

Картотека подвижных игр в старшей группе

Игры высокой подвижности

К играм высокой подвижности относятся те, в ходе которых участвует большая группа детей. Они построены на таких движениях, как бег и прыжки.

Морозко

Задачи: учить бегать, не сталкиваясь, сохранять неподвижность, выручать товарищей; развивать ловкость, скоростные характеристики; воспитывать чувство взаимопомощи.

Среди детей выбирается водящий. Его задание поймать как можно большее количество участников игры и «заморозить». После того, как водящий догонит игрока и прикоснется к нему, тот должен остановиться и замереть на месте. При этом нужно раскинуть руки в стороны, давая понять, что ему нужна помощь. Остальные игроки пытаются, минуя водящего, подбежать к «замороженным» товарищам и освободить их своим прикосновением. Тогда они снова возвращаются в игру. Цель игры — «заморозить» всех участников игры. Тем ни менее, если этого не происходит в течение 5-7 минут, то нужно поменять водящего и продолжить игру. Воспитатель должен следить, чтобы каждый из «замороженных» детей включался в игру только после помощи своих товарищей.

Совушка

Задачи: учить детей быстро ориентироваться в пространстве, действовать по сигналу; развивать скорость, ловкость, сообразительность; расширить знания детей о сове, ее образе жизни; воспитывать внимательность, дух соперничества.

Среди детей выбирается один ребенок на роль совы. Птицы днем малоподвижны, а на охоту вылетают в ночное время. Остальные участники будут мышками. Для них перед началом игры делают норки. В качестве норок можно использовать обручи, разложив их по кругу, на некотором расстоянии друг от друга. Совушка располагается в центре этого круга. Воспитатель дает команду «День!». При этом совушка приседает (засыпает), а мышки без опаски играют и бегают вокруг нее. После того, как прозвучит команда «Ночь!», сова просыпается и пытается догнать кого-то из мышек. Мышки должны успеть разбежаться по норкам, чтобы спрятаться там от совы. Пойманные игроки выходят из круга и временно не участвуют в дальнейшей игре. Игра продолжается до тех пор, пока сова не переловит всех мышек. После этого выбирается новая совушка и игра начинается заново.

Часики

Задачи: расширять знания детей о предназначении и устройстве часов; учить подпрыгивать, перепрыгивать через препятствие; развивать ловкость, внимательность; формировать навыки координации своих движений.

Сначала воспитатель показывает детям макет часов, обсуждают их форму, расположение цифр, движение стрелок. После им предлагается стать по кругу, как и цифры на часах. Воспитатель становится в центр и держит в руках скакалку, которая будет выполнять - роль стрелок. В ходе игры воспитатель раскручивает скакалку, а дети должны перепрыгнуть через нее. Тот, у кого не получится перепрыгнуть, выходит из круга и игра продолжается. Воспитатель попутно разучивает с детьми такие понятия: меняя длину скакалки, показывает часовую или минутную стрелку; раскручивает по часовой стрелке и против ее движения.

На охоте

Задачи: расширить знания детей об охоте; развивать наблюдательность, меткость, ловкость, ориентацию в пространстве, умение быстро менять направление движения.

Два участника будут охотниками. Они становятся по краю игровой площадки. Один получает мячик. Остальные игроки исполняют роль уток, на которых будет вестись «охота». Они располагаются в центре. Ход игры заключается в том, что охотники перебрасывают мяч друг другу, пытаясь попасть им по участникам — уткам. Дети пытаются уклоняться от мяча, перебегая от одной стороны площадки к другой. Если мяч коснется кого-то из игроков, то он отходит в сторону. Игра заканчивается, когда все «утки» будут выбиты. После этого среди детей перераспределяются роли, и игра начинается заново.

Линеечка

Задачи: воспитывать самоорганизацию.

Игроки строятся в 2 – 3 шеренги по периметру площадки. По команде расходятся или разбегаются в разных направлениях, а по звуку сигнала выполняют построение в шеренгу на своем месте. Отмечается команда, которая быстрее и ровнее построилась. Строиться только в своей команде очередность в шеренге значения не имеет.

Части тела

Задачи: развивать быстроту реакции и сообразительность.

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. Ведущий может придумывать разные комбинации – «рука-рука», «рука-нос» и др.

Рыбаки и рыбки

Задачи: формировать согласованность двигательных действий.

Игроки - «рыбки» находятся на площадке. Пара игроков – водящие образуют «сеть» (берутся за руки – одна рука свободна). По сигналу, рыбки бегут по площадке, а рыбаки догоняют рыбок и соединяют вокруг них руки. Рыбка, которая попала в сеть, присоединяется к рыбакам. Игра проводится до тех пор, пока сеть не разорвется или пока не будут пойманы все игроки.

Плетень

Задачи: воспитывать самоорганизацию.

Игроки двух команд строятся в 2 шеренги на противоположных сторонах площадки и образуют «плетень» (согнув руки крест на крест, перед грудью, держат за разноименные руки, соседей справа и слева). По сигналу дети отпускают руки и разбегаются в разных направлениях, а по команде «Плетень!» строятся на своих местах, образуя плетень. Отмечается команда, которая быстрее построится. Очередность игроков в шеренге можно не соблюдать.

Снежная королева

Задачи: воспитывать быстроту и ловкость.

Игроки находятся на площадке, ведущий – «Снежная королева» в стороне от игроков. По команде игроки разбегаются по площадке, а Снежная королева старается их догнать и запятнать. Тот, кого она коснулась, превращается в «льдинку» и остается стоять на месте.

Игры средней подвижности

Кочки

Задачи: расширить знания детей о болоте; учить перепрыгивать с кочки на кочку; развивать ловкость, равновесие.

Перед началом игры создаются две дорожки из кочек. Дети делятся на две команды. Задание игры: пройти по болоту, перепрыгивая с кочки на кочку. Нельзя оступиться и сойти с кочки. В таком случае участник должен вернуться на стартовую линию и приступить к выполнению задания заново.

Игра заканчивается, когда все участники одной команды перейдут на другую сторону болота. Победит тот, кто сделает это первым.

Флажки

Задачи: учить ориентироваться в пространстве, действовать по сигналу; развивать внимательность; расширять знание детей о цветах.

Перед игрой каждый участник получает значок определенного цвета, и расставляются соответствующие флажки по всей комнате. В начале игры включается музыка. Пока музыка звучит, дети в произвольном порядке

прогуливаются по комнате. Как только музыка будет выключена, все игроки должны подбежать к своему флажку. Определяются дети, которые замешкаются или ошибутся с цветом флажка. Ведущий должен следить, чтобы участники ходили по всей комнате, а не находились все время рядом с нужным флажком.

Успей схватить

Задачи: учить двигаться по кругу; развивать ловкость, быстроту реакции; учить действовать по сигналу.

Дети выстраиваются по кругу, а в центре складывают предметы (игрушки, кубики, кегли). Их количество должно быть на один меньше, чем игроков.

Все участники начинают двигаться (идти, бежать вприпрыжку). Когда прозвучит сигнал (хлопок, свисток, выключение музыки) каждый должен взять по одному предмету в руки. Тот, кому ничего не достанется, выходит из игры. Один предмет убирается, и игра проводится заново. В конце игры остается самый ловкий участник.

День и ночь

Задачи: обучать детей умению бросать и ловить мяч.

У каждого из детей в руках по мячу. По команде «День!» дети выполняют знакомые движения с мячом (броски вверх, вниз, в стену, в движении и др.). По команде «Ночь!» - замереть в той позе, в которой застала ночь. Игра проводится 3 – 4 мин.

Кто внимательный?

Задачи: 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 самые внимательные игроки. Сигналы подаются в разной последовательности, после каждого сигнала дети продолжают ходьбу в колонне. Можно придумать и другие упражнения.

Что умеем-покажем

Задачи: расширять знания детей о разных видах домашних обязанностей, профессиональной деятельности; развивать творческие способности, наблюдательность.

Дети собираются в комнате. Воспитатель проводит беседу о том, какими делами занимаются их родители, чем дети помогают им. Далее он сообщает, что нужно будет не на словах, а на деле показать, как они это делают. Один участник выходит за дверь. Дети договариваются между собой, какое именно действие они будут показывать. Каждый ребенок должен сам придумать способ это изобразить. После возвращения ведущего дети говорят: «Что умеем-мы не скажем, а сейчас тебе покажем». Задание ведущего-угадать, что ему показывают

