

**Картотека**

**ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ  
ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ  
К ШКОЛЕ ГРУППЫ**

Пд. гр.  
Карточка №1

### Подвижная игра «Перемени предмет»

**Цель.** Упражнять детей в беге. Развивать у детей внимание.

**Правила игры.** На одной стороне площадки за линией становятся играющие, образуя 4-5 колонн (расстояние между колоннами примерно 1,5 м). На противоположной стороне площадки напротив каждой колонны очерчены круги диаметром 60-80 см. Каждый первый в колонне держит в руках мешочек с песком, кубик или другой предмет. В центре каждого кружка кладется такой же предмет. По сигналу играющие бегут к кружкам, кладут предмет и берут другой, затем возвращаются бегом на свое место и поднимают принесенный предмет над головой. Тот, кто делает это первым, считается выигравшим. Прибежавшие передают предметы стоящим сзади них, а сами бегут в конец колонны. Когда все выполняют задание, отмечается колонна, набравшая больше выигрышей.

**Указания.** Поднимать предмет вверх ребенок может только после того, как встанет в колонну. Воспитатель следит, чтобы дети не подходили к черте, оставляли свободное место для возвращающегося игрока.

**Оборудование.** Мешочки с песком, кубики.

Пд. гр.  
Карточка №2

### Подвижная игра «Чье звено скорее соберется?»

**Цель.** Упражнять детей в беге, ходьбе, прыжках. Развивать у детей слуховое внимание.

**Правила игры.** Играющие делятся на несколько групп с одинаковым числом детей. Каждая группа выбирает ведущего и становится за ним в колонну. Воспитатель раздает ведущим ленточки разного цвета. По цвету, ленточки звено получает наименование - "зеленые", "синие", "красные", и т. п. Воспитатель ударяет в бубен, все играющие начинают ходить, бегать, прыгать по площадке в разных направлениях, меняя движения в зависимости от задаваемого воспитателем темпа и ритма. По сигналу "на места" водящие останавливаются на том месте, где их застал сигнал, и поднимают ленточку вверх. Остальные быстро собираются за водящим в колонны, равняются и стоят по стойке "смирно". Воспитатель отмечает, какое звено собралось первым.

**Вариант.** Когда все находятся в движении, воспитатель говорит: "Стойте!" Все играющие останавливаются и закрывают глаза, а водящие тем временем перебегают на другие места, поднимают ленточки и замирают. Воспитатель произносит: "На места!". Дети открывают глаза и спешат построиться за своим водящим.

**Указания.** В игре можно использовать разные построения и положения: в шеренги, в круги, сесть на пол по-турецки, остановиться на одной ноге и т. п. Можно ввести условие: "Делай, как водящий", тогда, построившись в звенья, дети принимают позу, показанную водящим.

**Оборудование.** Ленточки синего, красного и зеленого цвета.

Пд. гр.  
Карточка № 11

### Игра малой подвижности "Найди и промолчи".

**Цель.** Развивать у детей умение ориентироваться в пространстве.

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

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

Пд. гр.  
Карточка № 12

### Подвижная игра "Жмурки".

**Цель.** Развивать у детей умение ориентироваться в пространстве. Упражнять детей в беге.

**Правила игры.** Дети располагаются в ограниченном месте. Одному из них завязывают глаза – это жмурка. По сигналу дети бегают, слегка похлопывая в ладоши. Жмурка ловит. Когда жмурка поймает кого-нибудь, игра приостанавливается, выбирается новый жмурка. Если жмурка долго не может никого поймать, его надо сменить. Вариант игры: дети стоят по кругу, в центре двое – жмурка и ребенок с колокольчиком в руках. Мальчик бегает по кругу и звонит, а жмурка его ловит.

**Оборудование.** Платок, колокольчик.

### Подвижная игра "Школа мяча".

**Цель.** Упражнять детей в подбрасывание и ловле мяча.

**Правила игры.** Подбросить мяч вверх правой, а поймать левой рукой (и наоборот). Перебрасывать мяч из правой в левую руку и обратно. Ударить мяч о землю правой рукой, а поймать левой рукой (и наоборот). Подбросить мяч вверх, повернуться кругом и поймать его двумя руками. Подбросить мяч вверх, присесть - встать и поймать его. Подбросить мяч из-за спины двумя руками, а поймать его спереди. Подбросить и поймать мяч двумя и одной рукой сидя, сложив ноги по-турецки. То же, с хлопками.

Ударить мяч о стенку правой (левой) рукой, а поймать левой (правой) рукой. Ударить мяч о стенку, повернуться на 360 градусов и, после того как мяч упадет на пол и отскочит, поймать его. В парах, стоя рядом или друг за другом, один бросает мяч о стенку, другой ловит его и снова бросает о стенку. То же, с отскоком от земли. То же, с дополнительными движениями: хлопками, поворотами, приседаниями.

**Оборудование.** Мяч.

### Игра малой подвижности "Стоп!".

**Цель.** Развивать у детей слуховое внимание.

**Правила игры.** Все играющие становятся на линии, проведенной вдоль одной стороны площадки. На противоположной стороне кружком (диаметр 2-3 шага) обозначается дом водящего. Водящий стоит спиной к детям и говорит: "Быстро шагай, смотри, не зевай! Стоп!" На каждое его слово все шагают вперед. Как только водящий произнесет: "Стоп!" - дети останавливаются, а водящий оглядывается и смотрит, кто не успел замереть на месте и шевельнулся. Он называет этих детей, они возвращаются на исходную линию. Затем водящий снова поворачивается спиной к играющим и говорит: "Быстро шагай..." Все продолжают шагать вперед с того места, где их достал сигнал "Стоп". Вернувшиеся на исходную линию двигаются оттуда. Игра продолжается до тех пор, пока кто-нибудь из детей не подойдет близко к водящему и не встанет в его дом раньше, чем он скажет: "Стоп!". Тот, кому это удастся, становится водящим.

**Указания.** Водящий может произносить слова в любом темпе. Воспитатель следит, чтобы дети на каждое слово делали шаг, но не бежали и не прыгали. Можно провести вариант игры с прыжками вперед на двух ногах.

### Подвижная игра «Кто скорее докатит обруч до флажка?»

**Цель.** Упражнять детей в беге. Развивать у детей координацию движений.

**Правила игры.** Играющие делятся на звенья; становятся друг за другом за чертой. У первых в колоннах в руках обручи. Впереди на расстоянии 10-15 м поставлены флажки или кегли. По сигналу воспитателя "кати" первые в колоннах катят обручи по направлению к флажкам, подталкивая их палочкой, обегая с обручем флажок, возвращаются в свои колонны и передают обручи и палочки следующим. Как только игрок получит палочку, он сейчас же бежит к флажку, прокатывая палочкой обруч, и т. д. Игра заканчивается, когда стоящий в колонне последним выполнит задание. Выигрывает звено, которое быстрее закончит игру.

**Указания.** Воспитатель следит, чтобы, принимая обруч и палочку, дети не выходили за черту. Обруч нельзя отпускать далеко от себя. Можно дать задание прокатывать обруч левой рукой. Для усложнения игры вводится задание закончить игру после того, как вся колонна прокатит обруч до флажка 3-4 раза без перерыва.

**Оборудование.** Обручи, флажки, палочки.

### Подвижная игра "Веселые соревнования".

**Цель.** Упражнять детей в беге, прыгивании и подлезании.

**Правила игры.** Играющие становятся в 3-4 колонны у общей черты на расстоянии 2-3 шагов одна от другой. В каждой колонне одинаковое число играющих. Впереди каждой колонны в 4-5 шагах поставлены гимнастические скамейки, еще дальше на полу положены обручи. По сигналу первые в колоннах бегут к скамейкам, входят на них, перебегают до конца, прыгивают, подбегают к обручам, пролезают в них и кладут тихо на пол; затем быстро возвращаются в конец своей колонны. Выигрывает тот, кто прибежит первым; ему дают ленточку или флажок. Игра продолжается, пока все дети не примут в ней участие. Выигрывает та колонна, у которой окажется больше флажков.

**Указания.** Можно играть так. Играющий, выполнив задание, становится в конце колонны и касается рукой плеча впереди стоящего, тот - следующего и т. д., пока сигнал не дойдет до стоящего в колонне первым. Приняв сигнал, он бежит и выполняет задание. Воспитатель наблюдает за выполнением правил игры.

**Оборудование.** Гимнастические скамейки, обручи, ленточки или флажки.

Пд. гр.  
Карточка №5

### Подвижная игра "Не намочи ног".

**Цель.** Развивать у детей ловкость, упражнять в беге.

**Правила игры.** Играющие собираются на одной стороне площадки за чертой. Воспитатель вызывает 5-6 детей, они выходят к черте, каждый получает по две дощечки (30 x 20 см). На противоположной стороне площадки на одной линии раскладываются султанчики. Между играющими и пособиями расположено болото. Дети должны перебраться через болото по дощечкам, не замочив ног (наступая только на дощечки). По команде "Начинай!" играющие кладут на землю одну дощечку и становятся на нее, затем переходят на другую дощечку, берут ту, что сзади, чтобы снова положить ее впереди себя, и т. п. Перейдя болото, дети собирают дощечки, берут султанчики и поднимают их над головой. Отмечается, кто поднял султанчик первым. Затем дети кладут султанчики обратно, возвращаются на места и передают дощечки следующим.

**Указания.** Воспитатель следит, чтобы дети не бросали дощечки на пол, а клали осторожно. Когда дети научатся ловко передвигаться по дощечкам, можно провести соревнования в звеньях.

**Оборудование.** Дощечки, султанчики

Пд. гр.  
Карточка № 6

### Подвижная игра "Ловля обезьян".

**Цель.** Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке.

**Правила игры.** Изображающие обезьян дети располагаются на пособиях для лазанья по одну сторону площадки. В противоположной стороне находятся ловцы обезьян (4-6 детей). Они хотят сманить обезьян с деревьев и поймать их. Ловцы договариваются, какие движения они будут делать. Они выходят на середину площадки и показывают задуманные движения. Обезьяны в это время быстро влезает на стенку и наблюдают оттуда за движениями ловцов. Прделав движения, ловцы уходят в конец площадки, а обезьяны слезают с деревьев, приближаются к тому месту, где были ловцы, и подражают их движениям. По сигналу воспитателя "ловцы" обезьяны бегут к деревьям и влезает на них. Ловцы ловят тех обезьян, которые не успели влезть на дерево. Пойманных они уводят к себе. После 2-3 повторений дети меняются ролями.

**Указания.** Надо следить, чтобы дети не прыгивали со стены, а спускались вниз до последней перекладины. При повторении игры движения ловцов должны быть новыми.

**Оборудование.** Гимнастическая стенка.

Пд. гр.  
Карточка № 7

### Подвижная игра "Кого называли тот, и ловит".

**Цель.** Упражнять детей в прыжках, беге, ловле мяча.

**Правила игры.** Дети ходят, бегают, прыгают и т. п. по площадке. Воспитатель держит в руке большой мяч. Он называет имя одного из детей и бросает мяч вверх. Ребенок подбегает, ловит мяч и снова бросает его вверх, называя по имени кого-нибудь другого.

**Указания.** Играющий подбрасывает мяч вверх на том месте, где он его поймал. Мяч надо подбрасывать повыше, чтобы названный ребенок успел подбежать к нему и поймать. Надо, чтобы дети старались ловить мяч с воздуха или после одного отскока от земли.

**Оборудование.** Мяч.

Пд. гр.  
Карточка № 8

### Подвижная игра "Поймай мяч".

**Цель.** Упражнять детей в перебрасывание мяча друг другу.

**Правила игры.** В игре участвуют трое детей. Двое становятся на расстоянии не менее 3 м друг от друга и перебрасывают мяч. Третий становится между ними и старается поймать мяч в тот момент, когда он пролетает над ним. Поймав мяч, становится на место ребенка, бросившего мяч, а тот занимает место водящего.

**Указания.** Разделившись на тройки, играет сразу вся группа. Если кто-то из водящих долго не может поймать мяч, воспитатель предлагает детям поменяться ролями.

**Оборудование.** Мяч.