

<i>Подготовительная группа</i> МЫ – ВЫСЕЛЫЕ РЕБЯТА <i>с бегом</i> Дети стоят за чертой на одной из сторон площадки (на противоположной стороне так же проведена черта). Примерно на середине площадки, между двумя линиями стоит водящий, выбранный по считалке. Дети хором произносят: МЫ ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА, ЛЮБИМ БЕГАТЬ И ИГРАТЬ. НУ, ПОПРОБУЙ НАС ДОГНАТЬ! 1 – 2 – 3 – ЛОВИ! После слова «ЛОВИ!» дети перебегают на другую сторону площадки, а водящий старается догнать бегущих. Кого водящий поймает, до пересечения черты, тот отходит в сторону. Варианты: водящий сбоку; водящий сзади – дети лицом к водящему; одна шеренга (догоняющие) на коленях у стены, другая лицом к ним; догоняющие лежат на животе – другие на коленях лицом к направлению.	<i>Подготовительная группа</i> МЕДВЕДЬ И ПЧЕЛЫ <i>с лазаньем</i> Играющие делятся на две группы – медведи и пчелы. На расстоянии 3-5м вправо от вышки очерчивается лес, а на расстоянии 8-9м с другой стороны – луг. Пчелы на вышке (улей). По сигналу, пчелы летят на луг, жужжат. Как только пчелы улетят, медведи залезают на вышку, едят мед. На сигнал «МЕДВЕДИ!» пчелы летят к ульям и жалят медведей. Затем пчелы возвращаются в улей и игра повторяется. После 2-3 повторений, меняются местами
<i>Подготовительная группа</i> ВОЛК ВО РВУ <i>с лазаньем</i> По середине площадки проводятся две параллельные черты на расстоянии 70см – 100см одна от другой – это ров. У одной из сторон площадки на расстоянии 2-3 шагов от нее «ДОМ КОЗ», а «ВОЛК» во рву. По сигналу «КОЗЫ НА ЛУГ!» они перепрыгивают через ров и гуляют на лугу, на сигнал: «КОЗЫ, ДОМОЙ!» они перепрыгивают через ров, а волк их ловит. Пойманные отходят в конец рва. После 2-3 пробежек все пойманные козы возвращаются домой. 2 вариант: два волка.	<i>Подготовительная группа</i> ДВА МОРОЗА <i>с бегом</i> На противоположных сторонах зала отмечают линиями два дома. Расстояние между домами 12-15м. играющие располагаются в одном доме. Выбираются водящие – они морозы, которые встают на середине зала, между домами, лицом к детям. Они говорят: МЫ ДВА БРАТА МОЛОДЫЕ, ДВА МОРОЗА УДАЛЫЕ: Я МОРОЗ – КРАСНЫЙ НОС! Я МОРОЗ – СИНИЙ НОС! КТО ИЗ ВАС РЕШИТСЯ В ПУТЬ-ДОРОЖЕНЬКУ ПУСТИТЬСЯ? Дети отвечают: НЕ БОИМСЯ МЫ УГРОЗ И НЕ СТРАШЕН НАМ МОРОЗ! Дети перебегают на другую сторону, а МОРОЗЫ их морозят, не выходя из своего царства.
<i>Подготовительная группа</i> ВОЗЬМИ ПЛАТОЧЕК <i>с бегом</i> Дети стоят в колонне парами, взявшись за руки. Перед ними на расстоянии 5-6м стоит водящий с платочком в руке. Он говорит слова:	<i>Подготовительная группа</i> КТО БЫСТРЕЕ К ФЛАЖКУ? <i>с подлезанием</i> 1. бег – подлезание под дугу высотой 60см – бег – подлезание под дугу высотой 60см – бег.

КТО УСПЕЕТ ДОБЕЖАТЬ И ПЛАТОЧЕК ЗАБРАТЬ. РАЗ, ДВА, ТРИ – БЕГИ! После слова «БЕГИ!» дети, стоящие последними в колонне, опускают руки и бегут, чтобы взять платочек. Тот, кто первый взял платок, становится водящим. Новая пара становится впереди колонны.	2. бег – подлезание под дугу высотой 50см – бег – пролезание в обруч.
<i>Подготовительная группа</i> КОСМОНАВТЫ <i>с бегом</i> В зале раскладываются обручи, в которых по 2-3 ребенка – это места космонавтов. Дети идут в обход зала и говорят. ЖДУТ НАС БЫСТРЫЕ РАКЕТЫ, ДЛЯ ПРОГУЛОК ПО ПЛАНЕТАМ. НА КАКУЮ ЗАХОТИМ, НА ТАКУЮ ПОЛЕТИМ. НО В ИГРЕ ОДИН СЕКРЕТ: ОПОЗДАВШИМ МЕСТА НЕТ! С окончанием слов, дети разбегаются по ракетам. Мест на 2-3 меньше, чем космонавтов.	<i>Подготовительная группа</i> ХВОСТИКИ <i>(ловишки с ленточкой)</i> <i>с бегом</i> Играющие строятся по кругу, каждому прикрепляется к поясу ленточка (хвостик). В центре круга становится водящий. После слов «РАЗ – ДВА – ТРИ – БЕГИ!» дети разбегаются, а водящий, бегая за детьми старается вытянуть у них ленточку. Ребенок у кого вытащили хвостик, отходит в сторону. По сигналу «РАЗ, ДВА, ТРИ – В КРУГ СКОРЕЙ БЕГИ!» Дети встают в круг. Подсчитывается количество собранных хвостиков. Выбирается новый водящий.
<i>Подготовительная группа</i> УДОЧКА <i>с прыжками</i> Играющие становятся по кругу, в центре находится водящий (рыбак), он держит в руках веревку с привязанным на конце мешочком с песком (удочка). Педагог вращает веревку с мешочком, а дети (рыбки) прыгают на двух ногах вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел ног. Описав 2-3 круга мешочком, педагог делает паузу, во время которой подсчитывает количество пойманных.	<i>Подготовительная группа</i> ПОЖАРНЫЕ НА УЧЕНИИ <i>с лазаньем</i> Дети делятся на две команды и по сигналу стоящие первыми бегут к пролету гимнастической стенки, быстро влезают на нее с целью позвонить в колокольчик, висящий на самой последней рейке. Проигравшим считается тот, кто позвонил вторым или пропускал рейки при влезании. Победившему флажок. То же выполняют и последующие пары. <u>Усложнение:</u> бег – подлезание под дугу высотой 60см – лазанье.
<i>Подготовительная группа</i> КОТ И МЫШИ <i>с подлезанием</i>	<i>Подготовительная группа</i> НАСЕДКА И ЦЫПЛЯТА <i>с подлезанием</i>

Норка мышей расположена в двух углах зала (за веревками, натянутыми на высоте 50 и 40см). сначала за веревкой, натянутой на большей высоте, находятся дети низкого роста. После трех повторений все меняются местами. Если кот ловкий, то он подлезает под дугу. ВЫШЛИ МЫШИ КАК-ТО РАЗ ПОСМОТРЕТЬ, КОТОРЫЙ ЧАС. РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ, МЫШИ ДЕРНУЛИ ЗА ГИРИ... <i>Подходят к коту</i> ВДРУГ РАЗДАЛСЯ СТРАШНЫЙ ЗВОН. ПОБЕЖАЛИ МЫШИ ВОН.	Два курятника обозначены шнурами разного цвета, находящимися на разной высоте. По сигналу «КОРШУН!» поднимается флажок, по цвету совпадающему с одним из шнуров курятника, в котором дети должны прятаться. Задевшие за шнур цыплята на одно повторение остаются в курятнике (они поцарапали спину - больны)
<i>Подготовительная группа</i> ВОРОТЦА <i>с подлезанием</i> Дети становятся парами и идут в обход зала, держась за руки. На сигнал «СТОП!» все останавливаются и поднимают руки вверх, образуя воротца. Первая пара поворачивается кругом, пробегая под воротами до конца колонны и встает последней, говоря «ГОТОВО!». Дети опускают руки и продолжают ходьбу до нового сигнала.	<i>Подготовительная группа</i> В ЧЬЕЙ КОМАНДЕ МЕНЬШЕ МЯЧЕЙ? <i>с метанием и ловлей</i> Две команды встают по разные стороны от натянутой сетки. У каждого игрока по мячу. Перебрасывание мячей начинается и заканчивается по сигналу. Затем подсчитывается количество мячей на территории каждой команды. У какой команды на территории меньше мячей, та и выиграла.
<i>Подготовительная группа</i> ДОГОНИ СВОЮ ПАРУ <i>с бегом</i> Дети делятся на пары, первые встают ближе к стене, образуя шеренгу, а вторые впереди – на расстоянии 1,5м от первых. Дети после меняются местами. 1.убегающая шеренга стоит спиной к направлению движения, догоняющая - на коленях. 2.убегающая – стоит на коленях, догоняющая – сидя, скрестив	<i>Подготовительная группа</i> ЖМУРКИ <i>с бегом</i> На площадке очерчивают произвольное пространство, за границу которого играющие не могут выходить. Одному из участвующих на глаза одевают повязку. Играющие поворачивают его несколько раз, а сами разбегаются, сохраняя тишину. Водящий, прислушивается к шорохам, старается поймать кого-нибудь из зазевавшихся игроков. Те увертываются от его широко расставленных рук, чем вызывают со стороны водящего больше движения и

ноги. 3.убегающая – сидя, скрестив ноги, догоняющая – лежа на животе.	расторопности. Чтобы водящий не вышел за черту, его предупреждают криком: «ОГОНЬ!». Игрок, переступивший черту, заменяет водящего, и игра начинается снова.
<i>Подготовительная группа</i> ЖМУРКИ С КОЛОКОЛЬЧИКОМ <i>с бегом</i> Дети встают по кругу, берутся за руки, в центре круга двое играющих. Одному завязывают глаза, а у другого в руках колокольчик. По сигналу ребенок с колокольчиком начинает бегать по кругу, а жмурка – ловить. МЫ ИДЕМ, ИДЕМ, ИДЕМ. КОЛОКОЛЬЧИК НЕ БЕРЕМ. ЖМУРКА, ЖМУРКА, ТЫ БЕГИ, КОЛОКОЛЬЧИК ДОГОНИ. На последние слова один из детей, по указанию воспитателя неслышно подходит, берет колокольчик, звонит и бежит от водящего.	<i>Подготовительная группа</i> КТО БЫСТРЕЕ ДО КОЛОКОЛЬЧИКА? <i>с лазаньем и подлезанием</i> Дети делятся на тройки. Бег – подтягивание на скамейке – подлезание – лазанье по гимнастической стенке, сверху подвешен колокольчик. Первый позвонивший в колокольчик получает флажок.
<i>Подготовительная группа</i> ПЕРЕЛЕТ ПТИЦ <i>с лазаньем</i> Дети стоят врассыпную на одной стороне зала – они птицы, на другой стороне зала – гимнастическая стенка. По сигналу «ПТИЧКИ УЛЕТАЮТ!» дети, подняв руки (крылья) бегают по залу. на сигнал «БУРЯ!» дети бегут к вышке и влезают (они скрываются от бури). «БУРЯ ПРЕКРАТИЛАСЬ!» дети спускаются и снова бегают.	<i>Подготовительная группа</i> СТОП! <i>С метанием и ловлей</i> Играющие стоят перед стеной на расстоянии 4-5 шагов. Водящий бросает мяч в стену так, чтобы он отскочил от нее и называет имя, кого он назначает ловить. Последний ловит мяч на лету или быстро поднимает с земли (все остальные разбегаются). Если он поймал мяч, то сразу же бросает в стену и называет другое имя, а если поднимает, то кричит «СТОП!» и не сходя с места бросает мяч в того, кто ближе стоит. Тот в свою очередь быстро берет мяч и кричит «СТОП!» и т.д. От мяча можно увертываться, приседать, подпрыгивать. Но, с места не сходить.
<i>Подготовительная группа</i> СОВУШКА <i>с бегом</i> На площадке обозначается гнездо совы (круг). Остальные – мышки, бабочки, жуки – располагаются по	<i>Подготовительная группа</i> ЧЬЯ КОМАНДА БЫСТРЕЕ ПОСТРОИТ ДВОРЕЦ? <i>с бегом</i> Каждая команда располагается на стройплощадке (в

всему залу. по сигналу «ДЕНЬ!» - оживают, бегают; «НОЧЬ!» - замирают. Совушка просыпается, вылетает из гнезда и того, кто пошевелиться, отводит в свое гнездо. ДО УТРА СОВА ИСКАЛА, УТРОМ ВИДЕТЬ ПЕРЕСТАЛА. СЕЛА, СТАРАЯ, НА ДУБ И ГЛАЗАМИ ЛУП ДА ЛУП.	обруче), где будет строится дворец. В углу, напротив, в другом обруче, располагаются детали для строительства (на каждого игрока по 4 детали). По сигналу дети должны перенести по одной детали на стройплощадку и построить дворец. Кто быстрее.
<i>Подготовительная группа</i> ЛИСА В КУРЯТНИКЕ <i>с подлезанием</i> Дети сидят на гимнастической стенке, слезают, вылезают из курятника (подлезание под шнур, натянутый на высоте 50см), бегают, собирают зерна, а затем спасаются от лисы, преодолевая те же препятствия. Лиса тоже может пролезать в лаз, но на насест не залезает.	<i>Подготовительная группа</i> МЯЧ ВОДЯЩЕМУ <i>с метанием и ловлей</i> Играющие строятся в три – четыре колонны. На расстоянии 1м от них становятся водящие с мячом в руках. Для детей, стоящих первыми в колоннах и водящих, обозначается черта, за которую нельзя заходить. Водящий бросает мяч игроку, стоящему первым в колонне, а тот таким же способом возвращает обратно и перебегает в конец колонны, затем водящий бросает мяч второму в колонне и т.д. когда первый игрок окажется опять впереди, он поднимает мяч вверх. Чья команда быстрее?!
<i>Подготовительная группа</i> ЛОВЛЯ ОБЕЗЬЯН <i>с лазаньем</i> Детей распределить на две группы – обезьяны и ловцы. Обезьяны – на одной стороне зала, где пособия для лазания. На другой стороне – ловцы. Ловцы сговариваются, как им заманить обезьян (придумывают движения) выходят на середину зала, а обезьяны смотрят сидя на вышке. Продолав движения, ловцы уходят, обезьяны слезают и повторяют движения. На сигнал «ЛОВЦЫ!», обезьяны бегут к деревьям и залезают, а ловцы ловят их. После 2-3 повторений, дети меняются местами. Правила: спрыгивать с лестницы нельзя.	<i>Подготовительная группа</i> ЛЯГУШКИ И ЦАПЛЯ <i>с прыжками</i> В середине зала очерчивается квадрат – болото. В углах – кубики (высотой 10-15см), по сторонам протягивается веревка (на концах мешочки). В одном из углов очерчено гнездо цапли. Лягушки сидят в болоте. По сигналу «ЦАПЛЯ!» лягушки выпрыгивают из болота, а цапля – высоко поднимая ноги, шагает по болоту и ловит лягушек, которые еще не выпрыгнули. Пойманных – отводит к себе в дом. Новая цапля выбирается после пойманных 2-3 лягушек. <u>Усложнение</u>: ввести вторую цаплю.

<i>Подготовительная группа</i> ПОМЕНЯЙТЕСЬ МЕСТАМИ <i>с метанием и ловлей</i> Дети делятся на две команды. Обозначается место расположения каждой команды. Расстояние между командами 2,5м. первый участник одной команды бросает мяч первому участнику другой команды, а сам перебегают в хвост противоположной команды, освобождая место второму участнику и т.д.	<i>Подготовительная группа</i> МЫШИ В КЛАДОВОЙ <i>с подлезанием</i> Дети делятся на 4-5 команды. У каждой команды мышек – своя норка. На противоположной стороне (шнуром, натянутым на высоте 70см) отгорожена – кладовая, в которой находятся: шишки, камешки, желуди. По сигналу, мыши по одному кусочку носят припасы к себе в норки. Если при подлезании мышка заденет шнур, то выбывает из игры. По сигналу «СТОП!» действия прекращаются и подсчитывается количество припасов. Выигрывает команда, у которой больше припасов.
<i>Подготовительная группа</i> ПЕРЕМЕНИ ПРЕДМЕТ <i>с бегом</i> На одной стороне зала 5-6 детей, в руках у каждого погремушка. На другом конце зала стоят стулья, на которых лежит по одному кубику. По сигналу воспитателя «МАРШ!» дети быстро бегут к стульям, берут кубик и кладут погремушку, и быстро возвращаются обратно. Отмечается ребенок, прибежавший первым. Затем бегут следующие 5-6 детей.	<i>Подготовительная группа</i> НЕ ПОПАДИСЬ! <i>с прыжками</i> Чертится круг. Все дети стоят за ним на расстоянии полушага. Назначается один водящий, он встает в круг. Водящий бежит в круг, стараясь коснуться играющих, когда они находятся внутри. При приближении водящего, все возвращаются за линию. Тот из играющих, до кого дотронулся водящий, считается проигравшим, но продолжает участвовать в игре. Через 30-40сек. Воспитатель останавливает игру и считает проигравших. Выбирается новый водящий.
<i>Подготовительная группа</i> ОХОТНИКИ И ЗВЕРИ <i>с метанием</i> Из числа играющих выбирается охотник, остальные - зайцы. Они сидят в кустах (за скамейкой, шнуром) на расстоянии 3-4м от кустов чертится круг – дом охотников. У ног охотников по 2-3 малых мяча. По сигналу зайцы выбегают, щиплют травку, прыгают. По сигналу «ОХОТНИК!» зайцы убегают, а	<i>Подготовительная группа</i> ПЕРЕБРОСЬ МЯЧ ЧЕРЕЗ СЕТКУ <i>с метанием и ловлей</i> Две команды стоят по разные стороны сетки, у каждого ребенка по большому мячу. По сигналу дети начинают перебрасывать мяч на сторону соперников. По сигналу игра заканчивается. Проигрывает команда, у которой остались лишние мячи.

охотник стреляет в них, т.е. бросает мяч (в ноги). В кого попал мяч – тот идет в дом к охотнику. 2 вариант. Звери могут не сдвигаться с места, но можно отклоняться, приседать, подпрыгивать.	
<i>Подготовительная группа</i> ХИТРАЯ ЛИСА с бегом Дети идут по кругу и произносят: ХОДИТ, БРОДИТ ВДОЛЬ СЕЛА ПЛУТОВКА – РЫЖАЯ ЛИСА. КАК ЕЕ НАМ УВИДАТЬ? ЛАП ПЛУТОВКИ ИЗБЕЖАТЬ. Воспитатель незаметно дотрагивается до ребенка, он становится хитрой лисой. Дети спрашивают 3 раза (вначале тихо, а потом громче): «ХИТРАЯ ЛИСА, ТЫ ГДЕ?». Ребенок, у которого в руке игрушка, выходит в центр круга, поднимает игрушку вверх и говорит: «Я ЗДЕСЬ!». Дети разбегаются, а лиса их ловит, дотрагиваясь игрушкой. Те, кого лиса коснулась, становятся лисятами и тоже ловят убегающих. Но не дотрагиваются, а крепко обхватывая их руками. Победителем оказывается последний пойманный ребенок.	<i>Подготовительная группа</i> ХИТРАЯ ЛИСА с бегом Дети становятся в круг. Выбирается водящий, у него в руках маленькая резиновая игрушка – лиса. У детей руки спрятаны за спину, глаза закрыты. Водящий идет за кругом, кладет кому-нибудь в руки игрушку и встает вместе с детьми в круг. Дети открывают глаза и спрашивают 3 раза (вначале тихо, а потом громче): «ХИТРАЯ ЛИСА, ТЫ ГДЕ?». Ребенок, у которого в руке игрушка, выходит в центр круга, поднимает игрушку вверх и говорит: «Я ЗДЕСЬ!». Дети разбегаются, а лиса их ловит, дотрагиваясь игрушкой. Те, кого лиса коснулась, садятся на скамейку. После того, как лиса поймает 2-3 детей, воспитатель произносит: «РАЗ, ДВА, ТРИ – В КРУГ СКОРЕЙ ЪБЕГИ!» и игра начинается вновь.
<i>Подготовительная группа</i> ГОРЕЛКИ с бегом Играющие строятся в две колонны, взявшись за руки, впереди – водящий. Дети хором говорят: ГОРИ, ГОРИ ЯСНО, ЧТОБЫ НЕ ПОГАСЛО. ГЛЯНЬ НА НЕБО: ПТИЧКИ ЛЕЯТ, КОЛОКОЛЬЧИКИ ЗВЕНЯТ! РАЗ, ДВА, ТРИ – БЕГИ! После слова «БЕГИ!» стоящие в последней паре опускают руки и бегут в начало колонны – один справа, другой слева от нее. Водящий пытается поймать одного из детей, прежде чем он успеет опять взяться за руки со своим партнером. Если водящему удастся это сделать, то он берется за руки с пойманным, и они становятся впереди колонны. Оставшийся без пары становится водящим. Для увеличения двигательной активности можно разделить на две	<i>Подготовительная группа</i> ПО МЕСТАМ! (ИГРА-ЭСТАФЕТА) с бегом Дети строятся в две шеренги напротив друг друга. Задание: запомнить свои места. По сигналу: «РАЗойДИСЬ!», дети бегут, прыгают по всему залу. по команде «ПО МЕСТАМ!», дети должны занять свои места в шеренге. Побеждает команда, все члены которой быстрее займут свои места.

команды. <i>Подготовительная группа</i> НЕ УРОНИ МЯЧ <i>(ИГРА-ЭСТАФЕТА)</i> <i>с метанием и ловлей</i> Дети образуют два круга. У одного из детей в каждом кругу в руках мяч, они – водящие. По сигналу воспитателя, дети начинают быстро передавать мяч по кругу. Получив мяч обратно, водящий поднимает его вверх. Команда, у которой мяч быстрее описал круг, становится победителем.	<i>Подготовительная группа</i> СОБЕРИ МЯЧИ <i>с ловлей</i> В центре зала большая корзина с мячами. Около корзины стоят дети. По сигналу воспитатель выбрасывает мячи из корзины, а дети – собирают. Игра продолжается 1 мин. По сигналу «СТОП!» игра прекращается. Если в корзине 7-8 мячей, то выиграли дети.
<i>Подготовительная группа</i> ГУСИ-ЛИБЕДИ <i>с бегом</i> На одной стороне зала – дом, в котором живут гуси. На противоположной стороне – пастух. Сбоку от дома логово волка, остальное место – луг. Выбирают детей на роль волка и пастуха, остальные – гуси. Пастух выгоняет гусей на луг. Пастух. ГУСИ, ГУСИ! Отвечают: Га-га-га! Пастух. ЕСТЬ ХОТИТЕ? Да! Да! Да! Пастух. ТАК ЛЕТИТЕ! Гуси. НАМ НЕЛЬЗЯ: СЕРЫЙ ВОЛК ПОД ГОРОЙ НЕ ПУСКАЕТ НАС ДОМОЙ. Пастух. ТАК ЛЕТИТЕ, КАК ХОТИТЕ, ТОЛЬКО КРЫЛЬЯ БЕРЕГИТЕ! Гуси, расправив крылья, летят через луг домой, а волк старается их поймать. Пойманные гуси идут в логово. После двух перебежек подсчитывается количество пойманных гусей. Затем выбирается другой волк и пастух.	<i>Подготовительная группа</i> МЕТКИЙ СТРЕЛОК <i>с метанием</i> Играющие образуют круг, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых рук. Водящий становится в центре круга. У ног его лежат 3-4 мяча. Водящий выполняет упражнения с мячом (отбивает рукой о пол, подбрасывает вверх, вращает пальцами рук, катает ногой и т.д.), играющие выполняют эти движения без мяча. После слов водящего: «РАЗ, ДВА, ТРИ – БЕГИ!», дети начинают бежать по кругу. Водящий, не сходя с места, бросает в играющих один за другим мячи. Затем по сигналу воспитателя: «РАЗ, ДВА, ТРИ – В КРУГ СКОРЕЙ БЕГИ!» дети снова образуют круг. Воспитатель объявляет количество детей, в которых попал водящий. Выбирается новый водящий и игра повторяется.
<i>Подготовительная группа</i> МЯЧ КАПИТАНУ <i>с метанием и ловлей</i> Играющие становятся в 3-4 колонны. На расстоянии 1,5м от первых игроков в колоннах - водящие с мячами большого	<i>Подготовительная группа</i> КЛАССИКИ <i>(ИГРА-ЭСТАФЕТА)</i> <i>с прыжками</i> Дети строятся в две колонны. Перед ними разложены обручи

диаметра. Для водящих и игроков колонны обозначается линия (шнур, черта), за которую нельзя заступать. По сигналу педагога, водящие бросают мячи первым игрокам колонны, а те возвращают их обратно и перебегают в конец своей колонны. Следующий в колонне передвигается к исходной линии. Когда первым в колонне окажется игрок, начавший выполнять задание, он поднимает руки вверх. Определяется команда-победитель. Игровое задание повторяется.	в виде классиков: два, один, два, один, два. По сигналу педагога, дети прыгают через обручи туда и обратно, передают эстафету следующему из своей команды легким хлопком по руке и встает в конец колонны.
<i>Подготовительная группа</i> МЫШЕЛОВКА <i>с бегом</i> Дети распределяются на две группы. Одна образует круг – мышеловку. Остальные изображают мышей и находятся вне круга. Дети изображающие мышеловку, берутся за руки, идут по кругу и говорят: АХ, КАК МЫШИ НАДОЕЛИ! РАЗВЕЛОСЬ ИХ - ПРОСТО СТРАСТЬ. ВСЕ ПОГРЫЗЛИ, ВСЕ ПОЕЛИ, ВСЮДУ ЛЕЗУТ - ВОТ НАПАСТЬ! БЕРЕГИТЕСЬ ЖЕ, ПЛУТОВКИ, ДОБЕРЕМСЯ МЫ ДО ВАС. ВОТ ПОСТАВИМ МЫШЕЛОВКИ - ПЕРЕЛОВИМ ВСЕХ СЕЙЧАС! По окончании слов дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. Мыши вбегают и выбегают из мышеловки. По сигналу «ХЛОП!» дети опускают руки и приседают. Те, кто в кругу – пойманные мыши.	<i>Подготовительная группа</i> СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА <i>с бегом</i> Из числа играющих выбирается водящий – СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА. Дети разбегаются по площадке, а СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА старается дотронуться до них. Тот, кого она коснулась, превращается в льдинку и должен уйти в ее царство (сесть на скамейку).
<i>Подготовительная группа</i> ВДВОЕМ В ОДНОМ ОБРУЧЕ <i>с бегом</i> (проводится с музыкальным сопровождением). Обручи лежат на полу по кругу. В каждом обруче – двое детей. Воспитатель дает задание: легкий бег (или подскоки, или боковой галоп и т.д.) и включает музыку. Дети выполняют движения около обручей по большому кругу до тех пор, пока играет музыка. Как только музыка перестает играть, дети должны бегом занять любой обруч попарно. Тот, кто не успел, становится проигравшим. Игра повторяется 2-3 раза.	<i>Подготовительная группа</i> БЫСТРО ВОЗЬМИ <i>с бегом (с прыжками)</i> Из кубиков образуют круг, но кубиков на два меньше, количества играющих. Дети стоят по кругу. Педагог дает задание: бег (прыжки галопом, подскоки, бег спиной, прыжки на одной ноге или др.) Педагог говорит: «БЫСТРО ВОЗЬМИ!». Каждый из играющих должен взять один кубик. Тот, кто остался без предмета, считается проигравшим.

<i>Подготовительная группа</i> УСПЕЙ ВЫБЕЖАТЬ <i>с подлезанием</i> Дети образуют круг. В середине круга одна половина играющих. Стоящие в кругу, взявшись за руки идут (или бегут). Стоящие в центре круга хлопают в ладоши в такт ходьбы или бега. По сигналу педагога «СТОЙ!», идущие по кругу останавливаются и поднимают вверх сцепленные руки. Педагог считает до трех. За это время стоящие в середине должны выбежать из круга. После счета «три» дети быстро опускают руки. Не успевшие выбежать, считаются проигравшими.	<i>Подготовительная группа</i> МЯЧ СОСЕДУ! <i>с метанием и ловлей</i> Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. Один из играющих держит мяч, водящий занимает место вне круга, за игроком с мячом. По сигналу педагога дети начинают перебрасывать мяч друг другу, а водящий, бегая за кругом, старается коснуться мяча на лету. Если это ему удастся, то он становится новым водящим. Если водящему долго не удастся коснуться мяча или поймать его, то назначается другой водящий.
<i>Подготовительная группа</i> КАРУСЕЛЬ <i>с бегом</i> Дети образуют круг, держась одной рукой за веревку, концы которой связаны. Идут по кругу сначала медленно, потом быстрее. Движения выполняются в соответствии с текстом: ЕЛЕ-ЕЛЕ, ЕЛЕ-ЕЛЕ ЗАКРУЖИЛИСЬ КАРУСЕЛИ, А ПОТОМ КРУГОМ, КРУГОМ, ВСЕ БЕГОМ, БЕГОМ, БЕГОМ. ТИШЕ, ТИШЕ, НЕ СПЕШИТЕ! КАРУСЕЛЬ ОСТАНОВИТЕ! РАЗ-ДВА, РАЗ-ДВА, ВОТ И КОНЧИЛАСЬ ИГРА!	<i>Подготовительная группа</i> ВЫШИБАЛЫ <i>с метанием</i> Выбираются водящие – которые будут вышибать. Они стоят по краям зала, дети свободно стоят в центре зала. По сигналу вышибалы начинают бросать мяч в детей стоящих в центре, стараясь попасть в них (по ногам). Дети, в которых попали мячом, садятся на скамейку.
<i>Подготовительная группа</i> ПОСТРОЙ ПИРАМИДКУ <i>с бегом</i> Необходима большая корзина с пластмассовыми кубиками разных цветов.	2.В том же темпе взять еще один кубик другого цвета, поставить его на верхний кубик пирамидки. Поднять пирамидку вверх за нижний кубик, повернуться кругом, поставить пирамидку на пол. 3.Принести еще один кубик другого цвета, поставить его наверх

Дети стоят на своих местах. По указанию воспитателя, дети добегают до корзины и берут в первый раз 2 кубика, а затем по одному кубику и возвращаются с ними на свое место и строят из них пирамидку (ставя один кубик на другой + выполняют упражнения с пирамидкой). 1. На бегу в быстром темпе взять из корзины 2 разных по цвету кубика, принести на свое место. Построить на ладони пирамидку из 2 кубиков. Повернуться вокруг себя, поставить пирамидку на пол, чтобы она не упала.	пирамидки – и т.д. Тот, у кого пирамидка упала, уносит свои кубики в корзину и наблюдает за строительством пирамидок у других детей. К концу года дети могут построить пирамидку из 10 кубиков.
<i>Подготовительная группа</i> МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ <i>с бегом</i> Дети становятся в круг на расстоянии одного-двух шагов друг от друга, и каждый чертит вокруг себя кружок. Выбирается водящий. Он идет между играющими змейкой. Те дети, которым водящий скажет «МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ», идут за ним, постепенно образуя цепочку. Такая цепочка в ходьбе или беге огибает каждый кружок. На слова педагога «МОРЕ СПОКОЙНО!» все опускают руки и стараются быстро занять любой свободный кружок. Тот, кто останется без кружка, считается проигравшим.	<i>Подготовительная группа</i> ЗАТЕЙНИКИ Дети стоят по кругу. В центре круга водящий – затейник. Дети идут вправо или влево и говорят: РОВНЫМ КРУГОМ, ДРУГ ЗА ДРУГОМ, МЫ ИДЕМ ЗА ШАГОМ ШАГ. СТОЙ НА МЕСТЕ, ДРУЖНО ВМЕСТЕ СДЕЛАЕМ ... ВОТ ТАК. По окончании текста дети останавливаются. Затейник показывает какое-либо движение, играющие повторяют его. Затейника сменяет другой ребенок, и игра продолжается. Каждый затейник сам придумывает движение, которое еще не было показано.
<i>Подготовительная группа</i> КОШКА И МЫШКА <i>с бегом</i> Играющие становятся в круг и берутся за руки. Мышка становится в круг, а кошка находится за кругом. Дети идут по кругу и говорят: ХОДИТ ВАСЬКА БЕЛЕНЬКИЙ, ХВОСТ У ВАСЬКИ СЕРЕНЬКИЙ. ТОЛЬКО МЫШИ ЗАСКРЕБУТ, ЧУТКИЙ ВАСЬКА ТУТ КАК ТУТ. С окончанием слов, дети останавливаются, и в условленном месте круга двое детей (которых заранее определяет педагог) опускают руки, оставляя проход – ворота. Мышка, убегая от кошки, может пробегать в ворота и подлезать под руки стоящих в кругу. Кошка ловит мышку, но пробегать она может только в ворота. Когда кошка поймает мышку, игра повторяется с другими водящими.	<i>Подготовительная группа</i> ПАУК И МУХИ <i>с бегом</i> В одном из углов зала обозначается кружком паутина, где живет паук (водящий). Остальные дети – мухи. По сигналу педагога играющие разбегаются по всему залу – мухи летают, жужжат. Паук в это время находится в паутине. По сигналу «ПАУК!» мухи замирают, останавливаясь в том месте, где их застал сигнал. Паук выходит, смотрит. Тот, кто пошевелится, паук отводит в свою паутину. Подсчитывают количество проигравших, выбирается другой водящий, и игра возобновляется.

Подготовительная группа ДВА И ТРИ <i>с бегом</i> Играющие разбегаются по всему залу. На сигнал педагога «ДВА!» - дети образуют пары с любым рядом стоящим. На сигнал «ТРИ!» дети объединяются тройками.	Подготовительная группа ЛЯГУШКИ В БОЛОТЕ <i>с прыжками</i> С двух сторон очерчиваются берега, в середине – болото. На одном из берегов находится журавль (за чертой). Лягушки располагаются на кочках (кружки на расстоянии 50см) и говорит: ВОТ С НАСИЖЕННОЙ ГНИЛУШКИ В ВОДУ ШЛЕПНУЛИСЬ ЛЯГУШКИ. СТАЛИ КВАКАТЬ ИЗ ВОДЫ: -КВА-КЕ-КЕ, КВА-КЕ-КЕ, БУДЕТ ДОЖДИК НА РЕКЕ. С окончанием слов лягушки прыгают с кочки в болото. Журавль ловит тех лягушек, которые не успели прыгнуть в болото. Пойманная лягушка идет в гнездо журавля. После того как журавль поймает лягушек, выбирают нового журавля из тех, кто ни разу не был пойман.
Подготовительная группа У РЕБЯТ ПОРЯДОК СТРОГИЙ <i>с бегом</i> Играющие образуют 3-4 круга в разных сторонах площадки и берутся за руки. На сигнал педагога дети разбегаются по всей площадке, на другой сигнал – останавливаются и говорят: У РЕБЯТ ПОРЯДОК СТРОГИЙ, ЗНАЮТ ВСЕ СВОИ МЕСТА. НУ, ТРУБИТЕ ВЕСЕЛЕЕ: ТРА-ТА-ТА, ТРА-ТА-ТА! «НА МЕСТА!» - говорит педагог, и все играющие быстро строятся в кружки, каждый должен найти свое место. Выигрывает подгруппа, которая быстро и правильно выполнила задание.	Подготовительная группа ДЕНЬ И НОЧЬ <i>с бегом</i> Участники игры распределяются на две команды: ДЕНЬ и НОЧЬ. Посредине площадки проводится черта (или цветной шнур). На расстоянии двух шагов от черты, спиной друг к другу, становятся команды – «ДЕНЬ» - «НОЧЬ». По команде педагога «Приготовились!», затем дает сигнал к бегу одной из команд, например «ДЕНЬ!!!». Игроки этой команды убегают за условную черту, а команда «НОЧЬ» быстро поворачивается кругом и догоняет соперников, стараясь дотронуться до них. При названии команд педагог не делает очередности, поэтому каждая команда должна быть готова к бегу.
Подготовительная группа Подвижные игры С БЕГОМ: «Мышеловка», «Хитрая лиса», «Горелки», «По местам!», «Паук и мухи», «Совушка», «У ребят порядок строгий», «Космонавты», «День и ночь», «Жмурки», «Жмурки с колокольчиком», «Вдвоём в одном обруче», «Догони свою пару», «Два и три»,	Подготовительная группа Подвижные игры С ПРЫЖКАМИ: «Волк во рву», «Лягушки в болоте», «Лягушки и цапли», «Удочка», «Кто лучше прыгнет», «Не попадись», «Классики». С ПОДЛЕЗАНИЕМ и ЛАЗАНЬЕМ: «Кто быстрее пробежит к флажку?», «Кто быстрее до колокольчика?», «Медведь и пчёлы»,

«Быстро возьми», «Кот и мыши», «Выше ноги от земли», «Карусель», «Хвостики», «Гуси-лебеди», «Два мороза», «Снежная королева», «Чья команда быстрее построит дворец?», «Мы – весёлые ребята», «Возьми платочек».	«Перелёт птиц», «Пожарные на учении», «Мыши в кладовой», «Ловля обезьян», «Переправа», «Лиса в курятнике», «Наседка и цыплята», «Успей выбежать», «Воротца». С МЕТАНИЕМ и ЛОВЛЕЙ: «Кого называли, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий», «Охотники и звери», «Сбей мяч», «Собери мячи», «Меткий стрелок», «Мяч водящему», «Не урони мяч», «Школа мяча», «Вышибалы», «Поменяйтесь местами», «Мяч соседу», «В чьей команде меньше мячей?», «Чья команда забросит больше мячей в корзину?», городки, серсо.
---	---

Картотека подвижных игр для детей 6 – 7 лет

Игра занимает важное место в жизни ребёнка. В процессе игры дети познают предметы и их свойства, окружающее пространство. В игре дети получают полезную информацию о разных сторонах жизни, моделируют поведение взрослых. Наибольшей частью детских игр являются подвижные игры. Подвижные игры развивают основные движения детей: бег, ходьбу, различные виды прыжков. Они способствуют развитию координации движений, внимательности, сообразительности, быстроты реакций.

Ниже хочу представить картотеку подвижных игр различной интенсивности, подобранную для детей подготовительной группы.

Подвижные игры малой интенсивности

Пять шагов

Цель игры: воспитывать сообразительность и быстроту мышления.

Участвуют поочередно несколько игроков. Детям нужно сделать 5 шагов в быстром темпе и на каждый шаг без пауз и остановок произносить любое имя (женское или мужское в зависимости от задания). Отмечаются игроки, которые справились с заданием.

! Игру можно усложнить, предлагая детям называть не имена, а, например, зверей, рыб, птиц и т. д.

Мяч соседу

Цель игры: закреплять быструю передачу мяча по кругу.

Игроки строятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. У двух игроков, стоящих на противоположных сторонах круга, – по мячу. По сигналу дети передают мяч по кругу в одном направлении, как можно быстрее, стараясь, чтобы один мяч догнал другой. Проигрывает игрок, у которого окажется 2 мяча. Игра повторяется.

! Мяч передавать соседнему игроку, никого не пропускать.

Воротца

Цель игры: закреплять ходьбу пара-ми, воспитывать организованность и коллективизм.

Игроки шагают по площадке в ко-лонне по два. По команде «Стоп! » останавливаются, поднимают сцеп-ленные руки вверх, образуя воротца. Первая пара поворачивается кругом, пробегает под воротцами, становится последней, говоря «Готово! ». По это-му сигналу дети опускают руки и продолжают ходьбу.

! Игру можно усложнить, изменив направление движения колонны.

Запрещённое движение

Цель игры: развивать моторную па-мять.

Игроки строятся в круг, в центре – педагог. Он выполняет различные движения, указав, какое из них – за-прещённое. Дети повторяют все дви-жения, кроме запрещённого. Те, кто повторили запрещённое движение, получают штрафные очки. Отмеча-ются игроки, которые не получили штрафных очков.

! Запрещённое движение надо ме-нять через 4 – 5 повторений.

Зеркало

Цель игры: воспитывать артистич-ность и выразительность движений.

Игроки находятся на площадке, во-дящий стоит к ним лицом. Дети – это отражение водящего в зеркале. Водя-щий «перед зеркалом» выполняет различные имитационные действия (расчёсывается, поправляет одежду, строит рожицы и т. д.) . Игроки одно-временно с водящим копируют все его действия, стараясь точно передать не только жесты, но и мимику.

! Роль водящего может выполнять как педагог, так и ребёнок.

У кого мяч?

Цель игры: воспитывать внимание и сообразительность.

Игроки строятся в круг, вплотную друг к другу, руки за спиной. В цен-тре – водящий с закрытыми глазами. Игроки выполняют передачу мяча по кругу за спиной. По сигналу водящий открывает глаза и старается угадать, у кого мяч. Если он угадал, то стано-вится в круг, а тот, у кого был найден мяч, становится водящим. Игра по-вторяется 3 – 4 раза.

! Игрок, уронивший мяч при пере-даче, временно выбывает из игры.

Фантазёры

Цель игры: формировать творческое воображение.

Игроки шагают в колонне по одно-му, педагог громко называет любой предмет, животное, растение (лодка, волк, стул и т. д.) . Дети останавливаются и позой, мимикой, жестами пытаются изобразить то, что назвал педагог. Отмечается самый интересный образ.

! Каждый игрок старается придумать свою фигуру.

Повтори наоборот

Цель игры: развивать пространственную координацию.

Игроки находятся на площадке, водящий стоит к ним лицом. Он показывает детям различные движения, которые они должны повторить наоборот. Например, водящий выпрямляет руки вперёд – дети должны отвести их назад, поднимает голову вверх – дети опускают голову вниз и т. д. Отмечаются самые внимательные игроки.

Летает – не летает

Цель игры: воспитывать внимание и сообразительность.

Игроки шагают в колонне по одно-му, а педагог называет предметы. Если будут названы летающие предметы, например, бабочка, жук и т. д., то игроки останавливаются, поднимают руки в стороны и делают взмахи вверх-вниз.

! Можно построить игроков в шеренгу или в круг.

Эхо

Цель игры: отдых и расслабление после физической нагрузки.

Игроки принимают и. п. – лёжа на спине, руки за головой. Педагог произносит короткие предложения, а дети отвечают, как эхо протягивая последнее слово. Например, педагог говорит «Кто там? », а дети отвечают «Та-а-ам».

! В игру можно включить дыхательные упражнения или звуковую гимнастику.

Подвижные игры средней интенсивности

Приветлики

Цель игры: развивать танцевальные движения, медленный бег врассыпную.

Под спокойную музыку дети медленно бегают врассыпную или выполняют различные танцевальные движения. Музыка обрывается – играющие должны поприветствовать друг друга в парах необычным способом. Например, прижаться щека к щеке, рука к руке и т. д. Снова звучит музыка, дети танцуют, музыка обрывается; каждый ребёнок выбирает себе пару, чтобы поздороваться.

Игра проводится 5 – 6 мин.

Сбей грушу

Цель игры: упражнять в равновесии, бросках мяча, метании.

Игроки делятся на 2 команды. Пер-вая – «груши», дети встают на ска-мейку, поставленную поперёк зала. Игроки второй команды – «метатели» берут по одному мячу и выстраива-ются в шеренгу на расстоянии 5 – 6 м от скамейки. По сигналу «метатели» по очереди бросают мяч, стараясь сбить «грушу». Игра проводится 5 – 6 раз. Выигрывает команда, сбившая больше «груш» (подсчитывается общее количество сбитых «груш») .

! Сбитым считается тот игрок-«гру-ша», в которого попал мяч или он сам спрыгнул на пол.

Озорные гномы

Цель игры: развивать быстроту реак-ций.

Дети выстраиваются в 2 шеренги лицом друг к другу на расстоянии 6 – 8 м, в середине зала стоит ведущий – «волшебник». Дети, к которым он находится лицом, не двигаются, дру-гие выполняют разные движения. Во-дящий неожиданно поворачивается лицом то к одной, то к другой шерен-ге. Игра проводится 2 – 3 мин.

Слушай – танцуй

Цель игры: развивать танцевальные движения, быстроту реакций.

Дети двигаются под музыку. Музы-ка обрывается – играющие должны успеть застыть в позе, на которую пришлась остановка в музыке. Снова звучит музыка. Дети танцуют. Подби-рается музыка разная по ритму.

! Во время движения дети не долж-ны задевать друг друга.

День и ночь

Цель игры: обучать детей умению бросать и ловить мяч.

У каждого из детей в руках по мя-чу. По команде «День! » дети выпол-няют знакомые движения с мячом (броски вверх, вниз, в стену, в коль-цо, набивание мяча на месте, в дви-жении и др.) . По команде «Ночь! » - замереть в той позе, в которой заста-ла ночь.

Игра проводится 3 – 4 мин.

Дракон

Цель игры: развивать бег с увёртыва-нием, прыжки.

Дети выстраиваются в колонну, держатся за пояс впереди стоящего. Первый – это «голова», последний – «хвост». По сигналу «голова» старается достать до «хвоста», а «хвост» уворачивается в разные стороны. Если «голова» поймала «хвост», то «голова» становится «хвостом», а следующий игрок «головой». Если «дракон» расцепился, значит он погиб. Назначаются новые «голова» и «хвост».

Смелый охотник

Цель игры: развивать умение ползать и бегать.

Из детей выбирается смелый охотник, он находится за линией. На расстоянии 6 – 8 м стоят остальные дети, изображают лес из спящих драконов. Охотник выходит из своего дома, заходит в лес и, медленно обходя драконов, считает вслух до 5 (10). На счёт 5 (10) драконы просыпаются и стараются догнать убегающего охотника.

Большая черепаха

Цель игры: развивать координацию движений, умение ползать.

Группа из 2 – 6 детей встаёт на четвереньки под большим «черепашим панцирем» и пытается заставить черепаху двигаться в одном направлении. В качестве панциря используется гимнастический мат или что подскажет фантазия из подручных материалов: большой лист картона или пластика, одеяло, брезент, матрас.

У ребят порядок строгий

Цель игры: учить находить своё место в игре, воспитывать самоорганизованность и внимание.

Игроки строятся в 3 – 4 круга в разных частях площадки, берутся за руки. По команде шагают врассыпную по площадке и говорят:

У ребят порядок строгий,

Знают все свои места.

Ну, трубите веселее:

Тра-та-та, тра-та-та!

С последними словами дети строятся в круги. Отмечаются круги, которые быстро и без ошибок построились.

Горячая картошка

Цель игры: закреплять передачу мяча по кругу.

Игроки строятся в круг, один из иг-роков держит в руках мяч. Под музы-ку или звуки бубна дети передают по кругу мяч друг другу. Как только му-зыка остановилась, игрок, у которого оказался в руках мяч, выбывает из иг-ры. Игра продолжается до тех пор, пока не останутся 2 игрока-победите-ля.

! При передаче мяч не бросать; уро-нившие мяч выбывают из игры

Кто внимательный?

Цель игры: воспитывать внимание и организованность.

Дети строятся в колонну, шагают по площадке и выполняют движения по сигналу. 1 удар в бубен – присед, 2 удара – стойка на одной ноге, 3 удара – подскоки на месте. Отмечаются са-

мые внимательные игроки.

! Сигналы подаются в разной по-следовательности, после каждого сиг-нала дети продолжают ходьбу в ко-лонне. Можно придумать и другие упражнения.

Ручейки и озёра

Цель игры: учить детей бегать и вы-полнять перестроения.

Дети стоят в 2-3 колоннах с одина-ковым количеством играющих в раз-ных частях зала – это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали! » все бе-гут друг за другом в разных направ-лениях (каждый в своей колонне). На сигнал «Озёра! » игроки останавлива-ются, берутся за руки и строят круги-озёра.

Выигрывают те дети, которые быст-рее построят круг.

Быстро шагай

Цель игры: улучшать быстроту реак-ции на сигнал.

Игроки строятся в шеренгу на ли-нии старта на одной стороне площад-ки, на другой – водящий, стоящий спиной к игрокам на линии финиша. Водящий громко говорит: «Быстро шагай, смотри не зевай, стой! » В это время игроки шагают вперёд, а на по-следнем слове останавливаются. Во-дящий быстро оглядывается, и тот иг-рок, который не успел остановиться, делает шаг назад. Затем водящий сно-ва произносит текст, а дети продол-жают движение. Игрок, который пер-вым пересечёт линию финиша, стано-вится водящим.

! Нельзя бежать – шагать быстро.

Переправа на плотax

Цель игры: развивать равновесие.

Команды построены в колонны по одному перед стартовой чертой («на берегу», в руках у направляющего по 2 резиновых коврика (плоты). По сигналу он кладёт один коврик перед собой на пол, и на него быстро становятся 2-4 человека (в зависимости от размера коврика). Затем направляющий кладёт на пол второй коврик, и вся группа перебирается на него, передавая первый коврик дальше. И т. д. вся группа переправляется через «реку» на противоположный «берег», где участники остаются за чертой, а один из игроков тем же способом возвращается назад за следу

Подвижные игры высокой интенсивности

Караси и щука

Цель игры: воспитывать внимание и сообразительность.

Участвуют 2 группы. Одна строится в круг – это «камешки», другая – «ка-раси», которые «плавают» внутри круга. Водящий – «щука» находится в стороне от игроков. По команде «Щука!» водящий быстро вбегает в круг, а караси прячутся за камешки. Не успевших спрятаться, щука пятна-ет. Пойманные караси временно вы-бывают из игры. Игра повторяется с другой щукой. По окончании игры отмечается лучший водящий.

! Карасям нельзя трогать камешки руками.

Линеечка

Цель игры: воспитывать самооргани-зацию.

Игроки строятся в 2 – 3 шеренги по периметру площадки. По команде расходятся или разбегаются в разных направлениях, а по звуковому сигна-лу выполняют построение в шеренгу на своём месте. Отмечается команда, которая быстрее и ровнее построи-лась.

! Строиться только в своей коман-де, очередность в шеренге значения не имеет.

Охотники и утки

Цель игры: воспитывать ловкость.

Игроки-«утки» находятся на пло-щадке. 2 водящих – «охотники», сто-ят на противоположных сторонах площадки лицом друг к другу, у од-ного из них в руках мяч. Охотники бросают мяч, стараясь попасть им в уток. Утки перебегают с одной сторо-ны площадки на другую, стараясь увернуться от мяча. Игроки, в кото-рых попали мячом, временно выбы-вают из игры. Игра длится 1, 5-2 мин., затем подсчитываются пойманные утки и выбираются новые водящие.

! Мяч бросать в спину или ноги иг-рокам.

Части тела

Цель игры: развивать быстроту реак-ции и сообразительность.

Игроки перемещаются по площадке в разных направлениях (бегают, прыгают, шагают). По команде педагога «Рука-голова!» каждый игрок быстро находит себе партнёра и кладёт руку ему на голову. Отмечаются самые быстрые и внимательные пары.

! Педагог может придумывать раз-ные комбинации – «рука-рука», «ру-ка-нос» и др.

Совушка

Цель игры: формировать творческое воображение.

Игроки (жучки, паучки, мышки, ба-бочки) находятся на площадке, водя-щий – «совушка» сидит в гнезде. Со словами «День наступает – всё ожи-вает!» игроки передвигаются по пло-щадке, выполняя имитационные дей-ствия. Со словами «Ночь наступает – всё замирает!» дети останавлива-ются и замирают в неподвижной по-зе. Совушка выходит на охоту и заби-рает с собой тех игроков, которые по-шевелились.

! Совушке нельзя долго наблюдать за одним и тем же игроком.

Рыбаки и рыбки

Цель игры: формировать согласо-ван-ность двигательных действий.

Игроки-«рыбки» находятся на пло-щадке. Пара игроков – водящие, об-разуют «сеть» (берутся за руки – одна рука свободна). По сигналу рыбки бе-гают по площадке, а рыбаки догоня-ют рыбок и соединяют вокруг них ру-ки. Рыбка, которая попала-сь в сеть, присоединяется к рыбакам. Игра про-должается до тех пор, пока сеть не разорвётся или пока не будут пойма-ны все игроки.

Плетень

Цель игры: воспитывать самооргани-зацию.

Игроки двух команд строятся в 2 шеренги на противоположных сторо-нах площадки и образуют «плетень» (согнув руки скрестно перед грудью, держат за разноимённые руки сосе-дей справа и слева). По сигналу дети отпускают руки и разбегаются в раз-ных направлениях, а по команде «Плетень!» строятся на своих местах, образуя плетень. Отмечается коман-да, которая быстрее построится.

! Очерёдность игроков в шеренге можно не соблюдать.

Снежная королева

Цель игры: воспитывать быстроту и ловкость.

Игроки находятся на площадке, во-дящий – «Снежная королева» в сто-роне от игроков. По команде игроки разбегаются по площадке, а Снежная королева старается их догнать и за-пятнать. Тот, кого она коснулась, превращается в «льдинку» и остаётся стоять на месте.

«ТУННЕЛЬ» (игра высокой подвижности) <u>Цель: обучать детей в умении ползать.</u> - 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. - <u>Вариант 1</u> 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 в и.п. Эстафета заканчивается, когда направляющий вернется на свое место. <u>Вариант 2</u> Те же условия, но и.п. – упор сидя сзади, а в момент проката мяча – упор лежа сзади.	«СБЕЙ ГРУШУ» (игра средней подвижности) <u>Цель: равновесие, броски мяча, метание.</u> - 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. <u>Усложнение</u> 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.
«ЛОВКИЕ ПАЛЬЦЫ» (игра малой подвижности) <u>Цель: развивать способность к двигательной импровизации, двигательной находчивости, способность координировать действия при совместном решении двигательных задач.</u> - По залу рассыпаются мелкие предметы: кусочки от резиновых ковров, 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	«УДОЧКА» (игра высокой подвижности) <u>Цель: прыжки</u> - Играющие стоят по кругу. Водящий, находясь в середине, крутит веревку с мешочком на конце так, чтобы мешочек летел на высоте 5-10 см от пола. Все прыгают через веревочку, а задевший ее получает одно штрафное очко, после чего игра продолжается. Выигрывают прыгуны, получившие меньшее число штрафных очков после 8-12 кругов веревочки под ногами.

(дома, цветы, корабли, лес и т.д.). Не разрешается брать предметы с пола руками. <i>Усложнение</i> Правой ногой собирать предметы в левую руку, левой ногой – в правую руку.	
--	--

«ПЕРЕПРАВА НА ПЛОТАХ» (игра средней подвижности) <u>Цель: равновесие</u> 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».	«ЭХО» (игра малой подвижности) <u>Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.</u> - 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.
---	---

«ГОРЯЧАЯ КАРТОШКА» (игра средней подвижности) <u>Цель: передача мяча</u> 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. <i>Указание</i> Мяч надо передавать каждому рядом стоящему, никого не пропуская. Игрок, уронивший мяч, должен поднять его и, вернувшись на свое место, передать соседу. <i>Усложнение</i> 1. Мячи разной массы. 2. Мячи разного размера. 3. Количество мячей более двух.	«ПОМЕНЯЙСЯ МЕСТАМИ» (игра малой подвижности) <u>Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.</u> 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 поменяются местами те, у кого есть велосипед». Дети меняются местами и т.д. Игра проводится 3-4 минуты.

«ЗАМРИ» (игра высокой подвижности) <u>Цель: обучать детей в умении ползать и бегать.</u> — Одного ребенка выбирают «льдинкой», а 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».	«БУДЬ ВНИМАТЕЛЕН» (игра малой подвижности) <u>Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.</u> — 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. <i>Вариант</i> Дети выполняют то, что показывает преподаватель, а не то, что он говорит.
«ЛЕТАЕТ – НЕ ЛЕТАЕТ» (игра малой подвижности) <u>Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение</u>	«У КОГО МЯЧ?» (игра малой подвижности) <u>Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение</u>

<u>управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.</u> 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. <i>Вариант</i> Игру можно проводить во время медленной ходьбы.	<u>управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.</u> 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.
--	--

«ДЕНЬ И НОЧЬ» (игра средней подвижности) <u>Цель: обучать детей в умении бросать и ловить мяч</u> 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	«РУЧЕЙКИ И ОЗЕРА» (игра средней подвижности) <u>Цель: учить детей бегать и выполнять перестроения</u> 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.
---	---

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

День армии российской –
Праздник славы боевой!
Достоин каждый обелиска,
Кто стране служил родной!

