

Перечень подвижных игр в подготовительной к школе группе

1. «Воробушки и автомобиль»
2. «У медведя во бору»
3. «Мышеловка»
4. «Совушка»
5. «Мы веселые ребята»
6. «День – ночь»
7. «Ручеек»
8. «Пятнашки»
9. «Хитрая лиса»
10. «Третий лишний»
11. «Бездомный заяц»
12. «Два Мороза»
13. «Чье звено скорее соберется»

14. «Ловишка с мячом»
15. «Волк во рву»
16. «Гори – гори ясно»
17. «Охотники и утки»
18. «Вышибалы»
19. «Гуси – лебеди»
20. «Али – Баба»
21. «Охотники и зайцы»
22. «Ловля обезьян»
23. «Перелет птиц»
24. «Стоп! Идите!»
25. «Море волнуется»
26. «Шире шаг»
27. «Не попадись»

«Воробушки и автомобиль»

Цель игры: приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить своё место.

Описание. Дети – «воробушки» садятся на скамейку – «гнездышки». Воспитатель изображает «автомобиль». После слов воспитателя: «Полетели, воробушки, на дорожку» - дети поднимаются и бегают по площадке, размахивая руками – «крылышками». По сигналу воспитателя: «Автомобиль едет, летите, воробушки, в свои гнездышки!» - «автомобиль» выезжает из «гаража», «воробушки» улетают в «гнезда» (садятся на скамейки). «Автомобиль» возвращается в «гараж».

«У медведя во бору»

Цель игры: закреплять умение двигаться враспынную, имитировать игровые движения, двигаться в соответствии с текстом.

Описание игры: Определяется берлога медведя (на конце площадке) и дом детей на другой. Дети идут в лес гулять и выполняют движения соответственно стиху, который произносят хором:

У медведя во бору, Грибы, ягоды беру, А медведь не спит И на нас рычит.

Как только дети закончили говорить стихотворение медведь с рычанием встаёт и ловит детей, они бегут домой.

«Мышеловка»

Цель игры: развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге и приседание, построение в круг и ходьбе по кругу.

Описание игры: играющие делятся на две неравные команды, большая образует круг – «мышеловку», остальные – мыши. Слова:

Ах, как мыши надоели, Все погрызли, все поели.

Берегитесь же плутовки, Доберемся мы до вас.

Вот расставим мышеловки, Переловим всех сейчас!

Затем дети опускают руки вниз, и «мыши» оставшиеся в кругу встают в круг и мышеловка увеличивается.

«Совушка»

Цель игры: учиться неподвижно стоять некоторое время, внимательно слушать.

Ход игры: Играющие свободно располагаются на площадке. В стороне («в дупле») сидит или стоит «Сова». Воспитатель говорит: *«День наступает – все оживает»*. Все играющие свободно двигаются по площадке, выполняя различные движения, имитируя руками полет бабочек, стрекоз и т.д.

Неожиданно произносит: *«Ночь наступает, все замирает, сова вылетает»*. Все должны немедленно остановиться в том положении, в котором их застали эти слова, и не шевелиться.

«Сова» медленно проходит мимо играющих и зорко осматривает их. Кто пошевелится или засмеется, того «сова» отправляет к себе в «дупло». Через некоторое время игра останавливается, и подсчитывают, сколько человек «сова» забрала к себе. После этого выбирают новую «сову» из тех, кто к ней не попал. Выигрывает та «сова», которая забрала себе большее число играющих.

«Мы веселые ребята»

Цель игры: развивать ловкость, увертливость; совершенствовать умение соблюдать правила игры.

Ход игры: Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне также проводится черта – это дома. В центре площадки находится ловишка. Играющие хором произносят:

Мы веселые ребята, любим бегать и скакать Ну, попробуй нас догнать. 1,2,3 – лови!

После слова «Лови!» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка старается поймать их. Тот, кого ловишка успеет задеть до черты, считается пойманным и отходит в сторону, пропуская одну перебежку. После двух перебежек выбирается другой ловишка.

«День – ночь»

Цель игры: Развивать ловкость, внимание, умение быстро бегать, действовать согласно правилам игры.

Ход игры. Участники делятся на две команды: «День» и «Ночь». Их дома находятся на противоположных сторонах площадки, за чертой. Посередине проводится еще одна черта. На расстоянии одного шага от нее по ту и другую сторону выстраиваются команды спиной друг к другу.

Воспитатель говорит: «Приготовиться!» - а затем дает сигнал той команде, которая должна ловить. Если он сказал «День», то дети из команды «Ночь» бегут в свой домик, а дети из команды «День» поворачиваются и ловят их, только до границы дома убегающих.

Подсчитывается количество пойманных, затем все снова выстраиваются и ждут следующего сигнала.

Игра повторяется 4-6 раз. Воспитатель может назвать одну и ту же команду два раза подряд, но нужно, чтобы в общей сложности каждая команда ловила одинаковое число раз.

Выигрывает та команда, которая поймала больше детей.

«Ручеек»

Цель игры: Приобщать детей к национальной культуре русского народа через игру; закрепить умение организовывать пары, двигаться друг за другом парами; четко и громко произносить слова, соблюдать правила игры.

Ход игры: Воспитатель знакомит детей с правилами игры. Играющие встают друг за другом парами, обычно мальчик и девочка берутся за руки и держат их высоко над головой. Из сцепленных рук получается длинный коридор - "ручеек". Игрок, которому не досталась пара, идет к истоку "ручейка" и произносит такие слова:

Ручей, ручей, ручеек! Здравствуй, миленький дружок. Можно с вами поиграть?

Дети стоящие в колонне отвечают: Ты скорее забегай и друзей здесь выбирай!

После этого играющий быстро проходит под сцепленными руками и ищет себе пару. Взявшись за руки, новая пара пробирается в конец коридора, а тот, чью пару разбила, идет в начало "ручейка". И проходя под сцепленными руками, уводит с собой того, кто ему понравился. "Ручеек" должен двигаться быстро.

Для завершения игры использую слова, которые произносят все играющие дети хором:

В ворота ручей бежит И тихонечко журчит.

Ручей. ручей, ручеек! Спасибо миленький дружок!

Хорошо мы поиграли Все друзей своих узнали.

«Пятнашки»

Цель игры: Развивать быстроту реакции на сигнал; упражнять в беге с увертыванием и в ловле.

Ход игры: Дети находятся в разных местах площадки (границы ее обозначены флажками).

Пятнашка, получив цветную повязку (ленточку), становится на середине площадки.

После сигнала воспитателя: «Лови!» - все дети разбегаются по площадке, а водящий старается догнать кого-нибудь из играющих и коснуться его рукой. Тот, кого водящий коснулся рукой, отходит в сторону. Игра заканчивается, когда пятнашка поймает 3-4 играющих.

При повторении игры выбирается новый пятнашка.

Если пятнашка в течение 30-40 секунд не может поймать никого из играющих, воспитатель должен назначить другого водящего.

«Хитрая лиса»

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

Ход игры: 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 затем 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.

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

Варианты: Выбираются 2 лисы.

«Третий лишний»

Цель игры: учить соблюдать правила игры, развивать ловкость и быстроту бега.

Играющие становятся парами по кругу лицом к центру так, что один из пары находится впереди, а другой —сзади него. Расстояние между парами — 1—2 м. Двое водящих занимают место за кругом: один убегает, другой его ловит. Спасаясь от погони, убегающий может встать впереди любой пары.

Тогда стоящий сзади оказывается «третьим лишним» и должен убежать от второго водящего. Если догоняющий коснется убегающего, то они меняются ролями. Никто не должен мешать игроку убежать от преследователя.

Варианты: 1. Стоящий сзади в паре «третий лишний» должен не убежать, а догонять второго водящего.

2. Игроки стоят в парах лицом друг к другу и держатся за руки. Убегающий может встать между руками любой пары. К кому он встанет спиной, тот «третий лишний» и должен убежать.

3. Играющие прогуливаются по кругу парами, держат друг друга за руки, а свободные руки на поясе. Убегающий, спасаясь от преследования, может в любой момент взять кого-нибудь под руку. Тогда стоящий с другой стороны становится убегающим. Эту же игру можно проводить под музыку.

«Бездомный заяц»

Цель игры: 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 себя 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.

«Два мороза»

Цель игры: Развивать у детей торможение, умение действовать по сигналу (по слову). Упражнять в беге с увертыванием в ловле. Способствовать развитию речи.

Ход игры: На противоположных сторонах площадки отмечаются линиями два дома. Играющие располагаются на одной стороне площадки. Воспитатель выделяет двух водящих, которые становятся посередине площадки между домами, лицом к детям. Это Мороз Красный Нос и Мороз Синий Нос. По сигналу воспитателя «Начинайте», оба Мороза говорят: «Мы два брата молодые, два мороза удалые. Я - Мороз Красный Нос. Я - Мороз Синий Нос. Кто из вас решиться, в путь-дороженьку пуститься?» Все играющие отвечают: «Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз» и перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а Морозы стараются их заморозить, т.е. коснуться рукой. Замороженные останавливаются там, где их захватил мороз и так стоят до окончания перебежки всех остальных. Замороженных подсчитывают, после они присоединяются к играющим.

Правила: Играющие могут выбегать из дома только после слова «мороз». Кто выбежит раньше и кто останется в доме, считаются замороженными. Тот, кого коснулся Мороз, тотчас же останавливается. Бежать можно только вперед, но не назад и не за пределы площадки.

Варианты: За одной чертой находятся дети Синего Мороза, за другой дети Красного. На сигнал «синие», бегут синие, а Красный Мороз ловит и наоборот. Кто больше поймает.

«Чье звено скорее соберется»

Цель игры: Упражнять детей в беге в различных направлениях. Развивать внимание, умение внимательно слушать сигнал воспитателя. Закрепить умение быстро ориентироваться в пространстве, строиться в колонну.

Ход игры: Дети делятся на 3-4 группы с одинаковым числом играющих: каждой группе даются флажки какого-либо одного цвета.

В разных концах площадки или одной стороне ставятся на подставках 3-4 флага тех же цветов. Каждая группа строится перед флагом своего цвета.

Когда играющие построятся, воспитатель ударяет в бубен, и дети начинают ходить, бегать, прыгать по площадке в разных направлениях. Движения меняются в зависимости от того ритма и темпа, который дается воспитателем.

По сигналу «На места!» - дети бегут к своему флагу и строятся в колонну (лицом к флагу).

Воспитатель отмечает, какая группа построилась первой.

После двух-трех повторений игры, в тот момент, когда дети бегают, прыгают, воспитатель говорит: «Стой!». По этому сигналу все играющие останавливаются и закрывают глаза. Тем временем воспитатель меняет места флагов и говорит: «На места!». Дети открывают глаза и спешат построиться в колонну против своего флага. Отмечается, какая колонна построилась первой.

«Ловишка с мячом (со снежком)»

Цель игры: Продолжать упражнять в умении быстро бегать в различных направлениях, действовать по сигналу, быть ловким и внимательным. Закрепить навык метания в подвижную цель.

Ход игры. Площадка ограничивается линиями или флажками. В центре площадки играющие образуют круг, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых в стороны рук. Выбирается водящий. Он становится в центр круга. У его ног лежат 2-3 небольших мяча (диаметром 6-8 см). Водящий называет или проделывает ряд движений (приседание, хлопок над головой и т.п.) Играющие выполняют эти движения по слову или по показу. Внезапно воспитатель говорит: «Беги из круга», – и играющие разбегаются в разные стороны (в пределах установленных границ площадки). Водящий старается, не сходя с места, попасть в убегающих мячами, бросая их поочередно. Дети, в которых водящий попал мячом, отходят в сторону. Остальные снова встают в круг. Выбирается новый водящий, игра повторяется. Те дети, кого водящий осалил мячом, одно повторение игры пропускают.

«Волк во рву»

Цель игры: Продолжить воспитывать умение действовать согласно правилам игры, быть ловкими, перепрыгивать через препятствие.

Ход игры. Посредине площадки проводится две параллельные черты на расстоянии 80-100 см одна от другой – это ров. По краям площадки на расстоянии 1-3 шагов от ее границ очерчиваются дома коз. Из числа играющих выбираются волк, остальные изображают коз. Все козы располагаются в одном из домов. Волк становится в ров. По сигналу воспитателя: «Волк во рву!» - козы бегут на противоположную сторону площадки (в другой дом), перепрыгивая через ров, а волк в это время старается их поймать (коснуться). Пойманных он отводит в сторону. Игра повторяется 3 раза.

«Гори-гори ясно»

Цель игры: Развивать выдержку и ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.

Все становятся парами друг к другу. Ведущий стоит перед колонной лицом к игрокам. Он говорит:

Гори-гори ясно, Чтобы не погасло,
Птички летят, Колокольчики звенят!

После этих слов последняя пара отпускает руки, игроки бегут один по правой, другой по левой стороне колонны, а ведущий старается поймать кого-то из них до того, как игроки схватятся за руки. Беглецы должны убежать от ведущего, схватиться за руки и стать в начале колонны перед первой парой. Если же ведущий поймает одного из них, то становится с ним перед всеми парами. А тот, кого не поймали, становится ведущим и игра продолжается. Опять бежит последняя пара, а ведущий догоняет одного из них. Если пара смогла сомкнуть руки, ведущий остается тот же и игра продолжается.

«Охотники и утки»

Цель игры: развитие точности движений, ловкости и быстроты реакции.

Инвентарь: небольшие мячи.

Играющие делятся на две команды – «охотников» и «уток». «Охотники» становятся по кругу за чертой, а «утки» произвольно располагаются внутри круга. По сигналу «охотники» стараются «запятнать» «уток» мячом. Они, бегая и прыгая внутри круга, уворачиваются от мяча. «Подстреленная утка» выходит из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не будут «убиты» все «утки». Затем команды меняются ролями. Выигрывает команда «охотников», которая быстрее «запятнала» всех «уток».

Игра «Вышибалы»

Цель игры: попасть мячом в игрока противоположной команды и увернуться от мяча самому. Если в игрока попали мячом, то он отправляется «в плен».

Правила игры: Вышибалы встают за линии и кидают мяч в сторону друг друга, стараясь при этом попасть в игроков. Мяч, пролетевший мимо игроков, ловит второй вышибала, а игроки разворачиваются и спешно отбегают назад. Наступает очередь второго вышибалы бросать. Задача вышибал: попасть в игроков мячом. Задача игроков: увернуться. Тот, в кого попал мяч, считается выбывшим и покидает игровое поле. Когда на поле остается последний игрок, его задача увернуться от мяча столько раз, сколько ему полных лет. Если ему это удалось, игра считается выигранной, все выбывшие игроки возвращаются и всё начинается сначала. Если же последнего игрока выбили, то первые выбывшие становятся вышибалами и игра продолжается.

«Гуси – лебеди»

Цель: Развитие навыков общения со сверстниками, ловкости, выносливости, умения бегать.

Ход игры: Участники игры выбирают волка и хозяина, остальные - гуси – лебеди. На одной стороне площадки чертят дом, где живут хозяин и гуси, на другой – живёт волк под горой. Хозяин выпускает гусей в поле погулять, зелёной травки пощипать. Гуси уходят от дома довольно далеко. Через некоторое время хозяин зовёт гусей. Идёт переключка между хозяином и гусями:

Гуси – гуси!- Га-га-га. Есть хотите?- Да, да, да!

Гуси – лебеди! Домой! Серый волк под горой

Не пускает нас домой! Зубы точит, съесть нас хочет!

-Ну, летите, как хотите, только крылья берегите!

Гуси летят к себе в дом, а волк выбегает из своего логова и старается заляпать кого – либо из убегающих. Поймав 2-3 играющих выбирают нового волка и хозяина.

«Али - Баба»

Цель игры: разорвать цепь, т.е. расцепить руки игроков.

Правила игры: По правилам игры участники делятся на две команды и встают, взявшись за руки, лицом к команде противника, на расстоянии пять - семь метров.

Игру начинает одна из команд словами: " Али-баба!"

Вторая команда хором отвечает: "О чем слуга"

Вновь говорит первая команда:" Пятого, десятого, Ваню нам сюда!"

При этом называется имя одного из игроков команды противника. Названный играющий оставляет свою команду и бежит к команде противника с целью разорвать цепь, т.е. расцепить руки игроков. Если ему это удастся, он забирает в свою команду игрока, расцепившего руки. Если цепь не разорвалась, то он остается в команде противника.

Игру команды начинают по очереди. Побеждает та команда, в которой через определенное время будет больше игроков.

«Охотники и зайцы»

Цель игры: Упражнять в умении метать в подвижную цель, перелазить (перепрыгивать) через препятствие, быстро бегать.

Ход игры. Из числа играющих выбирается охотник, остальные – зайцы. Они сидят в кустах – за рейками, шнуром, укрепленными на высоте, доступной детям для перешагивания (перепрыгивания), или за гимнастической скамейкой, поставленной на ребро.

На расстоянии 3-4 м от кустов чертится круг – дом охотника. Он получает 2-3 мяча диаметром 50-60 мм (зимой вместо мячей можно использовать снежки).

Игра начинается с того, что зайцы выпрыгивают из кустов и свободно бегают на площадке перед домом охотника. По сигналу: «Охотник!» - зайцы убегают, а охотник стреляет в них, т.е. бросает в них мячами (снежками) в одного, другого, третьего.... Те, в кого охотник попал мячом, отходят к домику охотника. После повторения игры (2-3 раза) подсчитываются пойманные зайцы, выбирается другой охотник, и игра продолжается. Бросать мячи или снежки можно только в ноги бегущим.

Нарушивший правило исключается из игры.

«Ловля обезьян»

Цель игры: развивать у детей инициативу, наблюдательность, память, ловкость. Упражнять в лазании, в беге.

Ход игры: дети, изображающие обезьян, размещаются на одной стороне площадки, где имеются приборы для лазания или скамейки. На другой стороне 4 – 6 человек – это ловцы обезьян. Обезьяны подражают всему, что видят. Ловцы сговариваются, какие движения они будут делать. Как только ловцы выходят на середину площадки, обезьяны влезают на вышку и оттуда наблюдают. Прodelав движения, ловцы уходят, обезьяны приближаются к тому месту, где были ловцы и повторяют их движения. По сигналу «ловцы» ловцы ловят обезьян. Продолжительность игры 5-7 минут.

«Перелет птиц»

Цель игры: развивать у детей выдержку, умение двигаться по сигналу. Упражнять в беге, лазании. Описание игры: дети стоят врассыпную на одном конце площадки – «птицы». На другом конце – вышка для влезания или гимнастическая стенка с несколькими пролетами. По сигналу «птицы улетають» птицы летят, расправив крылья. По сигналу «буря» птицы летят на вышку – скрываются от бури. По сигналу «буря прекратилась», птицы летают. Продолжительность 5-7 минут.

«Стоп! Идите!»

Цель игры: учить детей выполнять движения в соответствии с сигналами пешеходного светофора, двигаться сообразно сигналам, регламентируя скорость и способы движения.

Оборудование: Пешеходный светофор \ кружки зеленого и красного цвета \ мячики для сухого бассейна зеленого и красного цвета.

Ход игры: Дети-игроки располагаются в одной части помещения, а ведущий в другой. Он «переключает» сигналы светофора. По сигналу «Идите» игроки начинают движение в сторону ведущего. По сигналу «Стоп» они замирают на месте. Тот, кто первым достигнет ведущего, побеждает и занимает его место. (Двигаться игроки должны шагом «пятка к носку»).

«Море волнуется»

Цель игры: формировать творческое воображение.

Ход игры: Игроки стоят на площадке и говорят:

Море волнуется – раз, Море волнуется – два,

Море волнуется – три, Морская фигура на месте замри.

В такт словам дети взмахивают руками. С последними словами останавливаются и замирают, приняв различные позы. Отмечаются самые интересные фигуры.

!!!Фигура обязательно должна быть морская; игру можно усложнить, предложив детям придумать фигуру в парах или в тройках.

«Шире шаг»

Цель игры: учить детей перешагивать несколько линий, делая широкие шаги, сохраняя равновесие. Развивать ловкость, равновесие.

Ход игры:

Воспитатель чертит несколько линий или кружков на расстоянии 35-40см. дети перешагивают через линии или из кружка в кружок.

«Паук и мухи»

Цель игры: Продолжать упражнять в беге в различных направлениях, в умении держать равновесие. Развивать выдержку.

Ход игры. С помощью считалки выбирается водящий – паук, остальные дети – мухи. Паук стоит в стороне, мухи бегают по всей комнате или площадке. По сигналу воспитателя мухи должны замереть, т.е. остановиться в той позе, в какой их застал сигнал, и не шевелиться. Паук обходит играющих, и у кого заметит хоть малейшие движения, того забирает к себе.

Игра повторяется несколько раз, пауки меняются.

«Не попадись»

Цель игры: Развивать умение быстро действовать, соблюдать правила игры, быть ловкими, внимательными.

Ход игры.

Вариант № 1. Чертится круг или кладется шнур в форме круга. Все играющие стоят за ним на расстоянии полушага. Выбирается водящий. Он становится внутри круга в любом месте. Остальные дети прыгают в круг и обратно. Водящий бежит в кругу, стараясь коснуться играющих в то время, когда они находятся внутри круга. При приближении водящего играющие возвращаются за линию. Тот, до кого дотронулся водящий, отходит в сторону.

Через 30-40 секунд воспитатель прекращает игру и считает пойманных. Затем выбирается новый водящий из тех детей, кого ни разу не коснулся предыдущий водящий.

Вариант № 2. До начала игры дети договариваются, как перепрыгивать черту или шнур: на двух ногах, на одной правой или на одной левой ноге. Тот, кто прыгнет иначе, считается проигравшим и выбывает из игры вместе с пойманными.