



Подвижные игры на развитие ловкости

Картотека подвижных игр для детей дошкольного возраста, направленных на развитие ловкости

«Плоский камень и мяч»

Возрастные группы: Дети в возрасте старше 5 лет.

Оборудование, инвентарь: Резиновый мяч d 12 см, элемент конструкций мягкого модульного оборудования-куб 80х80х80.

Педагогические задачи: Развитие ловкости, внимания.

Описание: На одной стороне игрового поля устанавливается куб, на расстоянии 1-2 м. проводится линия метания. Игроки делятся на две команды. Игроки одной из команд выстраиваются за кубом у стартовой линии. Игроки второй команды свободно располагаются на площадке напротив куба.

Игрок первой команды кидает мяч на площадку так, чтобы попасть в пустое место. Если это удалось, команде начисляется два очка. В случае если игрокам не удастся поймать мяч на лету, и он упадет на площадку, то один из них, подобрав мяч, становится на линию метания и старается попасть мячом в куб. За попадание в цель команда получает одно очко. Мяч в игру каждый раз вводит следующий игрок первой команды.

Когда все игроки этой команды выполняют отбивание мяча (на площадку), команды меняются местами. Выигрывает команда, набравшая большее количество очков.

Правила: Метание в куб игроки выполняют поочередно, удобным для себя способом. Засчитывается лишь прямое попадание в куб (после отскока от площадки попадание в куб не засчитывается).

Организационно-методические указания:

Перед организацией игры необходимо: провести жеребьёвку игроков, бросающих мяч; произвести разметку игрового поля, площадки. Для повышения интереса к игре – визуализировать промежуточные и итоговые результаты игры.

Возможные варианты:

- 1.Изменение количества игроков.
2. Замена куба другим элементом мягкого модульного оборудования.
3. Нанесение мишени на используемое мягкое модульное оборудование.

«Пчёлки и ласточка»

Возрастные группы: Дети в возрасте старше 5 лет.

Оборудование, инвентарь: Обруч – 1 шт.

Педагогические задачи: Развитие ловкости, быстроты движения.

Описание: Играющие дети – «пчелки» – сидят на корточках. «Ласточка» – в своем «гнезде». «Пчелки» (сидят на поляне и напевают): «Пчелки летают, медок собирают! Зум, зум, зум! Зум, зум, зум, Ласточка. Ласточка летает, Пчелок поймает!». «Ласточка» вылетает из гнезда и ловит «пчел». Пойманный игрок становится «ласточкой».

Правила: «Ласточка» может вылетать из гнезда и ловить «пчёл» только после окончания песенки.

Организационно-методические указания: Выбор водящего осуществляется по считалочке или выбору обучающихся.

Возможные варианты: «Ласточка» находится в круге, «Пчелы» перебегают через круг.

«Перестрелки»

Возрастные группы. Дети в возрасте старше 5 лет.

Оборудование, инвентарь. 20 резиновых мячей d 8 см., волейбольная сетка.

Педагогические задачи: Развитие ловкости.

Описание: Играющие делятся на две команды. По сигналу педагога игроки начинают перебрасывать мячи на сторону соперника как можно быстрее. Команда проигрывает одно очко, если на ее стороне окажутся все мячи. Либо подсчитываются мячи у каждой команды по истечении определенного времени. Тогда проигрывает команда, у которой окажется больше мячей.

Правила: Мячи можно перекидывать только над сеткой.

Организационно-методические указания:

1. Определение игрового поля, нанесение разметки.

2. Визуализация результатов игры.

Возможные варианты:

1. Замена волейбольной сетки элементами мягкого модульного оборудования (брусья).

2. Изменение количества и качества резиновых мячей (набивные мячи, мячами большего размера).

«Горячий мяч»

Возрастные группы: Дети в возрасте старше 5 лет.

Оборудование, инвентарь: Резиновый мяч d 20см.

Педагогические задачи: Развитие ловкости, крупной моторики рук.

Описание: Выбирают водящего. Он встает в центр круга, который образуют остальные игроки. Начинают перебрасывать друг другу мяч, а водящий старается осалить того, у кого сейчас в руках мяч. Если водящему это удалось, то он занимает место в кругу, а водить идет нерасторопный игрок.

Правила: Мяч можно перебрасывать в любом направлении.

Организационно-методические указания:

Количество игроков неограниченно. На этапе ознакомления с игрой возможна разметка в форме круга.

Возможные варианты: Осуществление бросков мяча различными способами.

«Дракон кусает свой хвост»

Возрастные группы: Дети в возрасте старше 5 лет.

Оборудование, инвентарь: не требуется.

Педагогические задачи: Развитие ловкости. Умения

Описание: Играющие стоят друг за другом, держась за талию впереди стоящего. Первый ребенок – это голова дракона, последний – кончик хвоста. Пока звучит музыка, первый играющий пытается схватить последнего - дракон ловит свой хвост. Остальные дети цепко держатся друг за друга. Если дракон не поймает свой хвост, то на роль головы дракона назначается другой человек.

Правила: во время игры нельзя разрывать колонну.

Организационно-методические указания: Использование маски дракона.

Возможные варианты: Обучающиеся в колонне кладут руки на плечи впереди стоящего игрока.

«Ключи»

Возрастные группы: Дети в возрасте старше 5 лет.

Оборудование, инвентарь: не требуется.

Педагогические задачи: Развитие внимательности, ловкости, координации в пространстве.

Описание: Играющие становятся в круги, начерченные в любом порядке (или выложенные из коротких шнуров) на расстоянии не менее 2 м один от другого. Выбирается водящий. Он подходит к одному из игроков и спрашивает: «Где ключи? » Тот отвечает «Пойди к... (называет одного из детей), постучи!». В это время другие дети стараются поменяться местами. Водящий должен быстро занять свободный кружок во время перебежки. Если водящий долго не может занять кружок, он кричит: «Нашел ключи!» Тогда все играющие меняются местами, оставшийся игрок без места становится водящим.

Правила: меняться местами можно после произношения имени игрока.

Возможные варианты: Использование обручей вместо скакалок.

«Кегля вдогонку»

Возрастные группы. Дети в возрасте старше 5 лет.

Оборудование, инвентарь. Кегля-2 шт.

Педагогические задачи. Развитие крупной моторики, зрительного внимания, глазомера.

Описание. Дети становятся по кругу. Взрослый дает двум детям, стоящим в разных местах, по кегле. Затем он говорит: «Кегля вдогонку!» — и дети одновременно начинают передавать их товарищам. Если одна кегля догонит другую, т. е. обе окажутся в руках одного ребенка, то он на некоторое время выходит из игры. Педагог дает кегли другим детям, и игра продолжается.

Правила. Мяч передают по сигналу, не пропуская игроков.

Организационно-методические указания. Дозировка: 2- 3 раза.

Возможные варианты. При большом количестве игроков возможна организация игры в двух и более кругах, при этом выбывший игрок переходит в другую команду.

«Донеси – не урони!»

Возрастные группы: Дети в возрасте старше 5 лет.

Оборудование, инвентарь: Мешочки с песком по количеству игроков.

Педагогические задачи: Развитие координации движений, чувства равновесия, умения действовать в команде.

Описание: Игроки по команде педагога бегут прямо до поворотной отметки, неся на голове мешок с песком. Побеждает игрок, добравшийся первым и не уронивший мешок с песком с головы.

Правила: Нельзя придерживать мешок с песком руками.

Возможные варианты:

1. Использование другого предмета вместо мешка с песком.
2. Изменение способа передвижения (спиной вперёд, «зигзагом», приставным шагом).

«Ловишки с хвостиками»

Возрастные группы. Дети в возрасте старше 5 лет.

Оборудование, инвентарь. Разноцветные ленты - 50 см.- по количеству игроков.

Педагогические задачи. Развитие ориентировки в пространстве, умения менять направление.

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

Правила. Нельзя выбегать за границы игровой площадки.

Организационно-методические указания. Определение границ игрового поля.

Возможные варианты. Чертится круг, в центре стоит ловишка. По сигналу «Раз, два, три лови» дети перебегают круг, а ловишка пытается схватить ленту.

«Чемпион летающей тарелки»

Возрастные группы: Дети в возрасте старше 5 лет.

Оборудование, инвентарь: Фрисби («летающая тарелка») -1шт.

Педагогические задачи: Развитие ловкости, силы.

Описание: Все встают в круг и бросают «летающую тарелку» друг другу. Тот, кто не поймал, садится в круг. Задача сидящего в кругу - поймать «летающую тарелку».

Правила: Фрисби кидать с осторожностью.

Организационно-методические указания: Игра ведется по принципу игры с мячом «Картошка».

Возможные варианты: Использование двух летающих тарелок.

«Стала курочка гулять»

Возрастные группы: Дети в возрасте старше 4 лет.

Оборудование, инвентарь: Маски кошки, курочки и цыплят.

Педагогические задачи: Развитие ориентировки в пространстве, умения менять направление.

Описание:

Дети читают слова и подходят к домику кошки:

Вышла курочка гулять

Свежей травки пощипать,

А за ней цыплятки.

Квохчет курочка: Ко-ко,

Не ходите далеко (игроки приближаются)

На скамейке у дорожки,

Улеглась и дремлет кошка.

Кошка глазки открывает,

И цыпляток догоняет (игроки убегают и прячутся от кошки в домике)

Правила: Кошка начинает ловить после окончания стихотворения, пойманный игрок становится кошкой.

Организационно-методические указания:

1. Выбор водящего по считалочке.

2. Определение местонахождения домика кошки.

Возможные варианты: Передвижение игроков на цыпочках или прыжками на двух ногах во время чтения стиха.

«Люлька»

Возрастные группы: Дети в возрасте старше 5 лет.

Оборудование, инвентарь: Длинная скакалка – 1шт.

Педагогические задачи: Развитие ловкости выносливости, силы.

Описание: Двое водящих берут длинную скакалку за два конца и начинают раскачивать. Сначала качают на высоте 10-15 см от земли, затем по ходу игры поднимают все выше и выше – до полуметра. Остальные игроки должны перепрыгивать через скакалку с разбега. Тот, кто заденет скакалку, сменяет одного из водящих.

Правила: прыгать через скакалку по очереди.

Организационно-методические указания:

Количество игроков не более пяти.

Возможные варианты:

1. Изменение количества игроков прыгающих одновременно, прыгать взявшись за руки.

2.Использование других способов перепрыгивания скакалки: с поворотом в прыжке, на одной ножке, спиной вперед и т.д.

«Салки со скакалкой»

Возрастные группы: Дети в возрасте старше 5 лет.

Оборудование, инвентарь: Гимнастическая скакалка -1шт.

Педагогические задачи: Развитие умения действовать согласованно в парах, тройках, координации движений, ловкости.

Описание: Двое детей берут за концы обычную короткую скакалку, бегут по площадке, стараясь свободной рукой осалить остальных детей, убегающих от них. Первый пойманный становится между водящими, берётся одной рукой за середину скакалки и включается в ловлю. Чтобы тройка водящих освободилась от своих обязанностей, надо каждому из них поймать по одному игроку.

Правила: Бегать, держась за скакалку.

Организационно-методические указания: Определение границ игрового поля.

Возможные варианты: В игру включить 2 пары «ловишек».