

***Карточка весенних
подвижных игр
«Весна красна»
старшая группа***

педагог: Дараган Е.Г.



Картотека № 1. «Кто останется в кругу»

Цель: развивать чувство равновесия, ловкость, быстроту движений. Тренировать слаженность коллективных действий, быстроту реакции и смекалки.

Начертите круг диаметром 2 метра. В круг встают игроки в количестве от 3 до 5 человек. Нужно встать на одну ногу и по команде ведущего начинать прыгать, стараясь вытолкнуть остальных. Побеждает тот, кто в кругу останется один.

Картотека № 2. «Ворона и воробей»

Цель: продолжать учить детей действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве.

Выбираются 2 команды: “вороны” и “воробьи”. Герасим медленно говорит “Вороны!” и дети-“вороны” ловят “воробьев”, команде “Воробьи!” - наоборот!.

Картотека № 3. «Ловишки»

Цель: Развивать увертливость, ловкость, быстроту.

Дети выстраиваются за чертой на одной стороне площадки. Они должны добежать до противоположной стороны так, чтобы ловишка, стоящий посередине, их не поймал. Кого осалят, считается пойменным. После 2-3 пробежек пойманные подсчитываются. Выбирают нового ловишку.

Картотека № 4. «Хитрая лиса»

Цель: развивать у детей выдержку, наблюдательность. Упражнять в быстром беге с увертыванием, в построении в круг, в ловле.

Описание: Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга очерчивается дом лисы. Воспитатель предлагает играющим закрыть глаза, обходит круг за спинами детей и говорит «Я иду искать в лесе хитрую и рыжую лису!», дотрагивается до одного из играющих, который становится хитрой лисой. Затем воспитатель предлагает играющим открыть глаза и внимательно посмотреть, кто из них хитрая лиса, не выдаст ли она себя чем-нибудь. Играющие 3 раза спрашивают хором, вначале тихо, а затеем громче «Хитрая лиса, где ты?». При этом все смотрят друг на друга. Хитрая лиса быстро выходит на середину круга, поднимает руку вверх, говорит «Я здесь». Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит. Пойманного лиса отводит домой в нору.

Правила: Лиса начинает ловить детей только после того, как играющие 3 раза хором спросят и лиса скажет «Я здесь!» Если лиса выдала себя раньше, воспитатель назначает новую лису. Играющий, выбежавший за границу площадки, считается пойманным.

Картотека № 5. «Волк во рву»

Цель: учить детей перепрыгивать, развивать ловкость.

Поперек площадки (зала) двумя параллельными линиями на расстоянии около 100 см одна от другой обозначен ров. В нем находится водящий - волк. Остальные дети - козы. Они живут в доме (стоят за чертой вдоль границы зала). На противоположной стороне зала линией отделено поле. На слова воспитателя «Козы, в поле, волк, во рву!» дети бегут из дома в поле и перепрыгивают по дороге через ров. Волк бежит во рву, стараясь осадить прыгающих коз. Осаленный отходит в сторону. Воспитатель говорит: «Козы, домой!» Козы бегут домой, перепрыгивая по пути через ров. После 2-3 перебежек выбирается или назначается другой водящий. Указания. Коза считается пойманной, если волк коснулся ее в тот момент, когда она перепрыгивала ров, или если она попала в ров ногой. Для усложнения игры можно выбрать 2 волков.

Картотека № 6. «Пингвины с мячом»

Цель: усложнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед с зажатым предметом между ступнями

Картотека № 7. «Ловишка, бери ленту»

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

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

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

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

Картотека № 8. «Горелки»

Цель: учить соблюдать правила игры, действовать по сигналу воспитателя, развивать ловкость.

Играющие строятся в две колонны, взявшись за руки парами. Впереди – водящий. Ребята хором произносят: Гори, гори ясно, Чтобы не погасло. Глянь на небо: Птички летят, Колокольчики звенят! Раз-два-три – беги! После слова «беги!» дети, стоящие в последней паре, опускают руки и бегут в начало колонны: один справа, другой слева от колонны. Водящий пытается поймать одного из ребят, прежде чем он успеет снова взяться за руки со своим партнером. Если водящему удастся это сделать, он берется за руки с пойманным, и они встают впереди колонны. Оставшийся без пары становится водящим. Для увеличения двигательной активности можно разделить детей на две команды.

Картотека № 9. «Поймай мяч»

Цель: упражнять в умении ловить и передавать мяч.

Встаньте на расстоянии 1,5-2 м. от ребенка. Бросьте мяч ребенку так, чтобы он его смог поймать и бросить обратно. Во время этой игры можно говорить слова: «Лови, бросай, упасть не давай». Каждое слово должно сопровождаться броском мяча. Произносите слова медленно, чтобы малыш успел поймать и бросить мяч не спеша. По мере того, как ребенок будет овладевать навыками ловли и бросания, можно увеличивать расстояние.

Картотека № 10. «Бездомный заяц»

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

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

Картотека № 11. «Догони свою пару»

Цель: научиться бегать в паре.

Дети становятся парами один за другим на расстоянии 2-3 шагов на одной стороне площадки. По сигналу воспитателя первые в парах бегут на другую сторону площадки, вторые догоняют (каждый свою пару). В обратную сторону дети меняются местами (первые догоняют вторых). Игра повторяется 2-3 раза.

Картотека № 12. «Караси и щука»

Цель: учить детей ходить и бегать врассыпную, по сигналу прятаться за камешки, приседая на корточки. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.

Один ребёнок выбирается щукой, остальные делятся на две группы. Одна из них образует круг – это камешки, другая – караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за пределами круга. По сигналу воспитателя – щука – она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат занять место за кем-нибудь из играющих и присесть за камешки. Пойманные караси уходят за круг и подсчитываются. Игра повторяется с другой щукой.

Картотека № 13. «Совушка»

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

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

Картотека № 14. «Перелет птиц»

Цель: развивать у детей выдержку, умение двигаться по сигналу. Упражнять в беге, лазании

На одной стороне зала находятся дети-птицы. На другой стороне располагают различные пособия – гимнастические скамейки, кубы, модули и т. д. – это деревья. По сигналу воспитателя «Птицы улетают!» дети, помахивая руками как крыльями, разбегаются по всему залу. По сигналу «Буря!» все птицы бегут к деревьям и стараются как можно быстрее занять какое-либо место. Когда воспитатель произносит «Буря прекратилась!», дети спускаются с возвышений и снова разбегаются по залу – «птицы продолжают свой полет». Страховка воспитателя обязательна.

Картотека № 15. «Запрещенное движение»

Цель игры: развивать моторную память.

Игроки строятся в круг, в центре круга – педагог. Педагог выполняет различные движения, указав, какое из них – запрещенное. Дети повторяют все движения, кроме запрещенного. Игроки, которые повторили запрещенное движение, получают штрафные очки. Отмечаются игроки, которые не получили штрафных очков.

Картотека № 16. «С кочки на кочку»

Цель: учить детей перебираться с одной стороны площадки на другую прыжками с кочки на кочку на двух или одной ноге. Развивать силу толчка, умение сохранять равновесие на кочке, ловкость.

На земле чертят две линии – два берега, между которыми болото. Играющие распределяются парами на одном и другом берегу. Воспитатель чертит на болоте кочки (плоские кольца) на разном расстоянии друг от друга: 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90 см. Двое детей по сигналу прыгают с кочки на кочку отталкиваясь двумя ногами или одной, не становясь между кочками. стараясь перебраться на берег. Тот кто оступился, остаётся в болоте. Выходит следующая пара. Когда все выполняют задание, воспитатель назначает кому выводить детей из болота. Тот подаёт увязшему ребёнку руку и показывает прыжками путь выхода из - болота.

Картотека № 17. «Летает не летает»

Цель игры: воспитывать сообразительность и внимание.

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

Картотека № 18. «Мыши в кладовой»

Цель: упражнять детей выполнять бег врассыпную, подлезание под шнур, не касаясь руками пола

Ход игры: Дети изображают мышей. Они стоят или сидят на стульях, скамейках на одной стороне площадки — мышки в норках. На противоположной стороне, на высоте 50—40 см натянута веревка, за ней кладовая. Сбоку от играющих сидит воспитатель, исполняющий роль кошки. Кошка засыпает. Мыши бегут в кладовую, нагибаются, подлезая под веревку (надо стараться наклониться пониже, чтобы не задеть её). В кладовой мыши присаживаются на корточки и грызут сухари. Кошка просыпается, мяукает и бежит за мышами. Мыши убегают в норки. (Кошка не ловит мышей, она только делает вид, что хочет поймать их). Затем кошка возвращается на место и засыпает, игра продолжается.

Картотека № 19. «Удочка»

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

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

Картотека № 20. «Гуси - гуси»

Цель: учить по сигналу переносить предметы по одному, развивать точность, быстроту, ловкость.

Перед самым началом игры, желательно выбрать подходящую площадку, на которой на расстоянии 10 метров обозначаются линией два домика. Количество играющих может быть неограниченным, как и в подвижной игре «Совушка» но не должно быть меньше 5 участников. Один домик необходим для гусей, а другой для их хозяина. Между домами (линиями) живет волк. Его выбирают дети самостоятельно или при помощи воспитателя, используя считалочку. Волк – это водящий. Игра начинается с того, что хозяин (которого также выбирают, используя считалочку) и гуси должны вести между собой всем известный диалог в стихах: - Гуси-гуси! - Га-га-га-га. - Есть хотите? - Да-да-да-да. - Так летите, скорее! - А нам никак нельзя: страшный волчище ждет под большой горой и не пускает нас домой! Закончив диалог, гуси изо всех сил пытаются перебежать из своего домика в дом к хозяину. А в это время волк выбегает и старается поймать гусей. Игра длится до того момента, пока волк не сможет поймать первого гуся.

Картотека № 21. «Шалтай - болтай»

Цель: развивать творческую фантазию, умение вживаться в образ, передовая характерные движения, выполнять движения одновременно с текстом

Выполнение: педагог проговаривает слова:

Шалтай-болтай сидел на стене
Шалтай-болтай свалился во сне...

Ребенок поворачивает туловище вправо – влево. На слова «Свалился во сне» резко наклоняет корпус вниз.

Картотека №22. «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.

Выбирается Ловишка, который бегает 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 обусловленное место.

Картотека № 23. «Кто смелее»

Цель: развивать быстроту бега, навыки лазания.

Вышли мыши как-то раз Посмотреть который час. Раз- два- три- четыре, Мыши дёрнули за гири. Вдруг раздался страшный звон! Бом- бом- бом- бом! Убежали мышки вон!(кот догоняет мышей-детей).

Картотека № 24. «Ловкая пара»

Цель: развивать глазомер, достигая хорошего результата.

Каждая пара детей получает большой надувной мяч. Встав рядом, они кладут его на плечи, прижимают головой. По сигналу идут или бегут до условленного места и обратно, стараясь не уронить мяч. Побеждают те, кто успешно выполнил задание и вернулся первым. Правила: мяч не придерживать руками, только головой: если мяч потерян, надо вернуться на место, где он упал, и оттуда снова продолжить бег.

Картотека № 25. «Живой лабиринт»

Цель: развивать чувство равновесия, ловкость, быстроту движений.

Тренировать слаженность коллективных действий, быстроту реакции и смекалки. Отыскать дорогу в лабиринте всегда трудно, а уж если с закрытыми глазами! Вот это задачка. А давайте все таки попробуем с нею справиться. До того как вам завяжут глаза, внимательно изучите путь своего лабиринта - он будет проходить между различными предметами, поставленными на полу: игрушками, ведрами, тазиками и пр. Изучили? Теперь завязывайте глаза и смело отправляйтесь в путь. Только не уроните ни одного предмета! Прошли свой путь успешно? Вы молодцы!!!

Картотека № 26. «Попади в цель»

Цель: учить следить за направлением летящего предмета, рассчитывать и выполнять движения.

Хочешь проверить свою меткость и быстроту реакции? Тогда новая игра из категории лучшие игры на двоих – это то, что тебе надо. Эта игра обязательно понравится абсолютно всем игрокам любого возраста. Ты сможешь почувствовать себя пилотом настоящего вертолета. На специальном воздушном поле тебе предстоит принять участие в воздушном сражении. Выбери соперником кого-то из своих друзей. Вместе вам будет играть намного веселее. Кроме того, вы увлекательно проведете время.

Картотека № 27. «Не замочи ног»

Цель: учить перепрыгивать через препятствия и приземляться на обе ноги.

Участники делятся на команды. Перед ними — болото (граница болота отмечается мелом или шнуром). Первым игрокам выдаются по два средней величины бруса (можно использовать кирпичики из детского строительного материала). Задача играющих — с помощью брусьев, наступая на них и поочередно передвигая вперед, добраться до края болота и вернуться обратно, передав эстафету следующему участнику. Желательно, чтобы нога с импровизированной кочки в болото не попадала.

Картотека № 28. «Быстрее ветра»

Цель: развивать быстроту бега, навыки лазания.

Выбирают двух водящих. Первому на руку повязывают синюю ленту – это «северный ветер», другому – красную – это «южный ветер». Остальные дети бегают по площадке. «Северный ветер» старается «заморозить» как можно больше детей (дотронуться до них рукой). «Замороженные» дети принимают какую-либо позу. «Южный ветер» «размораживает» их, дотрагиваясь рукой, восклицая: «Свободен!». Через 2–3 мин. назначают новых водящих, и игра повторяется.

Картотека № 29. «Прыгуны»

Цель: учить прыжкам на двух ногах с продвижением вперед на 2-3м.

На земле чертят круг. Один из играющих встает в середину круга — он пятнашка. По сигналу дети перепрыгивают через черту круга и, если не грозит опасность быть осаленным, некоторое время остаются внутри круга. Продолжают прыгать на двух ногах на месте или продвигаясь вперед к центру круга. Участники игры стараются увернуться от пятнашки и вовремя выпрыгнуть из круга. Осаленный становится пятнашкой. Правила 1. Играющим из круга разрешается только выпрыгивать. Тот, кто из круга выбегает, выходит из игры. 2. Пятнашка преследует играющих, также прыгая на двух ногах. Указания к проведению Величина круга зависит от числа играющих. Перед началом игры нужно договориться, как дети будут перепрыгивать через черту круга: на одной ноге (правой или левой), прямо или боком на двух ногах. Вариант игры Игра начинается так же, но осаленный из круга не выходит, а становится помощником пятнашки. Как только число пятнашек увеличится до 5, четверо уходят за круг, а тот, кого осалили последним, остается пятнашкой. Игра повторяется.

Картотека № 30. «Охотники и зайцы»

Цель: учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперед в рассыпную, действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в зайцев. Развивать ловкость, глазомер.

Выбирается охотник, остальные дети – зайцы. На одной стороне площадки отводится место для охотника, на другой дом зайцев. Охотник ходит по залу, делая вид что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе. Зайцы выпрыгивают на двух ногах или на право на левой поочередно в разных направлениях. По сигналу: «Охотник!» - зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мяч. Те в кого он попал считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом.

Картотека № 31. «Шалтай -балтай»

Цель: развивать творческую фантазию, умение вживаться в образ, передовая характерные движения, выполнять движения одновременно с текстом

Выполнение: педагог проговаривает слова:

Шалтай-болтай сидел на стене
Шалтай-болтай свалился во сне...

Ребенок поворачивает туловище вправо – влево. На слова «Свалился во сне» резко наклоняет корпус вниз.

Картотека № 32. «Перенеси предметы»

Цель: учить по сигналу переносить предметы по одному, развивать точность, быстроту, ловкость.

На земле чертят 2–4 круга (диаметром 50 см) на расстоянии 8–10 м. В один круг ставят несколько разных предметов (кегли, кубики, игрушки), другой остается свободным. Ребенок встает у свободного круга и по сигналу взрослого начинает переносить сюда предметы по одному из другого круга. Могут играть одновременно две команды. Со старшими дошкольниками эту игру можно провести с элементом соревнования: кто скорее перенесет предметы. В этом случае в игре принимают участие несколько детей или даже 2–3 группы. Тогда на площадке чертят круги по количеству играющих детей или групп, в каждый круг ставят одинаковое количество предметов. Если играют несколько детей, то воспитатель следит, кто быстрее перенесет предметы и аккуратно поставит в свободный круг. Если играют группами, то количество детей в каждой группе должно быть одинаковым, а число предметов в кругах должно соответствовать количеству детей. По сигналу воспитателя начинают бег дети, стоящие первыми в своих группах. Вторые могут бежать только тогда, когда первые прибегают, поставят предмет в свободный круг и коснутся следующего игрока рукой. В данном случае выигрывает команда, которая быстрее перенесет предметы и не нарушит правил.

Картотека № 33. «Извилистая тропинка»

Цель: учить перепрыгивать через препятствия и приземляться на обе ноги.

Всех детей нужно разделить на 2–4 команды в зависимости от числа участников группы, чтобы получилось примерно по 5–7 человек в одной команде. Эта подвижная игра проводится по типу эстафеты в просторном помещении или на улице. Ребят нужно построить на линии старта в шеренги друг за другом. Для этого на линии старта располагаются пирамидки или другие игрушки, которые будут отправной точкой для каждого участника. Само поле, по которому предстоит пробежать игрокам этой подвижной игры, представляет собой несколько наклеек (или расставленных игрушек) на полу, мимо которых должен пробежать участник, не наступив на них (как по извилистой дорожке). В конце поля находится линия финиша, на которой располагаются мягкие кубики (или любые другие игрушки). Задача участника заключается в том, чтобы пробежать по такой извилистой дорожке, коснуться мягкого кубика и остановиться. После чего бежать может следующий игрок этой же команды. Таким образом, в конце этой подвижной игры все ребята должны перебежать с линии старта до линии финиша.

Картотека № 34. «Мы - капельки»

Цель: учить образовывать двойные ряды, делать широкий круг, тренировать слаженность коллективных действий, быстроту реакции и смекалку.

Ребята, сегодня я вам хочу предложить поиграть в игру «Ходят капельки по кругу». Я буду вашей мамой - Тучей. А вы все моими капельками. (Включается музыка и идет дождь).

Воспитатель: Вы полетели путешествовать на землю. Дети: Прыгают, бегают, играют свободно по всему залу. Воспитатель: Но вот им стало скучно прыгать поодиночке, собрались они попарно и потекли маленькими веселыми ручейками. (Смена музыки. Музыка ручейка). Дети: капельки соединяются парами и составляют ручейки.

Воспитатель: Встретились ручейки и стали большой рекой. (Смена музыки. Музыка реки) Дети: Капельки соединяются в одну цепочку.

Воспитатель: Плынут капельки в большой реке, путешествуют. Текла, текла речка и попала в большой пребольшой океан. (Смена музыки. Музыка океана).

Дети: Перестраиваются в хоровод и кружатся по кругу, затем приседают. Воспитатель: Плавали они плавали капельки в океане, а потом вспомнили, что мама –Тучка наказывала домой вернуться, а тут как раз солнышко пригрело (Показываю солнышко). Стали капельки легкими, потянулись вверх.

Дети: Присевшие дети поднимаются, а затем вытягивают руки вверх. Воспитатель: испарились они под лучами солнышка и вернулись к маме – Тучке.

Дети: Капельки подходят к маме – Тучке и она их обнимает. Воспитатель: Молодцы, капельки, хорошо себя вели, проходим за воротник не залезали, не брызгались, теперь со мной побудьте. Я без вас соскучилась

Картотека № 35. «Части тела»

Цель игры: развивать быстроту реакции и сообразительность, повышать эмоциональный фон занятий.

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

Картотека № 36. «Горячая картошка»

Цель игры: закреплять передачу мяча по кругу.

Игроки строятся в круг, один из игроков держит в руках мяч. Под музыку или звуки бубна дети предают мяч друг другу по кругу. Как только музыка остановится, игрок, у которого оказался в руках мяч, выбывает из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется 2 игрока – победителя

Картотека № 37. «Лови - бросай»

Цель: учить ловить мяч, не прижимая его к груди, бросать точно воспитателю двумя руками в соответствии с ритмом произносимых слов.

Дети стоят в кругу, взрослый — в центре. Он перебрасывает мяч и ловит обратно, говоря: «Лови, бросай, упасть недай!». Текст произносит не спеша, чтобы успеть поймать и бросить мяч. Расстояние постепенно увеличивается: от 1 до 2 м и более. Правила: ловить мяч, не прижимая его к груди; бросать точно взрослому двумя руками в соответствии с ритмом произносимых слов. Усложнение: дети стоят в парах и перебрасывают мяч друг другу.

Картотека № 38. «Не опоздай»

Цель: учить пролазать под скамейкой любым способом (прямо или боком).

Необходимо поставить в круг стулья меньшего количества, чем число играющих (на один, на два). Ведущий ставит запись с подходящей по темпу музыкой или играет на каком-либо ритмическом музыкальном инструменте (барабане, бубне, погремушке и т. д.), а дети бегают вокруг стульев. Когда музыка останавливается, дети должны успеть занять место. Ребенок, не успевший сесть на стул, выбывает из игры. Одновременно ведущий убирает еще один или, если хочет ускорить игру, два стула. Игра продолжается до тех пор, пока не останется один игрок. Ведущему необходимо варьировать время, в продолжении которого проигрывается музыка. Стулья желательно очень близко друг к другу не ставить

Картотека № 39. «Салки»

Цель: учить двигаться прерывистыми шагами в разные стороны, действовать по сигналу.

Выбирается ловишка. По сигналу воспитателя: Раз, два, три, Раз, два, три, Ну скорее нас лови! дети разбегаются по залу (площадке). Ловишка их ловит, дотрагиваясь рукой. Пойманные отходят в сторону. Когда будет поймано 2-3 детей, выбирается другой ловишка. Игра повторяется 2-3 раза

Картотека № 40. «Достань до мяча»

Цель: продолжать упражнять подпрыгивать толчком двух ног, ударять по мячу одновременно двумя руками.

К стоякам прикрепить канатик на 10 - 15 см выше от поднятых рук ребенка. К канату привязать в сетях большие мячи (2 - 3) на определенном расстоянии один от другого. Детей посадить так, чтобы они видели тех, кто будет прыгать. Воспитатель зовет 2 - 3 детей, они подходят к мячам, на сигнал "раз" прыгают и обоими руками достают мяч, после чего возвращаются на свои места. Воспитатель отмечает детей, которые за один раз достали мяч. Игра заканчивается, когда все дети достанут мячи.

Картотека № 41. «Сбей кеглю»

Цель: развивать координацию движений, умение предать силу броску.

На полу или земле чертят линию или кладут веревочку. На расстоянии 1 -1,5 м от нее ставят 2-3 большие кегли (расстояние между кеглями 15-20 см). Дети по очереди подходят к обозначенному месту, берут в руки лежащие рядом мячи и катят их, стараясь сбить кеглю. Прокатив 3 мяча, ребенок бежит, собирает их и передает следующему играющему. Чтобы сбить кеглю, надо постараться. Указания к проведению. Для выполнения упражнения сначала надо дать мячи диаметром 15-20 см. Затем, когда дети научатся прокатывать мяч энергично, попадать в кегли, им можно дать мячи меньшего размера и увеличить расстояние для их прокатывания.

Картотека № 42. «Веревочка»

Цель: учить выполнять действовать по сигналу.

Плавно работать руками, бегать в определенном направлении, развивать быстроту ловкость. Дополнительно: стулья, веревочка Два стула ставятся спинками друг к другу, под ними продергивается веревочка. По команде ведущего два участника ходят вокруг своих стульев. По команде садятся каждый на свой стул и выдергивают из-под него веревочку. Игра проводится до трех раз. Кто побеждает дважды, тот получает приз

Картотека № 43. «Воробушки»

Цель: упражнять в беге в рассыпную, развивать ловкость, быстроту.

На полу или земле чертится круг диаметром 4м. Водящая "кошка" становится в середине круга, остальные участники игры "воробьи". Они находятся вне круга. По сигналу воспитателя "воробьи" начинают прыгать в круг и выпрыгивать из него. Пойманный находится в центре. Когда попадают все "воробьи", выбирается новая кошка. Побеждает тот, кто ни разу не попался, и кошка, сумевшая быстрее других поймать всех "воробышков".

Картотека № 44. «Не упусти мяч»

Цель: учить передавать мяч, не роняя и не останавливаясь, воспитывать дружелюбие.

Нужно пробежать, а вернее - пропрыгать определенное расстояние, зажав между коленями теннисный мяч или спичечный коробок. Время засекают. Если мяч или коробок падает на землю, бегун поднимает его, снова зажимает коленями и продолжает бег. Побеждает показавший лучшее время.

Картотека № 45. «Лесные тропинки»

Цель: разнообразить движения в зависимости от условий.

В начале игры дети мелом на асфальте рисуют разноцветные пересекающиеся линии - это тропинки по которым и предстоит передвигаться участникам игры. Но прежде необходимо выбрать способ перемещения: на корточках, подпрыгивая или задом наперед. Для этого из лесной корзинки дети вытягивают свернутые листки бумаги - это жребий. Дальше- по команде начинают движение - кто первый придет к финишу.

Картотека № 46. «Спящая лиса»

Цель: развивать физические качества: быстроту, ловкость, внимание.

Содержание: Выбирается лиса (водящий). Она уходит в угол площадки в норку, где крепко спит. Дети резвятся на площадке, бегая в разных направлениях. По сигналу: «Лиса проснулась!». Все дети, спасаясь от лисы, бегут в домик (за черту, на противоположной стороне площадки).. Пойманных лиса отводит к себе в норку

Картотека № 47. «Мяч сквозь обруч»

Цель: обучение бросанию и ловле мяча, передаче его партнеру в движении, развитие ловкости и координации движения.

На игровой площадке шесть детей, выбранных из числа играющих, становятся в шеренгу и держат в вытянутых руках пять обручей. Остальные дети разбиваются воспитателем на играющие пары. По сигналу или команде воспитателя каждая пара по очереди начинает игру от первого стоящего в цепочке, проходя цепочку на расстоянии 1 м с обеих сторон и перебрасывая мяч друг другу через обруч. Во время движения дети должны бросить мяч через каждый обруч. Если ребенок уронит мяч, то должен поднять его и продолжить игру с того обруча, где была допущена ошибка (или с первого обруча, что зависит от условий игры). Побеждает пара, которая быстрее других прошла дистанцию и не уронила мяч, бросив его через все пять обручей. При повторении игры дети, игравшие в парах, меняют детей, стоявших с обручами. Подводя итоги игры, воспитатель отмечает не только быстроту движения, но и точность бросков игроков.

Картотека № 48. «Встречные перебежки»

Цель: учить детей перебегать с одной стороны площадки на другую в быстром темпе. Развивать внимание, быстроту движений.

Две группы детей с равным количеством играющих становятся на противоположных сторонах площадки за линией в шеренги. (расстояние между детьми в шеренге не менее 1 метра). У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета – синие, жёлтые. По сигналу воспитателя: «Синие!» - дети с синими лентами бегут на противоположную сторону, стоящие напротив протягивают вперёд ладоши и ждут, когда бегущие прикоснуться к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону, поворачивается и поднимает руку вверх.

Картотека № 49. «Поймай палку»

Цель: тренировать быстроту реакции на сигнал.

Игроки строятся в круг, в центре круга – водящий, который руками удерживает гимнастическую палку на полу вертикально за верхний конец. Водящий называет по имени одного из игроков, отпускает палку, а названный игрок должен поймать палку, не давая ей упасть.

Картотека № 50. «Беги к флажку»

Цель: упражнять детей действовать в соответствии с правилами, ориентироваться на цветовой сигнал, выполнять бег врассыпную, использовать все пространство зала.

Воспитатель раздает детям флажки двух цветов: красного и синего. Он, держа в одной руке красный, в другой — синий флажок, разводит руки в стороны; дети группируются со стороны флажка соответствующего цвета. Затем он предлагает детям погулять по площадке. Пока дети гуляют, воспитатель переходит на другую сторону и говорит: «Раз, два, три—скорей сюда беги!» - при этом он протягивает руки с флажками в стороны. Дети бегут к нему и собираются возле флажка своего цвета. Когда все дети соберутся, воспитатель предлагает поднять флажки вверх и помахать ими. Воспитатель может перекладывает флажки из одной руки в другую, чтобы дети собирались то справа, то слева от него. Вместо флажков детям можно дать в руку платочек или кубик соответствующего цвета или повязать на руку цветную ленточку.