

**Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение муниципального
образования город Краснодар "Детский сад
комбинированного вида № 136 "Тополёк"**

Картотека подвижных игр для детей дошкольного
возраста

«Игры на равновесие»

Младший дошкольный возраст

«Канатоходец»

Цель: упражнять детей в равновесии, формировать потребность в двигательной активности, приобщать к доступным подвижным играм, воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила.

Ход игры:

Протянуть по полу длинную веревочку и предложить детям пройти по ней и приговаривать слова:

Вот слон, индийский гастролер,
Канатоходец и жонглер.
(С.Маршак)

(На улице можно начертить мелом узкую дорожку, по которой ребенку надо будет пройти.)

«По мостику»

Цель: упражнять детей в равновесии, формировать потребность в двигательной активности, приобщать к доступным подвижным играм, воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, учить ходить по гимнастической скамейке.

Ход игры:

Сказать детям, что гимнастическая скамейка – это мостик через речку:

Над речкой – узкий мостик, другого нет пути,
Решили наши звери по мостику пройти.
(Е.Железнова)

Предложить детям провести через мост зверей (приготовить игрушки кошки, собаки, коровы и т.п.). Ребенок прижимает одной рукой игрушку и идет через мост, держась второй свободной рукой за воспитателя. Так проходят все дети.

«Там мышка живет»

Цель: упражнять детей в равновесии, формировать потребность в двигательной активности, приобщать к доступным подвижным играм, воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, учить ходить по гимнастической скамейке.

Ход игры:

Ребенок идет по гимнастической скамейке, в конце которой его поджидает игрушечная мышка. Воспитатель говорит слова потешки:

Огуречик, огуречик,
Не ходи на тот кончик.
Там мышка живет,
Тебе хвостик отгрызет.

Когда ребенок доходит до мышки, ему нужно быстро повернуться и «убежать» по мостику от мышки.

Средний дошкольный возраст

«Козлики на мосту»

Цель: упражнять детей в ходьбе и в равновесии, развивать интерес к подвижным играм, продолжать формировать интерес и любовь к спорту.

Ход игры:

Двое детей идут с разных сторон по доске (ширина 20 см). Встретившись на середине, поворачиваются на 180* и возвращаются каждый в свою сторону.

Правила: расходясь, не терять равновесие, не оступаться.

«Донеси – не урони»

Цель: упражнять детей в ходьбе и в равновесии, развивать интерес к подвижным играм, продолжать формировать интерес и любовь к спорту.

Оборудование: мешочки и шнур.

Ход игры:

На землю кладут шнур, длиной 2-3 метра. Ребенок подходит к шнуру, кладет на голову мешочек и проходит по шнуру, стараясь не уронить мешочек.

Правила: мешочек нельзя придерживать руками; если мешочек упал, его надо поднять и продолжить движение.

«Бабочки лягушки»

Цель: упражнять детей в ходьбе и в равновесии, развивать интерес к подвижным играм, продолжать формировать интерес и любовь к спорту, учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Оборудование: бубен

Ход игры:

Дети идут в колонне друг за другом. По сигналу «бабочка» останавливаются и поднимают руки в стороны. С ударами бубна или под счет воспитателя продолжают ходьбу. По «лягушка» останавливаются и приседают, обхватив колени руками.

Правила: останавливаться быстро, не наталкиваясь друг на друга; приседая не терять равновесия.

Старший дошкольный возраст

«Посадим рассаду и соберём урожай.»

Цель: Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом, учить элементам спортивных игр, знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке, развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Оборудование: корзинки, мешочки (кубики, колечки)

Ход игры:

3—4 играющих стоят перед скамейками, в руках у них корзинки или ведерки с мешочками (кубиками, колечками). Идут по скамейке, наклоняясь и раскладывая предметы на скамейке. Дойдя до конца, сходят или прыгивают, идут обратно и отдают корзинки следующим играющим. Те по сигналу также идут по скамейке, но уже собирают предметы.

Правила: предметы брать из корзинки по одному; класть предметы примерно через два шага, положив или взяв предмет, выпрямиться.

«Разойдись — не упади.»

Цель: Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом, учить элементам спортивных игр, знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке, развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Оборудование: -

Ход игры:

Двое детей идут по скамейке навстречу друг другу (с разных сторон). Встретившись, расходятся, придерживаясь друг за друга, и продолжают движение.

«Кто дольше не уронит.»

Цель: Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом, учить элементам спортивных игр, знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке, развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Оборудование: мешочек с песком

Ход игры:

Играющие стоят на полу на одной ноге, вторая нога согнута в колене. Кладут на колено мешочек с песком и стараются устоять, не теряя равновесие.

Правила: мешочки кладут по сигналу и стоят, не придерживая их рукой; тот, кто уронил мешочек, выходит из игры.

Игры с элементами бега

Младший дошкольный возраст

«Бегите ко мне».

Цель: упражнять детей действовать по сигналу, выполнять бег в прямом направлении одновременно всей группой.

Ход игры:

Дети стоят на одной стороне зала, так, чтобы не мешать друг другу. Воспитатель стоит у противоположной стороны. Он говорит: «Бегите ко мне, все-все бегите ко мне!» Дети бегут к воспитателю, который встречает их приветливо, разведя руки широко в стороны, и делает вид, что хочет всех ребят обнять. После того как дети соберутся около воспитателя, он уходит на другую сторону площадки и снова говорит: «Бегите ко мне!». Перед началом игры воспитатель напоминает, что бежать можно только после слов «Бегите ко мне!», нельзя толкаться и мешать друг другу.

Желающих играть можно разделить на две небольшие группы: пока одна группа играет, другая смотрит, затем они меняются ролями.

«Птички».

Цель: упражнять детей действовать по сигналу педагога, бегать в разных направлениях одновременно всей группой, использовать всю площадь зала.

Ход игры:

Педагог объясняет, что дети будут изображать птичек, которые готовятся к отлету в теплые края. По звуковому сигналу воспитателя все дети поднимают руки (крылья в стороны и разбегаются (разлетаются) по всему залу. По сигналу: «Птички отдыхают», дети останавливаются и приседают.

«Бегите к флажку»

Цель: Формировать интерес и любовь к спорту, упражнять детей действовать по сигналу педагога, приобщать к доступным подвижным играм, воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила.

Оборудование: флажки (красный и синий цвет)

Ход игры:

Воспитатель раздает детям флажки двух цветов: красного и синего. Держа в одной руке красный, а в другой – синий флажок, он разводит руки в стороны; дети свободно группируются напротив флажка соответствующего цвета. Затем воспитатель предлагает малышам погулять – побегать по площадке. Пока они гуляют, педагог переходит на другую сторону, говорит: «Раз, два, три – скорей сюда беги!» – при этом он разводит руки с флажками в стороны. Дети бегут к нему и собираются около флажка соответствующего цвета. Когда соберутся все, воспитатель предлагает поднять флажки вверх и помахать ими.

Средний дошкольный возраст

«Самолеты»

Цель: Развивать у детей ориентировку в пространстве, закрепить навык построения в колонну. Упражнять в беге.

Оборудование: флажки

Ход игры:

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 врассыпную, 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.

«Цветные автомобили»

Цель: Развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу. Упражнять детей в беге, ходьбе.

Оборудование: флажки

Ход игры:

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.

«Птичка и кошка»

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

Оборудование: шнур

Ход игры:

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.

Старший дошкольный возраст

«Уголки»

Цель: учить детей перебегать с места на место быстро, незаметно для ведущего. Развивать ловкость, быстроту движений, ориентировку в пространстве.

Ход игры:

Дети становятся возле деревьев или в кружочках, начерченных на земле. Один из играющих, оставшийся в середине, подходит к кому – либо и говорит: «Мышка, мышка, продай мне свой уголок». Та отказывается. Водящий идёт с теми же словами к другому. В это время остальные дети меняются местами, а водящий в середине старается занять место одного из перебегающих. Если это ему удастся, оставшийся без уголка становится на середину.

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

«Парный бег»

Цель: учить детей бегать в парах, не расцепляя рук, огибать предметы. Развивать ловкость, внимание.

Ход игры:

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

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

«Мышеловка»

Цель: учить детей бегать под сцепленными руками в круг и из круга, не наталкиваясь друг на друга, действовать по сигналу. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.

Ход игры:

Игроки делятся на две неравные группы, меньшая группа образует круг – мышеловку, остальные изображают мышей и находятся вне круга. Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и идут по кругу и говорят:

«Ах, как мыши надоели,
Развелось их просто страсть.

Всё погрызли, всё поели,
Всюду лезут - вот напасть.

Берегитесь же плутовки,
Доберёмся мы до вас.

Вот поставим мышеловки,
Переловим всех зараз!»

По окончании слов, дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. Мыши вбегают в мышеловку и тут же выбегают, с другой стороны. По сигналу воспитателя «хлоп!» дети, стоявшие в кругу, опускают

руки и приседают – мышеловка захлопнута. Мыши, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными, они становятся в круг.

Подготовительная к школе группа

«Быстро возьми, быстро положи»

Цель: Совершенствовать навыки детей бега в быстром темпе, развивать ловкость.

Оборудование: стулья, погремушки или кубики, корзины.

Ход игры:

На одной стороне площадки стоят 3—4 стула, на каждом по 2—3 погремушки или небольших кубика. На другой стороне на расстоянии 5—6 м стоят 3—4 ящика или корзины. Трём-четырем детям предлагают взять по одному предмету, бегом перенести их и положить в ящик. Физически крепким детям можно добавить еще один предмет или немного (на 1—2 м увеличить расстояние для бега). Детей подбирать примерно одинаковых по силам.

«Ловишка, бери ленту»

Цель: Совершенствовать навыки детей бегать в разных направлениях, не сталкиваясь, действовать по сигналу.

Оборудование: ленточки по числу участников.

Ход игры:

Дети строятся по кругу. Каждый получает полоску или цветную ленточку и закладывает ее за поле или за ворот. В центре круга ловишка. По сигналу «беги» дети разбегаются по площадке (если она большая, надо обозначить границы для игры). Ловишка бежит за играющими, стремясь вытянуть ленточку. По сигналу «раз, два, три, в круг скорей беги» дети строятся в круг. Ловишка подсчитывает количество взятых лент, возвращает их детям. Игра возобновляется с новым ловишкой.

Правила: Ленточку не придерживать руками; лишившийся ленточки временно выходит из игры.

«Два Мороза»

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

Оборудование: мел.

Ход игры:

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 решиться,
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

стараятся 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.

Игры с элементами прыжков

Младший дошкольный возраст

«По ровненькой дорожке»

Цель: развивать у детей согласованность движения рук и ног; приучать ходить свободно в колонне по одному; развивать чувство равновесия, ориентировке в пространстве.

Ход игры:

Дети, свободно группируясь, идут вместе с воспитателем. Воспитатель в определённом темпе произносит следующий текст, дети выполняют движения согласно тексту: *По ровненькой дорожке, Идти шагом. По ровненькой дорожке Шагают наши ножки: Раз – два, раз – два. По камешкам, по камешкам, Прыгать на двух ногах с продвижением вперёд. По камешкам, по камешкам... В ямку – бух!*

Присесть на корточки. Подняться. Стихотворение повторяется снова. После нескольких повторений воспитатель произносит другой текст: *По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке Устали наши ножки, устали наши ножки, Вот наш дом – здесь мы живём. По*

окончании текста дети бегут в «дом» - заранее обусловленное место за кустом, под деревом и т.п.

«Поймай комара»

Цель: развивать у детей согласованность движения рук и ног; развивать умение у детей прыгать на двух ногах.

Оборудование: прут на шнуре с комаром

Ход игры:

Играющие становятся по кругу, на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру. Воспитатель находится в середине круга. Он держит в руках прут (длиной 1-1,5 м) с привязанным на шнуре (длиной 0,5 м) картонным «комаром». Воспитатель обводит прут (кружит комара) немного выше головы играющих. Когда комар летит над головой, дети подпрыгивают, стараясь его поймать. Тот, кто схватит комара, говорит: «Я поймал». Затем воспитатель снова обводит прут круг. Ловить комара можно только обеими руками и подпрыгивая на двух ногах. Игра продолжается 4-5 мин.

«Воробышки и кот»

Цель:

Оборудование: кубы (скамейки)

Ход игры:

Дети стоят вдоль стен комнаты на больших кубах (высота 15—20 см) или скамейках. Это воробышки на крыше или в гнездышках. В стороне сидит кошка, роль которой исполняет ребенок. «Воробышки полетели», — говорит воспитатель. Дети спрыгивают со скамейки, отводят руки в стороны — воробышки машут крыльями — и бегают в рассыпную по всей комнате. Кошка просыпается, произносит «мяу-мяу» и бежит за воробышками. Они должны быстро улететь в гнездышки, заняв свои места. Пойманных воробышков кошка к себе в дом (дети пропускают одно повторение игры). Игра повторяется 3—4 раза.

Средний дошкольный возраст

«Зайцы и волк»

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. В начале игры зайцы стоят на своих местах. Волк находится на противоположном конце площадки — в овраге. Воспитатель говорит: «Зайки скачут, скок — скок — скок, на зеленый на лужок. Травку щиплют, слушают, не идет ли волк». Зайцы выпрыгивают из кружков и разбегаются по площадке. Прыгают на 2 ногах, присаживаются, щиплют траву и оглядываются в поисках волка. Воспитатель произносит слово «Волк», волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться. Зайцы убегают каждый на свое место, где волк их уже не может настигнуть. Пойманных зайцев волк отводит себе в

овраг. После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирается другой волк.

«Лиса в курятнике»

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.

«Зайка серый умывается»

Все играющие образуют круг. Выбранный зайкой становится в середину. Дети произносят: Зайка серый умывается, Видно, в гости собирается. Вымыл носик, Вымыл ротик, Вымыл ухо, Вытер сухо! Зайка проделывает движения в соответствии с текстом. Затем он скачет на двух ногах к комунибудь из детей. Тот, к кому подойдет зайка, прыжками отправляется на середину круга. Игра повторяется 5-6 раз. Примечание: В кругу могут находиться и несколько заек - 4-5. Они одновременно выполняют игровое задание

Старший дошкольный возраст

«Не оставайся на полу»

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

Ход игры:

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

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

«Удочка»

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

Ход игры:

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

Варианты: те дети, которых поймали, выходят из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останутся самые ловкие.

«Кто сделает меньше прыжков?»

Цель: учить детей прыгать в длину, делая сильный взмах руками, отталкиваясь и приземляясь на обе ноги.

Развивать силу толчка, укреплять мышцы ног.

Ход игры:

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

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

Подготовительная к школе группа

«Лягушки и цапля»

Цель: Упражнять детей в прыжках вверх разными способами в зависимости от ситуации, приземляясь мягко на носки, с эластичным сгибанием колен.

Оборудование: колышки высотой 15 см., веревка.

Описание:

В середине площадки обозначают болото, вбивают колышки (высота 15 см), на них вешают веревку с грузиками так, чтобы она не провисала. В стороне от болота цапля. Лягушки прыгают в болоте, ловят комаров. По сигналу «цапля» она перешагивает через веревку и начинает ловить лягушек. Они могут выскакивать из болота любым способом; отталкиваясь двумя ногами, одной ногой, с разбега. Пойманные лягушки идут в гнездо цапли.

Правила:

болота можно выпрыгивать; перешагнувший через веревку, считается пойманным.

Усложнение:

Ввести вторую цаплю, поднять веревку на высоту 20 см.

«Не попадись»

Цель:

Учить детей перепрыгивать шнур на двух ногах вперёд, назад, делая взмах руками, толчок ногами. Развивать ловкость. Укреплять своды стоп.

Оборудование: шнур (обруч большой).

Описание:

Дети располагаются вокруг шнура, положенного в форме круга. В центре двое водящих. По сигналу воспитателя дети прыгают на двух ногах в круг, и выпрыгивает по мере приближения ловишек. Кого успели запятнать, получает штрафное очко. После подсчёта пойманных меняются ловишки и игра возобновляется.

Варианты:

Дети запрыгивают в круг на одной ноге или боком.

«Волк во рву»

Цель:

Упражнять детей в прыжках в длину с разбега, энергично отталкиваясь маховой ногой с резким взмахом рук, приземляться, сохраняя равновесие. Воспитывать ловкость, смелость.

Описание:

Посередине площадки проводятся две линии на расстоянии 70—100 см одна от другой, это ров. У одной из сторон площадки дом коз. Вес играющие козы, один — волк. Козы располагаются в доме, волк во рву. По сигналу воспитателя «козы, на луг» козы бегут на противоположную сторону площадки, перепрыгивая через ров (волк не трогает коз), по сигналу «козы, домой» перебегают в дом, перепрыгивая через ров. Волк, не выходя изо рва ловит коз, касаясь их рукой. Пойманные отходят в конец рва. После 2—3 перебежек всех пойманных возвращают в дом. Назначается другой волк из числа тех, кто не попался.

Правила:

Прыгать через ров.

Усложнение:

Ввести второго волка; сделать два рва, в каждом по одному волку.

Игры с элементами подлезания и ползания

Младший дошкольный возраст

«Наседка и цыплята»

Цель: учить детей подлезать под верёвку, не задевая её, увёртываться от водящего, быть осторожным и внимательным; приучать их действовать по сигналу, не толкать других детей, помогать им.

Ход игры:

Дети, изображающие цыплят, вместе с воспитателем – «наседкой» - находятся за натянутой между стульями на высоте 35-40 см верёвкой – «домом». На противоположной стороне площадки сидит большая «птица». «Наседка» выходит из «дома» и отправляется на поиск корма, она зовёт «цыплят»: «Ко-ко-ко-ко». По её зову «цыплята» подлезают под верёвку, бегут к «наседке» и вместе с ней гуляют, ищут корм. По сигналу: «Большая птица!» - «цыплята» быстро убегают в дом. Роль «наседки» в первое время выполняет воспитатель, а затем эту роль можно давать детям, сначала по их желанию, а потом по назначению воспитателя. Когда «цыплята» возвращаются в «дом», убегая от большой

«птицы», воспитатель может приподнять верёвку повыше, чтобы дети не задевали её.

«Мыши в кладовой»

Цель: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу; упражнять детей в подлезании, в беге и приседанию.

Оборудование: веревка

Ход игры:

Дети – «мышки» находятся на одной стороне площадки. На противоположной стороне протянута верёвка на высоте 50 см от уровня земли – это «кладовка». Сбоку от играющих находится «кошка» (её роль выполняет воспитатель). «Кошка» засыпает, и «мышки» потихоньку бегут в «кладовую». Проникая в «кладовую», они нагибаются, чтобы не задеть верёвку. Там они присаживаются и как будто «грызут» сухари. «Кошка» просыпается, мяукает и бежит за «мышками». Они быстро убегают в свои норки. Игра возобновляется. В дальнейшем по мере усвоения правил игры роль «кошки» может исполнять кто-либо из детей.

«Кролики»

Цель: упражнять детей действовать по сигналу, выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, бег в рассыпную, подлезание под шнур, не касаясь руками пола.

Ход игры:

На одной стороне площадки ставятся дуги (или обручи). На противоположной стороне ставится стул дом сторожа, на стуле сидит воспитатель. Между домом и клетками кроликов — луг. 4—5 детей становятся в кружки. «Кролики сидят в клетках», — говорит воспитатель, малыши присаживаются на корточки. Сторож подходит к клеткам и выпускает кроликов: «Погуляйте, поешьте травки». Кролики пролезают в обруч (под дугу), бегают, прыгают. «Бегите в клетки», — говорит сторож. Кролики убегают, каждый возвращается в свою клетку, снова пролезая в обруч (дугу). Затем сторож вновь выпускает кроликов, и игра повторяется.

игра продолжается до тех пор, пока он узнает пойманную овечку. Тогда он снимает повязку и становится овечкой, а овечка – пастухом.

Средний дошкольный возраст «Пастух и стадо»

Цель: Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в прыжках и ориентировке в пространстве.

Ход игры:

На одной стороне площадки помощью гимнастической скамейки или реек, положенных на кубы, огораживается овчарня. Выбирается пастух. Остальные – овцы. Пастуху завязывают глаза. Он стоит недалеко от овчарни и говорит: «Овечки, овечки, вот и я пришел». Овцы поочередно перепрыгивают через ограду, подходят к пастуху и спрашивают: «Пастух, пастух, сколько мне даешь шагов?» Каждый раз пастух называет какое – либо число (до 10). Овца отсчитывает соответствующее число шагов и останавливается. Когда все овцы разойдутся, пастух спрашивает «Где мое стадо?» все овцы отзываются: «Бе, бе, бе...» - потом замолкают. Пастух начинает искать овец – идет на их голоса, а овцы стоят на своих местах. Когда пастух дотронется до кого –нибудь, он говорит: «Овечка, овечка, кто ты?» Овечка отвечает: «Бе, бе, бе». Пастух должен отгадать, кто это. Если он ошибся, все овцы начинают блеять и кто –нибудь из них отводит пастуха к овчарне, а сам возвращается на свое место. Пастух снова спрашивает: «Где мое стадо?» - и

«Перелет птиц»

Цель: Развивать реакцию на словесные сигналы.

Упражняться в лазании по гимнастической лестнице.

Ход игры:

Площадка – это «море», лестница – «забор». Дети – «птички» перелетают через море (бегают в разных направлениях, наследуя движения птиц). На звук «у – у – у!», который означает, что буря начинается, птицы быстро спасаются от бури (залазят на гимнастическую стену, высотой 2 м). Когда буря утихает, птицы вылетают (спускаются с лестницы) и снова начинают бегать по площадке. Игра повторяется.

«Котята и щенята»

Цель: Развивать ловкость ориентировку в пространстве. Упражнять в лазанье, беге.

Ход игры:

Играющих распределяют на две группы. Дети одной группы - котята, другой - щенята. Котята находятся около гимнастической стенки, щенята – на противоположной стороне. Педагог предлагает детям побегать легко, мягко, как котята. На слово «Щенята!» другая часть детей перелезает через скамейки, они на четвереньках бегут за котятами и лают. Котята, мяукая, быстро влезают на гимнастическую стенку. Воспитатель находится рядом. Щенята возвращаются в свои домики. После 2-3 повторений дети меняются ролями. Игра повторяется

Старший дошкольный возраст «Кто скорее до флажка?»

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

Ход игры:

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

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

«Медведи и пчёлы»

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

Ход игры:

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

«Пожарные на ученье»

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

Оборудование: Колокольчики, бубен

Ход игры:

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

Подготовительная к школе группа

«Перелет птиц»

Цель: Закреплять умение детей лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек.

Оборудование: гимнастическая стенка.

Ход игры:

Дети стоят свободно на одной стороне площадки напротив гимнастической стенки с несколькими пролетами. По сигналу «птицы полетели» бегают по площадке, по сигналу «буря» влезает на лестницу. Если пролетов мало, число играющих детей ограничивается, чтобы всем хватило места на лестницах (3—4 ребенка на пролете).

Правила:

Бегать по всей площадке, не стоять у стенки; влезать на свободное место, уступая друг другу; слезать до конца, не спрыгивая.

«Ловля обезьян»

Цель: Учить лазить по гимнастической стенке удобным способом, поднимаясь и спускаясь, не пропуская реек, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. Развивать умение действовать по сигналу, подражать действиям ловцов, координацию движений, быстроту действий, ловкость.

Оборудование: гимнастическая стенка

Ход игры:

Дети делятся на две группы – обезьян и ловцов обезьян. Дети – обезьяны размещаются на одной стороне площадки, где есть пособия для лазания, на противоположной стороне площадки находятся ловцы. Обезьяны подражают всему что видят. Пользуясь этим, ловцы хотят заманить обезьян и поймать их. Ловцы сговариваются, какие движения будут показывать и показывают их на середине площадки. Как только ловцы выходят на середину площадки, обезьяны влезает на лестницу и наблюдают за движениями ловцов. Прodelав движения, ловцы скрываются, а обезьяны слезают и приближаются к тому месту, где были ловцы и повторяют их движения. По сигналу «Ловцы» - обезьяны бегут к деревьям и влезает на них. Ловцы ловят тех,

которые не успели влезть на дерево. И уводят к себе.

После 2-3 повторений дети меняются ролями.

Варианты:

Ловцы должны придумать сложные движения: шпагат, мостик, и т. д.