски птиц.

Ход 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.

«Пастух и стадо» (ОВД: бег, ходьба, ползание)

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

Материал: Для пастуха шапку, хлыст и рожок.

Ход игры: Выбирают пастуха, дают ему рожок и кнут. Дети изображают стадо (коров, телят, овец).

Воспитатель произносит слова:

Рано-рано поутру А коровки в лад ему

Пастушок: «Ту-ру-ру-ру». 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.

«Бездомный заяц». (ОВД: *бег*)

Задачи: Учить детей действовать по сигналу. Развивать внимание, смекалку.

Дети-зайцы делают из скакалок, сложенных кольцом, домики. По сигналу воспитателя зайцы выбегают из домиков, скачут друг за другом, прыгают на одной ноге. Зайцы спешат занять любой домик, но одному домика не хватает. Он становится «бездомным зайцем». Теперь он выступает в роли ведущего, произнося:

Зайцы в поле побежали,

По полянке поскакали

Дети выбегают и резвятся на площадке. Игра продолжается.

«Подбрось-поймай» (ОВД: *бросанием и ловлей мяча*)

Задачи: Учить детей соревноваться. Упражнять в бросании мяча двумя руками снизу вверх и ловить его.

Ход игры: Дети свободно располагаются в помещении или на площадке, каждый в руках держит мяч. По сигналу воспитателя: «Начинай!» дети подбрасывают мяч вверх и ловят его. Каждый считает, сколько раз сумеет поймать мяч и не уронить его.

Указания. Детей можно разделить на пары. Одни подбрасывают и ловят мячи, а другие считают или все становятся в круг, а один или двое из играющих выходят в середину круга и подбрасывают мяч. Все наблюдают за правильностью выполнения задания. Можно ввести и элемент соревнования: кто подбросит и поймает мяч большее число раз? Можно включить и такие упражнения: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его; подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его.

«Котята и щенята» (ОВД: *прыжки*)

Задачи: Игру можно проводить в комнате, где есть гимнастическая стенка, или на участке.

Ход игры: Играющих делят на две группы. Дети одной группы изображают котят, другие — щенят. Котята находятся около гимнастической стенки, щенята — на другой стороне комнаты (в будках за скамейками, за лесенкой, поставленной на ребро)

Воспитатель предлагает котяткам побегать легко, мягко. На слова воспитателя «ЩЕНЯТА» вторая группа детей перелезает через скамейки. Они на четвереньках бегут за котятками и лают «ав-ав-ав-ав!».

Котята мяукая, быстро влезают на гимнастическую стенку. Воспитатель всё время находится рядом. Щенята возвращаются в свои домики, игра возобновляется.

«Кто ушёл?» (на ориентировку в пространстве, внимание)

Задачи: Учить детей ориентироваться в помещении группы и на участке. Развивать память, внимание.

Ход игры: Дети стоят по кругу или полукругом. Воспитатель предлагает одному из играющих запомнить стоящих с ним рядом детей (5—6), а затем выйти из комнаты или отвернуться и закрыть глаза. Один из детей прячется. Потом воспитатель говорит: «Отгадай, кто ушел?». Если ребенок угадает, то выбирает кого-нибудь вместо себя. Если не угадает, то снова отворачивается и закрывает глаза, а тот, кто прятался, становится на свое место. Отгадывающий должен его назвать. Игра повторяется 4-5 раз.

«Ловишки» (ОВД: *бег*)

Задачи: Учить бегу в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга.

Ход игры: Дети произвольно располагаются на площадке. Ведущий — ловишка, назначенный воспитателем или выбранный играющими, становится на середине площадки. Воспитатель говорит: «Раз, два, три — лови!» По этому сигналу все дети разбегаются по площадке, увертываются от ловишки, который старается догнать одного из играющих и коснуться его рукой (запятнать). Тот, кого ловишка коснулся рукой, отходит в сторону. Игра заканчивается, когда ловишка поймает 3—4 играющих. Затем выбирается новый ловишка. Игра повторяется 4—5 раз.

Указания. Для того чтобы дети лучше ориентировались, ловишке можно выдавать какой-либо

отличительный знак — повязать на руку ленточку, приколоть бант, надеть шапочку с султанчиком и т. п. Если ловишка оказался неловким и долгое время никого не может поймать, воспитатель останавливает игру и назначает другого водящего.

Подвижная игра «Повар и котята» (ОВД: ходьба или бега)

Цель: упражнять детей в различных видах ходьбы или бега, развитие быстроты реакции, сноровки, умения ориентироваться на слово.

Описание игры: По считалке выбирается повар, который охраняет лежащие в обруче предметы – «сосиски». Повар разгуливает внутри обруча, шнура – «кухни». Дети - котята идут по кругу, выполняя различные виды ходьбы, бега, произнося текст:

Плачут киски в коридоре,

У котят большое горе:

Хитрый повар бедным кискам

Не дает схватить сосиски.

С последним словом «котята» забегают на «кухню», стремясь схватить сосиску. Повар пытается осалить вбежавших игроков. Осаленные игроки выбывают из игры. Игра продолжается до тех пор, пока все сосиски не будут украдены у повара. Выигравший котенок становится поваром.

Нельзя раньше времени забегать в круг. Повару не разрешается хватать котят, только салить, ему не разрешается выходить за пределы круга. Запрещено брать одновременно 2 и более предмета.

Подвижная игра «Воевода» (ОВД: виды метания)

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 «Перелёт птиц» (ОВД: бег, лазание)

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» (ОВД: ходьба, бег, 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.

Подвижная игра «Мышеловка» (ОВД.; бег, подлезание. Ориентировка в прос-ве)

Цель: развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость.

Упражнять в беге и приседание, построение в круг и ходьбе по кругу.

Описание игры: играющие делятся на две неравные команды, большая образует круг – «мышеловку», остальные – мыши. Слова:

Ах, как мыши надоели,

Все погрызли, все поели.

Берегитесь же плутовки,

Доберемся мы до вас.

Вот расставим мышеловки,

Переловим всех сейчас!

Затем дети опускают руки вниз, и «мыши» оставшиеся в кругу встают в круг и мышеловка увеличивается.

Подвижная игра «Гори, гори ясно!» (ОВД.; бег, подлезание. Ориентировка в прос-ве)

Цель: развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.

Описание игры: играющие становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. «Ловящий» становится на эту линию. Все говорят:

Гори, гори ясно, Чтобы не погасло.

Глянь на небо- Птички летят,

Колокольчики звенят! Раз, два, три – беги!

После слова «беги» дети, стоящие в последней паре, бегут вдоль колонны (один слева, другой – справа, стремясь схватить за руки впереди ловящего, который старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и соединить руки. Если ловящему это удастся сделать, то он образует пару и становится впереди колонны, а оставшийся – ловящий.

Подвижная игра «Ловишки из круга»

Цель: развивать у детей умение согласовывать движения со словами. Упражнять в ритмической ходьбе, в беге с увертыванием и в ловле, в построении в круг

Описание игры: дети стоят по кругу, взявшись за руки. Ловишка – в центре круга, на руке повязка.

Играющие двигаются по кругу и говорят:

Мы, веселые ребята, Любим бегать и скакать

Ну, попробуй нас догнать. Раз, два, три – лови!

Дети разбегаются, а ловишка догоняет. Пойманный временно отходит в сторону. Игра продолжается, пока ловишка не поймает 2-3 детей. Продолжительность 5-7 минут.

Подвижная игра «Волк во рву»

Цель: развивать смелость и ловкость, умение действовать по сигналу. Упражнять в прыжках в длину с разбега.

Описание игры: на площадке проводятся две параллельные прямые на расстоянии 80 – 100 см – «ров». По краям площадки очерчивается «дом коз». Воспитатель назначает одного играющего «волком», остальные – «козы». Все козы располагаются на одной стороне площадки. Волк становится в ров. По сигналу воспитателя «волк во рву» козы бегут на противоположную сторону площадки, перепрыгивая через ров, а волк - старается их поймать (коснуться). Пойманных отводит в угол рва. Продолжительность игры 5-7 минут.

Подвижная игра «Бездомный заяц»

Цель: развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге

Описание игры: из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки – «свой домик». Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой кружок; тогда заяц, стоявший в кружке – становится бездомным зайцем. Если охотник поймает, то меняются ролями. Продолжительность игры 5-7 минут

Подвижная игра «Совушка»

Цель: развивать у детей торможение, наблюдательность, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять детей в беге.

Описание игры: на расстоянии 80 – 100 см проводятся две прямые – это «ров». На расстоянии одного – двух шагов от границы очерчивается «дом козы». Все козы располагаются на одной стороне площадки. Волк становится в ров. По сигналу «волк во рву» козы бегут на противоположную сторону, перепрыгивая ров, а волк в это время ловит коз. Пойманных отводит в угол рва. Продолжительность 6-8 минут.

Подвижная игра «Пожарные на ученье»

Цель: развивать у детей чувство коллективизма, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в лазании и в построении в колонну.

Описание игры: дети строятся лицом к гимнастической стенке на расстоянии 5 – 6 шагов в 3 – 4 колонны. Против каждой колонны на одной и той же высоте подвешивается колокольчик. По сигналу «1, 2, 3 – беги» дети, стоящие первыми, бегут к стенке, влезают и звонят в колокольчик. Затем спускаются и становятся в конец своей колонны. Повторить игру 6-8 раз.

ПОДБРОСЬ – ПОЙМАЙ (Бросание, ловля мяча)

Задачи: Упражнять в бросании мяча двумя руками снизу вверх и ловить его.

Описание: Дети свободно располагаются в помещении или на площадке, каждый в руках держит мяч. По сигналу воспитателя: «Начинай!» дети подбрасывают мяч вверх и ловят его. Каждый считает, сколько раз сумеет поймать мяч и не уронить его.

Правила: Дети подбрасывают и ловят мячи, а другие считают или все становятся в круг, а один или двое из играющих выходят в середину круга и подбрасывают мяч. Все наблюдают за правильностью выполнения задания.

Варианты: Можно включить и такие упражнения: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его; подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его.

КОШКА И МЫШКА (бег)

Задачи: Развивать у детей умение быстро действовать по сигналу, ходить, сохраняя форму круга. Упражнять в беге с ловлей.

Описание: Все играющие, кроме 2, становятся в круг, на расстоянии вытянутых рук, и берутся за руки. В одном месте круг не замыкается. Этот проход – называется воротами. Двое играющих, находятся за кругом, изображают мышку и кошку. Мышка бежит вне круга и в кругу, кошка – за ней, стараясь поймать ее. Мышка может вбегать в круг через ворота и подлезать под руки стоящих в кругу. Кошка – только в ворота. Дети идут по кругу и говорят: «Ходит Васька серенький, хвост пушистый – беленький. Ходит Васька – кот. Сядет, умывается, лапкой вытирается, песенки поет. Дом неслышно обойдет, притаится Васька – кот. Серых мышек ждет». После слов кошка начинает ловить мышку.

Правила:

Стоящие в кругу не должны пропускать кошку под сцепленные руки.

Кошка может ловить мышку за кругом и в кругу.

Кошка может ловить, а мышка убежать после слова «ждет».

Варианты: Устроить дополнительные ворота, ввести 2 мышек, увеличить количество кошек

ГДЕ ПОЗВОНИЛИ (бег, ориентировка)

Задачи: Развивать у детей слух, внимание и выдержку.

Описание: Дети сидят по кругу или вдоль стены. Один из играющих по назначению воспитателя становится в центре круга или перед сидящими. По сигналу воспитателя он закрывает глаза.

Воспитатель дает кому-нибудь из детей звоночек и предлагает позвонить. Ребенок, находящийся в центре круга, должен не открывая глаз, указать рукой направление, откуда доносится звук. Если он

укажет правильно, воспитатель говорит «Пора!», играющий открывает глаза. А тот, кто позвонил – поднимает и показывает звонок. Если водящий ошибся, он снова закрывает глаза и отгадывает еще раз. Затем воспитатель назначает другого водящего.

Правила:

Водящий открывает глаза только после слова воспитателя «Пора!»

Варианты: Раскрутить водящего;

вместо звоночка ввести дудочку или другой музыкальный инструмент

Средняя группа (прыжки, бег)

БЕЗДОМНЫЙ ЗАЯЦ

Задачи: Развитие ловкости и координации движения, выполнять движения по сигналу.

Описание: по кругу на полу разложены обручи по количеству детей. Дети стоят каждый в своем обруче-домике. По звуку бубна дети выходят из обручей и бегут по кругу друг за другом (в это время один обруч убирается). Как только бубен замолкает, дети должны занять свободный домик. Кому не хватило обруча, выбывает из игры. После того, как убрали 3-4 обруча, игра повторяется.

Правила:

действовать нужно только по сигналу. Бежать спокойно, соблюдать расстояние.

Варианты: Убирать несколько обручей за один раз..

МЯЧ ЧЕРЕЗ СЕТКУ (ОВД: Метание мяча)

Задачи: Развивать у детей умение соревноваться. Упражнять в бросании мяча через сетку двумя руками снизу и из-за головы.

Описание: На расстоянии 1м от сетки на линии с обеих сторон стоят группы детей напротив друг друга. По сигналу воспитателя: «Начинай!» - ребёнок бросает мяч через сетку ребёнку, стоящему напротив. Тот, поймав мяч, перебрасывает его стоящему рядом и т. д. Когда мяч дойдёт до последнего играющего, воспитатель отмечает какие ошибки были сделаны группами играющих.

Варианты: Все дети одной из групп получают мячи и перебрасывают их стоящим напротив

ПОПАДИ МЕШОЧКОМ В КРУГ

Задачи: Развивать у детей умение действовать по сигналу. Упражнять в метании правой и левой рукой.

Описание: Дети стоят по кругу. В центре круга выложен из веревки кружок, концы веревки связаны, круг можно начертить. Диаметр круга – 2 метра. Дети находятся на расстоянии 1-2 шагов от круга. В руках мешочки с песком. По слову воспитателя «Бросай!», все бросают свои мешочки в круг. «Поднимите мешочки!» - говорит воспитатель. Дети поднимают мешочки, становятся на место. Воспитатель отмечает, чей мешочек не попал в круг, игра продолжается. Дети бросают другой рукой.

Правила: Бросать мешочек нужно по слову воспитателя «Бросай!»

Поднимать по сигналу «Поднимите!».

Варианты: Вместо мешочков бросать шишки; разделить детей на подгруппы, каждая бросает в свой круг; увеличить расстояние.

Русская народная игра

ГУСИ-ЛЕБЕДИ

Задачи: упражнять в беге с увертыванием.

Описание: Участники игры выбирают волка и хозяина, остальные — гуси-лебеди. На одной стороне площадки чертят дом, где живут хозяин и гуси, на другой — живет волк под горой. Хозяин выпускает гусей в поле погулять, зеленой травки пощипать. Гуси уходят от дома довольно далеко. Через некоторое время хозяин зовет гусей. Идет переключка между хозяином и гусями:

- Гуси-гуси!— Га-га-га.
- Есть хотите?— Да, да, да.
- Гуси-лебеди! Домой!— Серый волк под горой!
- Что он там делает
- Рябчиков щиплет.
- Ну, бегите же домой!

Гуси бегут в дом, волк пытается их поймать. Пойманные выходят из игры. Игра кончается, когда почти все гуси пойманы. Последний оставшийся гусь, самый ловкий и быстрый, становится волком. Правила: Гуси должны «лететь» по всей площадке. Волк может ловить их только после слов: «Ну, бегите же домой!»

МЫ ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА

Задачи: Развитие ловкости и координации движения, выполнять движения по сигналу.

Описание: Количество играющих (все дети). Место - зал, площадка. Перед игрой, чертят две параллельные линии - "дома". В центре становится водящий, остальные играющие располагаются за линией одного из "домов". По сигналу воспитателя дети говорят:

Мы весёлые ребята,

Любим бегать и играть.

Но попробуй нас догнать!

После слова "догнать" играющие бегут в противоположный "дом". Водящий пытается догнать их, и коснуться их рукой. Дети до которых дотронулся водящий отходят в сторону. После этого игру повторяют. Водящих следует менять через 3-4 пробежки. Вместе со сменой водящих в игру входят. Правила: Перебегать можно только после слов "поймать". Нельзя забегать обратно в дом. Ловить пробегающих можно только до противоположного "дома".

МЯЧИК КВЕРХУ

Задачи: Развивать у детей умение соревноваться, упражнять в бросании мяча двумя руками снизу вверх и ловить его, Учить соотносить действия со словами.

Описание: Дети встают в круг, водящий идет в его середину и бросает мяч со словами: «Мячик кверху!» Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: «Стой!» Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. Играющий в которого попал водящий становится водящим. Если же водящий промахнулся, то остается им вновь и игра продолжается.

Правила: Водящий бросает мяч как можно выше и только после слов: «Мячик кверху!». Водящему разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли. Если кто-то из играющих после слов «Стой!» продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего. Убегая от водящего, дети не должны прятаться за постройки или деревья.

КАРТОТЕКА ПОДВИЖНЫХ ИГР СТАРШАЯ ГРУППА

Подвижная игра «Хитрая лиса»

Цель: 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.

Подвижная игра «Передай – встань»

Цель: Воспитывать у детей чувство товарищества, развивать ловкость, внимание. Укреплять мышцы плеч и спины.

Описание: Играющие строятся в две колонны, на расстоянии двух шагов одна от другой. В каждой стоят друг от друга на расстоянии вытянутых рук. Перед колоннами проводится черта. На нее кладутся два мяча. По сигналу «сесть» все садятся, скрестив ноги. По сигналу «передай» первые в колоннах берут мячи и передают их через голову позади сидящим, затем они встают и поворачиваются лицом к колонне. Получивший мяч передает его назад через голову, затем встает и тоже поворачивается лицом к колонне и т.д. Выигрывает колонна, которая правильно передала и не роняла мяч.

Правила: Передавать мяч только через голову и сидя. Вставать только после передачи мяча позади сидящему. Не сумевший принять мяч бежит за ним, садится и продолжает игру.

Варианты: Передавать мяч вправо или влево, поворачивая корпус.

Подвижная игра «Найди мяч»

Цель: Развивать у детей наблюдательность, ловкость.

Описание: Все играющие становятся в круг вплотную, лицом к центру. Один играющий становится в центр, это говорящий. Играющие держат руки за спиной. Одному дают в руки мяч. Дети начинают передавать мяч друг другу за спиной. Водящий старается угадать у кого мяч. Он может попросить каждого из играющих показать свои руки, сказав «руки». Играющий протягивает обе руки вперед, ладонями кверху. Тот у кого оказался мяч или кто уронил его, становится в середину, а водящий на его место.

Правила: Мяч передают в любом направлении. Мяч передают только соседу. Нельзя передавать мяч соседу после требования водящего показать руки.

Варианты: Ввести в игру два мяча. Увеличить число водящих. Тому у кого оказался мяч дать задание: попрыгать, станцевать и т.п.

Подвижная игра «Два мороза»

Цель: Развивать у детей торможение, умение действовать по сигналу (по слову). Упражнять в беге с увертыванием в ловле. Способствовать развитию речи.

Описание: На противоположных сторонах площадки отмечаются линиями два дома. Играющие располагаются на одной стороне площадки. Воспитатель выделяет двух водящих, которые становятся посередине площадки между домами, лицом к детям. Это Мороз Красный Нос и Мороз Синий Нос. По сигналу воспитателя «Начинайте», оба Мороза говорят: «Мы два брата молодые, два мороза удалые. Я - Мороз Красный Нос. Я - Мороз Синий Нос. Кто из вас решится, в путь-дороженьку пуститься?» Все играющие отвечают: «Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз» и перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а Морозы стараются их заморозить, т.е. коснуться рукой. Замороженные останавливаются там, где их захватил мороз и так стоят до окончания перебежки всех остальных. Замороженных подсчитывают, после они присоединяются к играющим.

Правила: Играющие могут выбегать из дома только после слова «мороз». Кто выбежит раньше и кто останется в доме, считаются замороженными. Тот, кого коснулся Мороз, тотчас же останавливается. Бежать можно только вперед, но не назад и не за пределы площадки.

Варианты: За одной чертой находятся дети Синего Мороза, за другой дети Красного. На сигнал «синие», бегут синие, а Красный Мороз ловит и наоборот. Кто больше поймает.

Подвижная игра «Карусель»

Цель: Развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами. Упражнять в беге, ходьбе по кругу и построении в круг.

Описание: Играющие образуют круг. Воспитатель дает детям шнур, концы которого связаны. Дети, взявшись правой рукой за шнур, поворачиваются налево и говорят стихотворение: «Еле, еле, еле, еле, завертелись карусели. А потом кругом, кругом, все бегом, бегом, бегом». В соответствии с текстом стихотворения дети идут по кругу, сначала медленно, потом быстрее, затем бегут. Во время бега воспитатель приговаривает: «По-бе-жа-ли». Дети бегут 2 раза по кругу, воспитатель меняет

направление движения, говоря: «Поворот». Играющие поворачиваются кругом, быстро перехватывая шнур левой рукой и бегут в другую сторону. Затем воспитатель продолжает вместе с детьми: «Тише, тише, не спишите, карусель остановите. Раз, два, раз, два, вот и кончилась игра!». Движения карусели становятся все медленней. При словах «вот и кончилась игра» дети опускают шнур на землю и расходятся.

Правила: Занимать места на карусели можно только по звонку. Не успевший занять место до третьего звонка, не принимает участия в катании. Делать движения надо согласно тексту, соблюдая ритм.

Варианты: Каждый должен занять свое место. Шнур положить на пол, бегая по кругу за ним.

Подвижная игра «Мышеловка»

Цель: Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость.

Упражняться в беге и приседании, построении в круг и ходьбе по кругу. Способствовать развитию речи.

Описание: Играющие делятся на две 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. Вам поставим мышеловки, 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: Опускать сцепленные руки по слову «хлоп». После того, как мышеловка захлопнулась, нельзя подлезать под руки

Варианты: Если в группе много детей, то можно организовать две мышеловки и дети будут бегать в двух.

Подвижная игра «Угадай, кого поймали»

Цель: Развивать наблюдательность, активность, инициативу. Упражнять в беге, в прыжках.

Описание: Дети сидят на стульчиках, воспитатель предлагает пойти погулять в лес или на полянку. Там можно увидеть птичек, жучков, пчел, лягушек, кузнечиков, зайчика, ежика. Их можно поймать и принести в живой уголок. Играющие идут за воспитателем, а затем разбегаются в разные стороны и делают вид, что ловят в воздухе или присев на землю. «Пора домой» - говорит воспитатель и все дети, держа живность в ладошках, бегут домой и занимают каждый свой стульчик. Воспитатель называет кого-нибудь из детей и предлагает показать, кого он поймал в лесу. Ребенок имитирует движения пойманного зверька. Дети отгадывают, кого поймали. После они снова идут гулять в лес.

Правила: Возвращаться по сигналу «Пора домой».

Варианты: Поездка на поезде (сидят на стульчиках, имитируют руками и ногами движения и стук колес).

Подвижная игра «Мы веселые ребята»

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по словесному сигналу. Упражнять в беге по определенному направлению с увертыванием. Способствовать развитию речи.

Описание: Дети стоят на одной стороне площадки. Перед ними проводится черта. На противоположной стороне также проводится черта. Сбоку от детей, на середине, между двумя линиями, находится ловишка, назначенный воспитателем. Дети хором произносят: «Мы веселые ребята, любим бегать и скакать, ну, попробуй нас догнать. Раз, два, три - лови!» После слова «лови», дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка догоняет бегущих. Тот, кого ловишка дотронулся, прежде чем играющий пересек черту, считается пойманным и садится возле ловишки. После 2-3 перебежек производится пересчет пойманных и выбирается новый ловишка.

Правила: Перебегать на другую сторону можно только после слова «лови». Тот, до кого дотронулся ловишка отходит в сторону. Того, кто перебежал на другую сторону, за черту, ловить нельзя. Варианты:

Ввести второго ловишку. На пути убегающих - преграда - бег между предметами.

Подвижная игра «Стадо и волк»

Цель: Развивать умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в ходьбе и быстром беге.

Описание: На одной стороне площадки очерчиваются кружки, квадраты. Это постройки: телятник, конюшня. Остальная часть занята «лугом». В одном из углов на противоположной стороне находится «логово волка» (в кружке). Воспитатель назначает одного из играющих «пастухом», другого – «волком», который находится в логове. Остальные дети изображают лошадей, телят, которые находятся на скотном дворе, в соответствующих помещениях. По знаку воспитателя «пастух» по очереди подходит к «дверям» телятника, конюшни и как бы открывает их. Наигрывая на дудочке, он выводит все стадо на луг. Сам он идет позади. Играющие, подражая домашним животным щиплют траву, бегают, переходят с одного места на другое, приближаясь к логову волка. «Волк» – говорит воспитатель, все бегут к пастуху и становятся позади него. Тех, кто не успел добежать до пастуха, волк ловит и отводит в логово. Пастух отводит стадо на скотный двор, где все размещаются по своим местам.

Правила: Волк выбегает из логова только после слова «волк». Одновременно с выбегающим волком все играющие должны бежать к пастуху. Не успевших встать позади пастуха, волк уводит к себе.

Варианты: В игру включить «водопой», нагибаются и как бы пьют воду.

Подвижная игра «Гуси – Лебеди»

Цель: Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу. Упражняться в беге с увертыванием. Содействовать развитию речи.

Описание: На одном конце площадки проводится черта-«дом», где находятся гуси, на противоположном конце стоит пастух. Сбоку от дома – «логово волка». Остальное место – «луг». Одного воспитатель назначает пастухом, другого волком, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей пастись на луг. Гуси ходят, летают по лугу. Пастух зовет их «Гуси, гуси». Гуси отвечают: «Га-га-га». «Есть хотите?». «Да-да-да». «Так летите». «Нам нельзя. Серый волк под горой, не пускает нас домой». «Так летите как хотите, только крылья берегите». Гуси расправив крылья, летят через луг домой, а волк выбегает, пресекает им дорогу, стараясь поймать побольше гусей (коснуться рукой). Пойманных гусей волк уводит к себе. После 3-4 перебежек подсчитывается число пойманных, затем назначается новый волк и пастух.

Правила: Гуси могут лететь домой, а волк ловить их только после слов «Так летите, как хотите, только крылья берегите». Волк может ловить гусей на лугу до границы дома.

Варианты: Увеличить расстояние. Ввести второго волка. На пути волка преграда – ров, который надо перепрыгнуть.

Подвижная игра «Кто скорей снимет ленту»

Цель: Развивать у детей выдержку, умение действовать по сигналу. Дети упражняются в быстром беге, прыжках.

Описание: На площадке проводится черта, за которой дети строятся в несколько колонн по 4-5 человек. На расстоянии 10-15 шагов, напротив колонн натягивается веревка, высота на 15 см. выше поднятых вверх рук детей. Против каждой колонны на эту веревку накидывается лента. По сигналу «беги» все стоящие первыми в колоннах бегут к своей ленте, подпрыгивают и сдергивают ее с веревки. Снявший ленту первым, считается выигравшим. Ленты снова вешаются, те, кто были в колонне первыми, становятся в конец, а остальные подвигаются к черте. По сигналу бегут следующие дети. И т.д. Подсчитываются выигрыши в каждой колонне.

Правила: Бежать можно только после слова «беги». Сдергивать ленту только напротив своей колонны.

Варианты: Поставить на пути бега препятствия. Протянуть веревку на расстоянии 40 см., под которую нужно подлезть, не задев ее. Провести две линии на расстоянии 30 см., через которые надо перепрыгнуть.

Подвижная игра «Быстрее по местам»

Цель: Развивать ориентировку в пространстве, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в быстром беге, ходьбе, подпрыгивании.

Описание: Дети стоят в кругу на расстоянии вытянутых рук, место каждого отмечается предметом. По слову «бегите», дети выходят из круга, ходят, бегают или прыгают по всей площадке.

Воспитатель убирает один предмет. После слов «по местам», все дети бегут в круг и занимают свободные места. Оставшемуся дети хором говорят «Ваня, Ваня, не зевай, быстро место занимай!»

Правила: Место в кругу можно занимать только после слов «По местам». Нельзя оставаться на месте после слова «бегите».

Варианты: В начале игры не прятать кубик, чтобы никто не оставался без места. Убрать 2 или 3 кубика. Зимой втыкают в снег флажки.

Подвижная игра «Ловишка, бери ленту»

Цель: Развивать у детей ловкость, сообразительность. Упражнять в беге с увертыванием, в ловле и в построении в круг.

Описание: Играющие строятся по кругу, каждый получает ленточку, которую он закладывает сзади за пояс или за ворот. В центре круга — ловишка. По сигналу «беги» дети разбегаются, а ловишка стремится вытянуть у кого-нибудь ленточку. Лишившийся ленточки отходит в сторону. По сигналу «Раз, два, три, в круг скорей беги», дети строятся в круг. Ловишка подсчитывает количество ленточек и возвращает их детям. Игра начинается с новым ловишкой.

Правила: Ловишка должен брать только ленту, не задерживая играющего. Играющий, лишившийся ленты, отходит в сторону.

Варианты: Выбрать двух ловишек. У присевшего играющего нельзя брать ленту. Играющие пробегают по «дорожке», «мостику», перепрыгивая через «кочки».

Подвижная игра «Охотники и зайцы»

Цель: Совершенствовать навыки прыжков и метания в цель на обеих ногах. Развивать ловкость, скорость и ориентирования в пространстве.

Оборудование: мяч.

Разделение ролей: Выбирают одного или двух «охотников», которые становятся с одной стороны площадки, остальные дети — «зайцы».

Ход игры.

Зайцы сидят в своих «норках», расположенных с противоположной стороны площадки. «Охотники» обходят площадку и делают вид, что ищут «зайцев», потом идут на свои места, прячутся за «деревьями» (стульями, скамья).

На слова воспитателя:

Зайчик прыг-скок. прыг-скок

В зеленый лесок

«Зайцы» выходят на площадку и прыгают. На слово «Охотник!» «зайцы» бегут к своим «норкам», один из «охотников» целится мячом им под ноги и в кого попадет, тот забирает с собой. «Зайцы» вновь выходят в лес и «охотник» еще раз охотится на них, но бросает мяч второй рукой. При повторении игры выбирают новых «охотников».

Указания к игре. Следить, чтобы «охотник» бросал мяч как правой, так и левой рукой. «Охотники» бросают мяч только под ноги «зайцам». Мяч поднимает тот, кто его бросил.

Подвижная игра «Медведь и пчелы»

Цель: Учить детей слезать и влезать на гимнастическую стенку. развивать ловкость, быстроту.

Улей (гимнастическая стенка или вышка) находится на одной стороне площадки. На противоположной стороне — луг. В стороне — медвежья берлога. Одновременно в игре участвует не более 12—15 человек. Играющие делятся на 2 неравные группы. Большинство из них пчелы, которые живут в улье. Медведи — в берлоге. По условному сигналу пчелы вылетают из улья (слезают с гимнастической стенки), летят на луг за медом и жужжат. Как улетят, медведи выбегают из берлоги и забираются в улей (влезают на стенку) и лакомятся медом. Как только воспитатель подаст сигнал «медведи», пчелы летят к ульям, а медведи убегают в берлогу. Не успевших спрятаться пчелы жалят (дотрагиваются рукой). Потом игра возобновляется. Ужаленные медведи не участвуют в очередной игре.

Указания. После двух повторений дети меняются ролями. Воспитатель следит, чтобы дети не спрыгивали, а слезали с лестницы; если нужно, оказывают помощь.

Подвижная игра «Свободное место»

Цель: Развивать ловкость, быстроту; умение не сталкиваться.

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.

Подвижная игра «Волк во рву»

Цель: Учить детей перепрыгивать, развивать ловкость.

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 бегаёт 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.

Подвижная игра «Лягушки и цапли»

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

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 поймаёт, она возвращается к себе в дом одна. После 2—3 игры выбирается новая цапля.

Указания. Веревки 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.

Удмурдская подвижная игра «Водяной»

Цель: воспитывать доброжелательные отношения между детьми.

Водящий сидит в кругу с закрытыми глазами. Играющие двигаются по кругу со словами:

Дедушка Водяной,

Что сидишь под водой?

Выгляни на чуточку,

На одну минуточку.

Круг останавливается. Водяной встает и с закрытыми глазами подходит к одному из играющих. Его задача — определить кто перед ним. Водяной может трогать стоящего перед ним игрока, но глаза открывать нельзя. Если Водяной отгадывает имя игрока, то они меняются ролями и игра продолжается.

Подвижная игра «Космонавты»

Цель: Развивать у детей внимание, ловкость, воображение. Упражнять в быстрой ориентировке в пространстве.

По краям площадки чертятся контуры ракет. Общее количество мест в ракетах должно быть меньше количества играющих детей. Посередине площадки космонавты, взявшись за руки, ходят по кругу, приговаривая:

Ждут нас быстрые ракеты

На такую полетим!

Для прогулок по планетам.

Но в игре один секрет:

На какую захотим,

Опоздавшим места нет.

С последними словами дети отпускают руки и бегут занимать места в ракете. Те, кому не хватило места в ракетах, остаются на космодроме, а те, кто сидит в ракетах, поочередно рассказывают, где

пролетают и что видят. После этого все снова встают в круг, и игра повторяется. Во время полета вместо рассказа о виденном детям предлагается выполнять различные упражнения, задания, связанные с выходом в космос, и др.

Подвижная игра «Сокол и голуби»

Цель: упражнять детей в беге с увертыванием.

На противоположных сторонах площадки линиями обозначаются домики голубей. Между домиками находится сокол (водящий). Все дети – голуби. Они стоят за линией на одной стороне площадки. Сокол кричит: «Голуби, летите!» голуби перелетают (перебегают) из одного домика в другой, стараясь не попасться соколу. Тот, до кого сокол дотронулся рукой, отходит в сторону. Когда будет поймано 3 голубя, выбирают другого сокола.

Подвижная игра «Птички и клетка»

Цель: повышение мотивации к игровой деятельности, упражнять бег – в положении полусидя с ускорением и замедлением темпа передвижения.

Дети распределяются на две группы. Одна образует круг в центре площадки (дети идут по кругу, держась за руки) – это клетка. Другая подгруппа – птички. Воспитатель говорит: «Открыть клетку!» Дети, образующие клетку, поднимают руки. Птички влетают в клетку (в круг) и тут же вылетают из нее. Воспитатель говорит: «Закрывать клетку!» дети опускают руки. Птички, оставшиеся в клетке, считаются пойманными. Они встают в круг. Клетка увеличивается, и игра продолжается, пока не останется 1-3 птички. Затем дети меняются ролями.

Подвижная игра «Самолеты»

Цели: учить детей медленному бегу, держать спину и голову прямо во время бега, соблюдать расстояние между друг другом, развивать ориентировку в пространстве.

I вариант: дети бегают по площадке, изображая самолеты (расставив руки в стороны). Самолеты не должны сталкиваться и ломать крылья. Потерпевшие аварию подходят к воспитателю. После ремонта они вновь отправляются в полет. Игра продолжается 2-3 мин.

II вариант: дети размещаются вокруг воспитателя в одном углу площадки и приседают на корточки. Это – самолеты на аэродроме. По сигналу воспитателя самолеты друг за другом отправляются в полет и летают (медленно) в любых направлениях, стараясь не задевать друг друга крыльями (вытянутыми в стороны руками). По сигналу самолеты заходят на посадку и занимают место на аэродроме. В конце игры отмечаются лучшие, летавшие без аварий. Игра повторяется 3-4 раза.

Подвижная игра «У кого мяч»

Цели: учить держать спину ровно, укреплять мышцы спины, упражнять передачу мяча.

Дети образуют круг. Выбирают водящего (становится в центр круга), остальные плотно придвигаются друг к другу. Дети передают мяч по кругу за спиной. Водящий старается угадать, у кого мяч, он произносит «Руки!» и тот, к кому обращаются, должен показать обе руки ладонями вверх. Если водящий угадал, он берет мяч и становится в круг.

Подвижная игра «Совушка»

Цели: развитие внимания, реакции на словесную команду и произвольной регуляции поведения.

На площадке обозначается гнездо совы. Остальные – мышки, жучки, бабочки. По сигналу «День!» - все ходят, бегают. Через некоторое время звучит сигнал «Ночь!» и все замирают, оставаясь в той позе, в которой их застала команда. Совушка просыпается, вылетает из гнезда и того, кто пошевелится, уводит в свое гнездо.

Подвижная игра «Бездомный заяц»

Цели: упражнение кратковременного быстрого бега и бега с увертыванием, развитие реакции на быстрое принятие решения.

Из числа играющих выбираются «охотник» и «бездомный заяц». Остальные дети – зайцы располагаются в домиках (начерченных на земле кругах). Бездомный заяц убегает от охотника. Спасется заяц может, забежав в чей-то домик, но тогда заяц, стоявший в кружке, становится бездомным зайцем и должен сейчас же бежать. Через 2-3 мин воспитатель меняет охотника.

Картотека подвижных игр
подготовительная группа

<p style="text-align: center;">Подвижная игра 1 <u>Мышеловка.</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость.▪ Упражнять в беге и приседание, построение в круг и ходьбе по кругу. <p>Ход игры: Играющие / на две неравные команды, большая образует круг – «мышеловку», остальные – мыши.</p> <p style="text-align: center;">Ах, как мыши надоели, Все погрызли, все поели. Берегитесь же плутовки, Доберемся мы до вас. Вот расставим мышеловки, Переловим всех сейчас!</p> <p>Затем дети опускают руки вниз, и «мыши» оставшиеся в кругу встают в круг и мышеловка увеличивается.</p>	<p style="text-align: center;">Подвижная игра 2 <u>Перелет птиц.</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Развивать у детей выдержку, умение двигаться по сигналу.▪ Упражнять в беге, лазании. <p>Ход игры: Дети стоят в рассыпную на одном конце площадки – «птицы». На другом конце – вышка для влезания или гимнастическая стенка с несколькими пролетами. По сигналу «птицы улетают» птицы летят, расправив крылья. По сигналу «буря» птицы летят на вышку – скрываются от бури. По сигналу «буря прекратилась», птицы летают.</p> <p>Продолжительность 5-7 минут.</p>
<p style="text-align: center;">Подвижная игра 3 <u>Катай мяч</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Развивать выдержку, внимание, ловкость.▪ Упражнять в катании мяча. <p>Ход игры: Играющие образуют круг, опускаются на колени и садятся на пятки. Воспитатель катит мяч кому –нибудь из детей. Тот, отталкивает от себя рукой, не давая коснуться ног, другому играющему. Если мяч коснулся ног, ребенок делает шаг из круга. Сидя за кругом, проигравший принимает участие в игре если он отталкивает мяч случайно посланный ему.</p> <p>Продолжительность игры 4 – 5 минут.</p>	<p style="text-align: center;">Подвижная игра 4 <u>Ловишки из круга</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Развивать у детей умение согласовывать движения со словами.▪ Упражнять в ритмической ходьбе, в беге с увертыванием и в ловле, в построении в круг <p>Ход игры: Дети стоят по кругу, взявшись за руки. Ловишка – в центре круга, на руке повязка. Играющие двигаются по кругу и говорят: Мы, веселые ребята, Любим бегать и скакать Ну, попробуй нас догнать. Раз, два, три – лови! Дети разбегаются, а ловишка догоняет. Пойманный временно отходит в сторону. Игра продолжается, пока ловишка не поймает 2-3 детей.</p> <p>Продолжительность 5-7 минут.</p>

Подвижная игра 5
«Гори, гори ясно!»

Цель:

- Развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве.
- Упражнять в быстром беге.

Ход игры:

Играющие становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. «Ловящий» становится на эту линию. Все говорят:

Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло.
Глянь на небо-
Птички летят,
Колокольчики звенят!
Раз, два, три – беги!

После слова «беги» дети, стоящие в последней паре, бегут вдоль колонны (один слева, другой – справа), стремясь схватить за руки впереди ловящего, который старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и соединить руки. Если ловящему это удастся сделать, то он образует пару и становится впереди колонны, а оставшийся – ловящий.

Подвижная игра 7
Хитрая лиса

Цель:

- Развивать у детей выдержку и наблюдательность.
- Упражнять в быстром беге, в построении в круг, в ловле.

Ход игры:

Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга очерчивается «дом лисы». Дети закрывают глаза, а воспитатель обходит круг и дотрагивается до одного из играющих, который становится «хитрой лисой». Дети открывают глаза. Играющие три раза спрашивают хором сначала тихо, а затем громче: «Хитрая лиса, где ты?» Хитрая лиса выходит на середины круга, поднимает руку и говорит: «Я здесь!» Дети разбегаются, а «лиса» ловит. Пойманного- в дом.

Продолжительность 6-8 минут.

Подвижная игра 6
Лягушки и цапля

Цель:

- Развивать у детей умение действовать по сигналу, ловкость.
- Упражнять в прыжках в высоту с места.

Ход игры:

Очерчивается квадрат – «болото», где живут «лягушки». В углах вбиваются колышки или кладутся кубики. Высота 10 – 15 см. По сторонам квадрата протягивается веревка. За пределами квадрата «гнездо цапли». По сигналу «цапля» она, поднимая ноги, направляется к болоту и перешагивает через веревку. Лягушки выскакивают из болота, прыгая через веревку, отталкиваясь двумя ногами. Перешагнув через веревку, цапля ловит лягушек.

Продолжительность 5-7 минут

Подвижная игра 8
Удочка

Цель:

- Развивать у детей торможение, умение действовать по сигналу.
- Упражнять в беге с увертыванием, в ловле.

Ход игры:

Играющие становятся в круг, на расстоянии вытянутых в стороны рук. Воспитатель в центре. Он вращает по кругу шнур, к концу которого привязан мешочек с песком (удочка). Играющие внимательно следят за мешочком и при его приближении подпрыгивают на месте, чтобы мешочек не коснулся их ног. Тот, кого мешочек заденет выбывает из игры.

Продолжительность 5-7 минут.

<p style="text-align: center;">Подвижная игра 9 <u>Спрячь руки за спину</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Развивать у детей быстроту реакции на сигнал. ▪ Упражнять в беге, в ловле, закреплять правильную осанку. <p>Ход игры: Выбирают водящего – «ловишка», стоит в середине площадки. Остальные стоят в разных местах площадки и держат руки за спиной. По слову воспитателя «начинай» играющие опускают руки и начинают бегать в любом направлении, но только в пределах границ площадки, обозначенной флажками. Задача ловишки – поймать кого – либо из играющих, но касаться можно только тех, у кого руки опущены. Если играющий успел заложить руки за спину и сказать «не боюсь», ловишка не может его трогать. Если ловишка не сумел поймать никого – назначается другой.</p> <p>Продолжительность 5-7 минут.</p>	<p style="text-align: center;">Подвижная игра 10 <u>Угадай, что делали</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Развивать у детей выдержку, инициативу, воображение. <p>Ход игры: Выбирают одного ребенка, который отходит на 8 – 10 шагов от остальных и поворачивается спиной. Дети договариваются, какое действие они будут изображать. По слову «пора», отгадывающий поворачивается, подходит к играющим и говорит:</p> <p style="text-align: center;">Здравствуйте, дети! Где вы бывали? Что вы видали?</p> <p>Дети отвечают:</p> <p style="text-align: center;">Что мы видели – не скажем, А что делали – покажем.</p> <p>Все дети изображают какое – нибудь действие (играют на гармошке, скачут на лошадях и т.д.) Водящий должен отгадать это действие.</p> <p>Продолжительность игры 4-6 минут.</p>
<p style="text-align: center;">Подвижная игра 11 <u>Волк во рву</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Развивать смелость и ловкость, умение действовать по сигналу. ▪ Упражнять в прыжках в длину с разбегу. <p>Ход игры: На площадке проводятся две параллельные прямые на расстоянии 80 – 100 см – «ров». По краям площадки очерчивается «дом коз». Воспитатель назначает одного играющего «волком», остальные – «козы». Все козы располагаются на одной стороне площадки. Волк становится в ров. По сигналу воспитателя «волк во рву» козы бегут на противоположную сторону площадки, перепрыгивая через ров, а волк – старается их поймать (коснуться). Пойманных отводит в угол рва. Продолжительность игры 5-7 минут.</p>	<p style="text-align: center;">Подвижная игра 12 <u>Серсо</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Развивать меткость, глазомер. ▪ Упражнять в метании, ловле и согласованности движений. <p>Ход игры: Двое детей становятся друг против друга на небольшом расстоянии (2 – 3 м.). Один из них бросает в сторону другого кольца, а тот их ловит на палку или на руку. Когда все кольца брошены, производится подсчет, после чего дети меняются ролями.</p> <p>Продолжительность игры 5-7 минут.</p>
<p style="text-align: center;">Подвижная игра 13 <u>Два мороза</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Развивать у детей координацию, наблюдательность, умение выполнять движения по сигналу. ▪ Упражнять в беге. 	<p style="text-align: center;">Подвижная игра 14 <u>Свободное место</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Развивать у детей умение выполнять движение по сигналу. ▪ Упражнять в быстром беге.

<p>Ход игры: Играющие располагаются по две стороны площадки, двое водящих становятся по середине (Мороз – Красный нос и Мороз – Синий нос) и говорят:</p> <p style="text-align: center;">Мы два брата молодые, Два мороза удалые: Я мороз – Красный нос, Я Мороз – Синий нос, Кто из вас решится В путь – дороженьку пуститься?</p> <p>Все играющие хором отвечают:</p> <p style="text-align: center;">Не боимся мы угроз, И не страшен нам мороз.</p> <p>После слова «мороз» все играющие перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а морозы стараются их «заморозить» (коснуться рукой).</p> <p>Продолжительность игры 5-7 минут.</p>	<p>Ход игры: Играющие сидят на стульях по кругу. Воспитатель вызывает пруж детей сидящих рядом. По сигналу «раз, два, три – беги!» бегут в разные стороны за кругом, добегают до своего места и садятся. Воспитатель и все играющие отмечают, кто первый занял свободное место.</p> <p>Продолжительность игры 5-7 минут.</p>
<p style="text-align: center;">Подвижная игра 15 <u>Совушка</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Развивать у детей координацию, наблюдательность, умение выполнять движения по сигналу. ▪ Упражнять детей в беге. <p>Ход игры: На расстоянии 80 – 100 см проводятся две прямые – это «ров». На расстоянии одного – двух шагов от границы очерчивается «дом козы». Все козы располагаются на одной стороне площадки. Волк становится в ров. По сигналу «волк во рву» козы бегут на противоположную сторону, перепрыгивая ров, а волк в это время ловит коз. Пойманных отводит в угол рва. Продолжительность 6-8 минут.</p>	<p style="text-align: center;">Подвижная игра 16 <u>Не попадись</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Развивать у детей ловкость, решительность. ▪ Упражнять в прыжках в длину с места. <p>Ход игры: На площадке проводятся линии, за которые играющие не вправе выбегать. В одном углу площадки – круг «Гнездо совы». Выбирается «совушка», а остальные дети изображают насекомых, разбегаются по площадке. «Ночь» - «совушка» гуляет, «насекомые» спят. И «совушка» смотрит, не шевелится ли кто? Того, кто шевелится «совушка» отводит к себе в гнездо.</p> <p>Продолжительность 5-7 минут</p>

Подвижная игра 17
Бездомный заяц

Цель:

- Развивать у детей ориентировку в пространстве.
- Упражнять в быстром беге

Ход игры:

Из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки – «свой домик». Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой кружок; тогда заяц, стоявший в кружке – становится бездомным зайцем. Если охотник поймает, то меняются ролями.
Продолжительность игры 5-7 минут.

Подвижная игра 18
Скакалки

Цель:

- Развивать координацию движений.
- Упражнять в прыжках на месте и при движении вперед.

Ход игры:

Дети прыгают через скакалку на месте, пока не сделают ошибку или каждый играющий придумывает свои движения. Прыжки через скакалку проводятся на месте и продвигаясь вперед до условленного места.

Продолжительность игры 5-7 минут.

Подвижная игра 19
Скворечники

Цель:

- Развивать внимательность, ориентировку в пространстве и умение действовать по сигналу.
- Упражнять детей в беге.

Ход игры:

Играющие чертят круги в разных местах площадки – «скворечники» - одна пара скворцов в нем. Число скворечников = половине числа играющих. Дети бегают по площадке в разных направлениях. По сигналу воспитателя «скворцы прилетели» они бегут в «скворечники». Дети оставшиеся без скворечника считаются проигравшими.
Продолжительность игры 5-7 минут.

Подвижная игра 20
Пожарные на ученье.

Цель:

- Развивать у детей чувство коллективизма, умение выполнять движения по сигналу.
- Упражнять в лазании и в построении в колонну.

Ход игры:

Дети строятся лицом к гимнастической стенке на расстоянии 5 – 6 шагов в 3 – 4 колонны. Против каждой колонны на одной и той же высоте подвешивается колокольчик. По сигналу «1, 2, 3 – беги» дети, стоящие первыми, бегут к стенке, влезают и звонят в колокольчик. Затем спускаются и становятся в конец своей колонны. Повторить игру 6-8 раз.

Подвижная игра 21
Ловля бабочек

Цель:

- Развивать у детей выдержку и умение действовать по сигналу.
- Упражнять в беге с увертыванием и в ловле, в приседании.

Ход игры:

Выбрать четырех играющих – «дети с сачками». Остальные играющие – «бабочки». На слово «летите» дети разбегаются по площадке. По сигналу «лови» двое детей выбегают ловить бабочек. они ловят, смыкая руки вокруг пойманного, затем отводят его в условное место.

Подвижная игра 22
Эстафета с мячами

Цель:

- Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу.
- Упражнять в ловкости.

Ход игры:

Играющие делятся на две колонны. Первым в колонне дается по мячу. На сигнал воспитателя: «Вверх!» - дети поднимают руки и стоящий первым передает мяч через голову стоящему сзади и т.д. Выиграет та колонна, которая первой принесет мяч.

<p>на слова «Бабочки сели на цветы». бабочки присаживаются и отдыхают. Когда поймано 3-5 бабочек, отмечают, какая пара поймала больше. Повторить игру 6-8 раз.</p>	<p>Продолжительность игры 6 – 8 минут.</p>
<p style="text-align: center;">Подвижная игра 23 <u>Рыбаки и рыбки</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Развивать у детей ловкость, внимательность, умение действовать по сигналу. ▪ Упражнять в быстром беге с увертыванием и в ловле. <p>Ход игры: Площадка – «пруд». Вдоль площадки ходит рыбак, а на противоположной стороне – его помощник. В руках старшего рыбака «сеть» (веревка), на конце – мешочек с песком. Старший рыбак говорит помощнику: «Лови!», и бросает ему конец веревки с грузом, затем рыбаки окружают веревкой рыбок, которые не успели уплыть в глубокое место (отчерченное место на площадке). по сигналу «рыбки, плывите» рыбки снова выплывают из глубокого места. Продолжительность игры 6 – 8 минут.</p>	<p style="text-align: center;">Подвижная игра 24 <u>Ловля обезьян</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Развивать у детей инициативу, наблюдательность, память, ловкость. ▪ Упражнять в лазании, в беге. <p>Ход игры: Дети, изображающие обезьян, размещаются на одной стороне площадки, где имеются приборы для лазания или скамейки. На другой стороне 4 – 6 человек – это ловцы обезьян. Обезьяны подражают всему, что видят. Ловцы сговариваются, какие движения они будут делать. Как только ловцы выходят на середину площадки, обезьяны влезают на вышку и оттуда наблюдают. Прodelав движения, ловцы уходят, обезьяны приближаются к тому месту, где были ловцы и повторяют их движения. По сигналу «ловцы» ловцы ловят обезьян. Продолжительность игры 5-7 минут.</p>
<p style="text-align: center;">Подвижная игра 25 <u>Перемени флажок</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, воспитывать чувство коллективизма. ▪ Упражнять в беге на скорость, в построении в колонну. <p>Ход игры: На одной стороне площадки чертятся 4-5 кругов диаметром 1 шаг; расстояние между ними 1 шаг. на противоположной стороне 4 – 5 колонн. Каждому первому по флажку одинакового цвета. В каждый круг кладется флажок другого цвета. По сигналу «1,2,3 – беги» играющие бегут в свой круг кладут свой флажок и берут другой. Кто первым поднял флажок считается выигравшим. Игра продолжается 2 – 3 раза.</p>	<p style="text-align: center;">Подвижная игра 26 <u>Кто раньше дойдет до середины</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Развивать координацию и ловкость в движении рук <p>Ход игры: Берутся две короткие круглые палки. К ним привязывается шнур длиной 8 – 10 м., середину его отмечают лентой. Играющие натягивают шнур. По сигналу воспитателя быстро начинают вращать палки обеими руками и, наматывая шнур на палку, продвигаться вперед. Выигрывает тот, кто раньше наматывает шнур до ленты.</p>

Подвижная игра 27
Кто первый через обруч к флажку.

Цель:

- Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, ловкость коллективизм.
- Упражнять в быстром беге и в пролезании.

Ход игры:

На одной стороне площадки разложены флажки (4 – 6) на расстоянии одного метра один от другого. В середине площадки – обручи. На противоположной стороне 4 – 6 колонн. По сигналу «1,2,3 – беги» стоящие первыми бегут к флажкам, пролезая на пути в обруч, бежит до флажка, берет и поднимает вверх, затем кладет и бежит в конец колонны.

Игра продолжается 3 – 4 раза.

Подвижная игра 28
Передай мяч

Цель:

- Развивать умение выполнять движения ритмично, согласуя со словами, а также по сигналу.
- Упражнять в передаче мяча, в повороте корпуса вправо и влево, в метании в подвижную цель.

Ход игры:

Играющие стоят по кругу. Воспитатель дает одному из играющих мяч (D=6-8см). По слову «начинай» дети передают мяч друг другу в одном направлении. Все играющие говорят: Раз, два, три! Мяч скорей бери! Четыре, пять, шесть! Вот он, вот он здесь! Семь, восемь, девять! Брось его кто умеет? Я! Тот, у кого на слово «Я» окажется мяч, выходит с ним на середину и говорит: «Раз, два, три – беги». После этих слов все дети разбегаются, а стоящий, не сходя с места, бросает мяч в убегающих. Тот, в кого попал мяч, выходит из игры. По сигналу «раз, два, три в круг беги» дети снова образуют круг. Игра повторяется 6-8 раз.

Подвижная игра 29
Море волнуется

Цель:

- Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость.
- Упражнять в беге и приседание, построение в круг и ходьбе по кругу.

Ход игры:

Из числа играющих выбирается водящий. Остальные встают в круг на расстоянии одного шага друг от друга, и каждый чертит на своем месте кружок. Ведущий идет вокруг играющих «змейкой», а дети, которым говорят «Море волнуется», - встают за ним, постепенно образуя цепочку.затем неожиданно ведущий говорит «Море спокойно», - все отпускают руки и бегут занять свои места. Тот, кто останется без кружка становится водящим.

Игра повторяется 6-8 раз.

Подвижная игра 30
Паук и мухи

Цель:

- Развивать у детей выдержку, ловкость.
- Упражнять в беге и приседание.

Ход игры:

Выбирается водящий – паук, остальные дети – мухи. Паук стоит в стороне, мухи бегают по всей площадке. По сигналу воспитателя мухи замирают, паук обходит играющих, и у кого заметит хоть малейшее движение, того забирает к себе. Игра повторяется 6-8 раз.

Подвижная игра 31
Коршун и наседка (с бегом)

Цель:

- Развивать у детей ловкость, сообразительность, чувство товарищества.
- Упражнять в беге колонной.

Ход игры:

В игре участвуют 8 – 10 детей. Один из играющих «коршун», а другой – «наседка», остальные – «цыплята», которые становятся за наседкой, образуя колонну. Все держаться друг за друга на противоположной стороне круг – «гнездо коршуна». По сигналу «коршун», он вылетает из гнезда и старается поймать цыпленка, стоящего за наседкой. Наседка, «распустив крылья», защищает своих цыплят, не дает коршуну схватить цыпленка, а цыплята двигаются за наседкой.

Продолжительность 5-7 минут.

Подвижная игра 32
Не оставайся на полу

Цель:

- Развивать у детей выдержку, ловкость, умение действовать по сигналу, быстро ориентироваться в обстановке.
- Упражнять в беге, прыжках в длину, в ловле.

Ход игры:

На площадке расставлены предметы высотой 25 – 30 см, на которые дети должны взбираться: лестницы со ступеньками, доски, поставленные на возвышение, невысокие ящики, скамейки. Ловишке на руку одевают повязку. Под удары в бубен дети ходят, бегают, прыгают. По сигналу «лови» все дети взбираются на предметы.

Ловишка ловит тех, кто не успел вскочить на возвышение. Пойманные садятся в сторону.

Продолжительность 5-7 минут

Подвижная игра 33
Бросить и поймать

Цель:

- Развивать у детей координацию движение, ориентировку в пространстве.
- Упражнять в метании и ловле, быстром беге.

Ход игры:

На двух столбиках или стойках для прыжков укрепляется веревочка на высоте ребенка с поднятой рукой. Дети бросают мяч через веревочку, затем пробегают следом и ловят его.

Продолжительность 5-7 минут.

Подвижная игра 34
Ловишка, бери ленту

Цель:

- Развивать у детей ловкость, сообразительность.
- Упражнять в беге, в ловле и в построении в круг.

Ход игры:

Играющие стоят по кругу. Каждый получает ленточку, закладывает за пояс. В центре круга ловишка. По сигналу воспитателя «беги» все разбегаются, а ловишка старается вытянуть как можно больше ленточек.

Продолжительность 5-7 минут.

Подвижная игра 35
«ТУННЕЛЬ»

Цель: Обучать детей в умении ползать.

Ход игры: Участники стоят в двух колоннах. Первый делает шаг вперед и принимает упор лежа согнувшись. Второй участник проползает под первым заданным способом (по-пластунски, на низких четвереньках с опорой на предплечья) и принимает это же положение рядом с первым. Движение начинает третий участник и т.д. Задание выполняется 2-3 раза подряд. Выигрывает та команда, которая быстрее переползет за ориентир.

Вариант 1 Построившись в шеренги, команды принимают исходное положение – упор лежа на согнутых руках. Направляющие и замыкающие стоят лицом друг к другу. В руках у направляющих мячи. По сигналу игроки отжимаются в упор лежа и, поднимая таз, принимают положение упора согнувшись. Направляющий толчком двух рук перекачивает мяч по туннелю и ложится на пол. Замыкающий, поймав мяч, перебегает на место направляющего. В это время все остальные игроки сгибают руки, ложатся ви.п. Эстафета заканчивается, когда направляющий вернется на свое место.

Вариант 2 Те же условия, но и.п. – упор сидя сзади, а в момент проката мяча – упор лежа сзади.

Подвижная игра 36
«СБЕЙ ГРУШУ»

Цель:

- Равновесие, броски мяча, метание.

Ход игры:

Участники игры делятся на 2 команды. Первая – «груши», дети встают на скамейку, поставленную поперек зала. Игроки второй команды, «метатели», берут по одному мячу ($d=15,25$ см) и выстраиваются в шеренгу на расстоянии 5-6 м от скамейки. По сигналу «метатели» по очереди бросают мяч, стараясь сбить «грушу». Игра проводится 5-6 раз, подсчитывается общее количество сбитых груш. Выигрывает команда, которая сбила большее количество груш. Сбитым считается тот игрок («груша»), в которого попал мяч или он сам спрыгнул на пол.

Усложнение

1. Обе команды стоят на параллельных скамейках.
2. Скамейка «метателей» стоит перпендикулярно скамейке с «грушами» на расстоянии 5-6 м, перед броском игрок – «метатель» пробегает по скамейке.

Подвижная игра 37
«ЛОВКИЕ ПАЛЬЦЫ»

Цель:

- Развивать способность к двигательной импровизации, двигательной находчивости, способность координировать действия при совместном решении двигательных задач.

Ход игры:

По залу рассыпаются мелкие предметы: кусочки от резиновых ковриков, фломастеры, шарики, пластмассовые пробки и т.п. Играющие собирают их, захватывая пальцами ног (один предмет – правой ногой, другой – левой ногой), и берут в руки.

Когда все предметы собраны, играющие садятся на пол, и каждый раскладывает из того, что он собрал, какую-нибудь композицию (дома, цветы, корабли, лес и т.д.).

Не разрешается брать предметы с пола руками.

Усложнение

Правой ногой собирать предметы в левую руку, левой ногой – в правую руку.

Подвижная игра 38
«ПЕРЕПРАВА НА ПЛОТАХ»

Цель:

- Развивать у детей выдержку, ловкость.
- Упражнять в равновесии.

Ход игры:

Команды построены в колонны по одному перед стартовой чертой («на берегу»), в руках у направляющего по два резиновых коврика (плоты). По сигналу он кладет один коврик перед собой на пол и на него быстро становятся два, три или четыре человека (в зависимости от длины и ширины коврика). Затем направляющий кладет на пол второй коврик, и вся группа перебирается на него, передавая первый коврик дальше. И так, поочередно, перескакивая с коврика на коврик, группа переправляется через «реку» на противоположный «берег», где участники остаются за финишной чертой, а один из игроков тем же способом возвращается назад за следующей группой. Игрокам не разрешается становиться ногами на пол. Участники, нарушившие это условие, выбывают из игры (считаются «утонувшими»). Выигрывает команда первой и без потерь закончившая «переправу».

Подвижная игра 39
«ЭХО»

Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение

Ход игры:

Играющие встают в круг. Первый игрок называет свое имя и показывает любое движение (поворот, хлопок в ладоши, прыжок и т.п.). Все дети хором три раза повторяют имя и движение, стараясь произносить с той же интонацией, что и первый игрок. Затем следующий ребенок называет свое имя и показывает движение, все повторяют, и т.д., пока все дети не назовут свои имена.

Подвижная игра 40
«ГОРЯЧАЯ КАРТОШКА»

Цель: развивать координацию, быстроту, ловкость

- Передача мяча.

Ход игры:

Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. У двух игроков, стоящих на противоположных сторонах круга, - по мячу. По сигналу оба игрока начинают передавать мячи по кругу в одном направлении как можно быстрее, чтобы один мяч догнал другой. Когда у одного из игроков оказывается два мяча, игра начинается заново. Играют 4-5 минут, затем отмечают игроков, которые хорошо передавали мяч.

Указание

Мяч надо передавать каждому рядом стоящему, никого не пропуская. Игрок, уронивший мяч, должен поднять его и, вернувшись на свое место, передать соседу.

Усложнение

1. Мячи разной массы.
2. Мячи разного размера.
3. Количество мячей более двух.

Подвижная игра 41
«ПОМЕНИЙСЯ МЕСТАМИ»

Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение

Подвижная игра 42
«ЗАМРИ»

Цель:

- Обучать детей в умении ползать и бегать.

Ход игры:

Одного ребенка выбирают «льдинкой», а

<p>Ход игры: Дети становятся в круг. Инструктор предлагает поменяться местами тем детям, у кого есть что-нибудь одинаковое: светлые волосы, белые футболки, домашние животные и т.п. Например, инструктор говорит: «Пусть меняются местами те, у кого есть велосипед». Дети меняются местами и т.д. Игра проводится 3-4 минуты.</p>	<p>остальные разбегаются в разных направлениях. «Льдинка» считает до 5, а затем догоняет убегающих. Когда до тех дотрагивается «льдинка», они замирают на месте в широкой стойке. Чтобы разморозить их, другие дети должны проползти между ногами замороженных. Игра проводится 2-3 раза по 2-3 минуты. Каждый раз выбирается новая «льдинка».</p>
<p style="text-align: center;">Подвижная игра 43 <u>«БУДЬ ВНИМАТЕЛЕН»</u></p> <p>Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение</p> <p>Ход игры: Преподаватель предлагает детям выполнить все движения, которые он называет, но сам при этом может показывать совершенно другие движения. Например, преподаватель говорит: «Руки в стороны!», в сам поднимает руки вверх и т.д. Игра проводится 2-3 минуты. Ее можно проводить как в кругу, так и в любом другом построении.</p>	<p style="text-align: center;">Подвижная игра 44 <u>«ЛЕТАЕТ – НЕ ЛЕТАЕТ»</u></p> <p>Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение</p> <p>Ход игры: Дети стоят в кругу, в центре – инструктор. Он называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают или не летают. Называя предмет, инструктор поднимает руки в стороны – вверх. Например, говорит: «Птица летает, стул летает, самолет летает» - и т.д. Дети должны поднять руки в стороны – вверх, если назван летающий предмет.</p>
<p style="text-align: center;">Подвижная игра 45 <u>«У КОГО МЯЧ?»</u></p> <p>Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение</p> <p>Ход игры: Дети встают в круг лицом к центру, руки за спиной. В центре круга водящий с закрытыми глазами. Ведущий дает маленький мяч любому из играющих. Дети начинают незаметно передавать мяч по кругу за спинами. Водящий, открыв глаза, пытается определить, у кого мяч, обращаясь к игроку: «Оля, покажи руки!». Ребенок, к которому обратился водящий, показывает руки и опять прячет их за спину. Мяч нельзя долго держать в руках. Нельзя водящему обращаться к детям по порядку. Если водящий определил, у кого мяч, тот игрок становится водящим.</p>	<p style="text-align: center;">Подвижная игра 46 <u>У медведя во бору</u></p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу. ▪ Упражнять в ловкости. <p>Ход игры: Один из играющих изображает медведя, а другие идут в бор за грибами и ягодами, поют:</p> <p style="text-align: center;">У медведя на бору Грибы-ягоды беру! Медведь постыл На печи застыл!</p> <p>При этих словах медведь, до сих пор как будто дремавший, тихо ворочается, потягивается и как будто неохотно идет на детей, которые бегут от него. Медведь ловит кого-нибудь. Пойманный становится медведем, и игра продолжается.</p>

Подвижная игра 47
«РУЧЕЙКИ И ОЗЕРА»

Цель: Учить детей бегать и выполнять перестроения.

Ход игры:

Дети стоят в двух-трех колоннах с одинаковым количеством играющих в разных частях зала — это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне). На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги озера. Выигрывают те дети, которые построят круг.

Подвижная игра 48
«ДЕНЬ И НОЧЬ»

Цель: Обучать детей в умении бросать и ловить мяч.

Ход игры:

У каждого из детей в руках по мячу. По команде «День!» дети выполняют знакомые движения с мячом (броски вверх, вниз, в стену, в кольцо, набивание мяча на месте, в движении и др.). По команде «Ночь!» - замереть в той позе, в которой застала ночь.

Игра проводится 3-4 минуты

Подвижная игра 49
Горелки

Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение; учить детей бегать и выполнять перестроения.

Ход игры:

Играющие образуют пары и становятся вереницей. Впереди на два шага «горящий» — тот, кто водит. Ему запрещено оглядываться назад. Играющие поют — выкрикивают:

Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло.
Стой подоле —
Гляди в поле.
Едут там трубачи
Да едят калачи.
Погляди на небо —
Звёзды горят,
Журавли кричат —
Гу, гу, гу, убегу.
Раз, два, не воронь,
Беги, как огонь.

«Горящий» должен взглянуть на небо, а между тем задняя пара разъединяется и бежит — один по одну сторону вереницы пар, а другой — по другую, стараясь соединиться снова впереди «горящего». Если это паре удастся, то «горящий» продолжает водить, если — нет и «горящий» ловит кого-нибудь, то оставшийся без пары водит — становится «горящим». Новая пара занимает место непосредственно за новым «горящим» — и игра продолжается.

Подвижная игра 50

Пчёлы

Цель:

- Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу.
- Упражнять в ловкости.

Ход игры:

Играющие по считалке выбирают Цветок, а затем делятся на две группы: Сторожей и Пчел. Сторожа, взявшись за руки, ходят вокруг Цветка и поют:

Пчёлки яровые,
Крылья золотые,
Что вы сидите,
В поле не летите?
Аль вас дождичком сечёт,
Аль вас солнышком печёт?
Летите за горы высокие,
За леса зелёные —
На кругленький лужок,
На лазоревый цветок.

Пчелы стараются забежать в круг, а Сторожа, то подымая, то опуская руки, мешают им. Как только одной из Пчел удастся проникнуть в круг и коснуться Цветка, Сторожа, не сумевшие уберечь Цветок, разбегаются. Пчёлы бегут за ними, стараясь ужалить и пожужжать в уши.

Подвижная игра 51

Гуси-лебеди и волк

Цель:

- Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу.
- Упражнять в ловкости.

Ход игры:

Играющие выбирают из своей среды волка и хозяина, а сами изображают гусей-лебедей. Волк уходит на место, называемое играющими «горой». Гуси лебеди, посидев некоторое время дома у хозяина, уходят в поле. Через некоторое время хозяин кричит:

—Гуси-лебеди, домой!

Гуси отвечают:

—Волк под горой!
—Что волк делает?
—Траву щиплет.
—Ну, бегите же домой!

Гуси бегут, а волк их ловит и по одиночке уводит на свою гору. Когда волк переловит всех гусей, хозяин топит для волка баню и просит его помыться. Волк идет, парится, моется. По выходе из бани хозяин берет камень или палку и, показывая их волку, говорит:

—Волкушко! Я тебе коровушку брошу!

Бросает палку или камень, волк бежит за «коровушкой», гуси-лебеди тем временем бегут домой к хозяину.

Подвижная игра 52

Селезень и утка

Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение

Ход игры:

Играющие становятся в круг, в середину которого ставят утку, за кругом — селезень, который старается ворваться в круг и поймать утку.

При этом поют:

Селезень ловил утку,
Молодой ловил серую. —
Поди, утица, домой,
Поди, серая, домой!
У тебя семеро детей,
Восьмой — селезень.

Подвижная игра 53

Цветные автомобили

Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение

Ход игры:

Дети сидят на стульях вдоль стен комнаты. Это автомобили, которые стоят в гараже. Каждый играющий держит в руках флажок, кольцо или картонный диск синего, жёлтого или красного цвета. У воспитателя в руках три флажка соответствующих цветов. воспитатель поднимает один, два или три флажка. Флажок поднят, автомобили этого цвета выезжают из гаражей (дети бегают по площадке). Флажок опущен, автомобили этого цвета возвращаются в гараж (дети садятся на стульчики).

Подвижная игра 54

Ручеёк

Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение.

Ход игры:

Ребята обхватывают друг друга за пояс и становятся гуськом вдоль весеннего ручья. Все поют:

Разливался родник ключевой,
Белый, снеговой:
По чистым полям,
По синим морям,
По мхам, по болотам,
По зелёным колодам.

Царь едет жениться,
Царевна велит воротиться:
Сама к тебе буду,
Летом — в карете,
Зимою — в возочке,
Весной — в челночке!

Затем боком стараются перепрыгнуть ручей, не коснувшись воды. Но при этом каждый мешает своему соседу. Тот, кто коснулся воды, из игры выбывает.

Подвижная игра 55

Заяц и капуста

Цель:

- Развивать у детей ловкость, коллективизм, умение выполнять движения по сигналу.
- Упражнять в быстром беге и в пролезании.

Ход игры:

На расстоянии 10—15 шагов чертят две параллельные линии— это границы «огорода». Играющие делятся на две равные группы. Ребята каждой группы берутся за руки и выстраиваются вдоль линий, образуя «плетень». Один из участников — Заяц — выходит на середину «огорода» с «капустой» (мячом). С ним переговариваются:

- Где ты, зайнька, гулял?
— В огороде.
— Что ты, зайнька, там делал?
— Я капустку рвал, во пучочки вязал.
— Куда ты, зайнька, капустку подевал?
— За плетень покидал!

Все участники игры поют:

Бежит-скачет зайнька,
Серый горностаинька,
Коротенькие ножки,
Сафьяновы сапожки.
В огород он прибежал,
Всю капустку поломал,
Во пучочки повязал,
За плетень покидал!

Заяц ногой сильно бьёт по мячу в сторону одной из групп. Если мяч пролетит «плетень», то Заяц бежит, стараясь пробиться через «плетень» (то есть сцепленные руки ребят), поднять мяч, принести и положить его на прежнее место. Заяц, который выполнит все эти условия, продолжает игру. Тот, кто дольше продержится в роли Зайца, выходит победителем. Если зайчик не пробился через плетень, то его заменяет другой играющий.

Подвижная игра 56

Колечко

Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение

Ход игры:

Дети садятся в ряд и складывают ладони «лодочкой». Водящий вкладывает свои ладони в ладони каждого участника игры. Одному из них он должен незаметно оставить «колечко»— камушек, орех, который зажат у него между ладонями.

При этом он приговаривает:

*Я по лавочке иду,
Золот перстень хороню —
В матушкин теремок,
Под бабушкин замок.
Вам не отгадать, не отгадать!
Мне вам не сказать, не сказать!
Сидящие отвечают:
Мы давно уже гадали,
Мы давно перстень искали —
Всё за крепкими замками,
За дубовыми дверями.*

Затем один из играющих пытается отгадать, у кого спрятано кольцо.

Ему приговаривают:

*«Покатилось колечко с красного крылечка
по овинам, по клетям, по амбарам, по сеням.*

Найди золотое колечко!»

Если он найдёт, у кого из играющих спрятано кольцо, все дети одновременно с ним бегут в разные стороны, обегая лавку.

Кто первым сядет на свободное место, тот водящий. Он и прячет снова кольцо.

Подвижная игра 57 **В кладовой завелись мыши**

Цель:

- Развивать у детей ловкость, коллективизм, умение выполнять движения по сигналу.
- Упражнять в быстром беге и в пролезании.

Ход игры:

Дети изображают мышей. Мышки сидят на стульчиках или скамьях по одну сторону площадки. Каждая в своей норке. На противоположной стороне площадке натянута верёвка на высоте 50-40 см. Это лаз в кладовую. Сбоку от играющих сидит кошка-воспитатель. Кошка засыпает, мыши бегут в кладовую, нагибаются и подлезают под верёвку. В кладовой мышки садятся на корточки и грызут сухари. Кошка внезапно просыпается и бежит гонять мышей. Мышки убегают и прячутся в своих норках. Кошка, разогнав всех мышей ложиться подремать на солнышке.

Игра продолжается.

Подвижная игра 58 **Воробушки и кот**

Цель:

- Развивать у детей ловкость, сообразительность, умение действовать по сигналу.
- Упражнять в быстром беге с увертыванием и в ловле.

Ход игры:

Дети стоят на скамейке или на больших кубиках по одну сторону площадки - это крыша. В стороне сидит кот - воспитатель или кто-нибудь из детей. Кот спит. - Воробушки прилетели, - говорит воспитатель. Воробушки прыгивают с крыши и разлетаются во все стороны. Но вот просыпается кот. Кричит: - Мяу- мяу, - и бежит ловить воробушков, которые должны спрятаться на крыше. Всех пойманных кот уводит в свой дом.

Подвижная игра 59 **МЯЧ - СОСЕДУ**

Цель:

- Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу.
- Упражнять в ловкости.

Ход игры:

Игроки становятся по кругу лицом в центр на расстоянии шага друг от друга. У двух игроков, стоящих друг против друга, в руках по волейбольному мячу. По сигналу играющие начинают передавать мяч вправо или влево по кругу (в одном направлении) так, чтобы один мяч догнал другой. Тот, у кого окажется два мяча, получает штрафное очко.

Подвижная игра 60 **КРАСКИ**

Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение

Ход игры:

Дети выбирают хозяина и двух покупателей, все остальные игроки — краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его хозяину. Когда все краски выбрали цвет, хозяин приглашает одного из покупателей.

Покупатель стучится:

*«Тук-тук!»
—«Кто там?»*

- «Покупатель».
- «Зачем пришел?»
- «За краской».
- «За какой?»
- «За голубой».

Если голубой краски нет, хозяин говорит:

*«Иди по голубой дорожке,
найди голубые сапожки,
поноси да назад принеси»*

. Если же покупатель цвет краски угадал, то краску забирает себе. Идет второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. И так они проходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель, который угадал больше красок. При повторении игры он выступает в роли хозяина, а покупатели играющие выбирают.

Подвижная игра 61 **ФАНТЫ**

Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение

Ход игры:

Игра начинается так. Ведущий обходит играющих и говорит:

*Нам прислали сто рублей.
Что хотите, то купите,
Черный, белый не берите,
Да и нет не говорите!*

После этого он задает детям разные вопросы, а сам старается, чтобы кто-то в разговоре произнес одно из запрещенных слов: черный, белый, да, нет. Ведущий ведет примерно такой разговор: «Что продается в булочной?» — «Хлеб». — «Какой?» Чуть-чуть не ответил игрок: «Черный и белый», да вовремя вспомнил запрещенные слова и сказал: «Мягкий». — «А какой хлеб ты больше любишь, черный или белый?» — «Всякий». — «Из какой муки пекут булки?» — «Из пшеничной». И т. д. Тот, кто произнес запрещенное слово, отдает водящему фант. В конце игры все, кто остался без фанта, выкупают его.

Подвижная игра 62 **ТЕЛЕФОН**

Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение;

Ход игры:

Все дети садятся в ряд: кто сидит первым, тот телефон. Ведущий на ухо быстро ему говорит какое-то слово или короткое предложение. То, что он услышал, передает своему соседу, тот в свою очередь передает это слово следующему игроку и так до последнего играющего. После этого все говорят, что они слышали. Первый, кто перепутал сказанное, садится в конец, играющие передвигаются ближе к телефону. Каждый ребенок может выполнять роль телефона один раз, после чего садится в конце ряда.

Подвижная игра 63 **НЕ ДАВАЙ МЯЧ ВОДЯЩЕМУ**

Цель:

- Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу.
- Упражнять в ловкости.

Ход игры:

Все играющие, кроме одного-двух водящих, становятся по кругу и начинают бросать мяч друг другу. Задача водящих, находящихся в кругу, — коснуться мяча рукой. Если водящему удастся это сделать, он меняется местом с тем, кто неудачно бросил мяч. Если мяч выкатится из круга, за ним может бежать любой игрок.

Подвижная игра 64 **СЪЕДОБНОЕ - НЕСЪЕДОБНОЕ**

Подвижная игра 65 **ПУСТОЕ МЕСТО**

Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение;

Ход игры:

Играющие встают в круг. У одного из них мяч. Назвав какой-нибудь предмет, он одновременно бросает мяч любому из игроков. Если был назван съедобный предмет, то мяч должен быть пойман, если несъедобный, то его ловить нельзя. Если игрок ошибается (ловит мяч, названный несъедобным), то он выбывает из игры. Если не ошибается, то сам называет какой-либо предмет и передает мяч. Побеждает последний, не выбывший из игры.

Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение

Ход игры:

Играющие встают в круг, заложив руки за спину, а водящий за кругом. Он, обходя круг, дотрагивается до руки кого-либо из игроков и бежит в любую сторону за кругом, а вызванный — в обратную сторону. Задача бегущих — обжав круг, первым занять пустое место. Оставшийся без места становится водящим.

Подвижная игра 66
ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ

Цель: развивать творческую активность детей, фантазию, собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности; поднять настроение

Ход игры:

Играющие становятся парами по кругу лицом к центру так, что один из пары находится впереди, а другой — сзади него. Расстояние между парами — 1—2 м. Двое водящих занимают место за кругом: один убегает, другой его ловит. Спасаясь от погони, убегающий может встать впереди любой пары. Тогда стоящий сзади оказывается «третьим лишним» и должен убегать от второго водящего. Если догоняющий коснется убегающего, то они меняются ролями. Никто не должен мешать игроку убегать от преследователя.