

Муниципальное бюджетное дошкольное учреждение
детский сад №41 «Рябинушка»

КАРТОТЕКА ПОДВИЖНЫХ ИГР

методическое сопровождение по развитию двигательной активности
через проведение подвижных игр в группе среднего возраста

составитель

Маннапова Илюза Рифатовна,
воспитатель первой квалификационной категории

г. Сургут, 2021

Картотека подвижных игр

методическое сопровождение по развитию двигательной активности
через проведение подвижных игр в группе среднего возраста

Дошкольное детство - короткий, но важный период становления личности. В эти годы ребенок приобретает первоначальные знания об окружающем мире, у него начинает формироваться определенное отношение к людям, к труду, вырабатываются навыки и привычки правильного, социально желательного поведения, складывается характер.

Основной вид деятельности детей дошкольного возраста - игра, в процессе которой развиваются духовные и физические силы ребенка, внимание, память, ловкость, дисциплинированность. Кроме того, игра - это своеобразный, свойственный дошкольному возрасту, способ усвоения общественного опыта.

Огромное значение на развитие ребёнка оказывают подвижные игры.

Подвижная игра - это естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой силой. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики.

По содержанию все подвижные игры выразительны и доступны ребенку. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, формирует физические навыки, стимулирует переход детского организма к более высокой ступени развития. Именно поэтому игра признана ведущей деятельностью ребенка - дошкольника.

Таким образом, подвижные игры служат методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков и воспитания физических качеств. Составителем данной картотеки представлено 50 подвижных игр на развитие различных физических качеств, которые могут быть рекомендованы для занятий с дошкольниками среднего возраста.

КАРТОЧКА №1
«Мышеловка»

Цель:

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.

КАРТОЧКА №2
«Катай мяч»

Цель:

Развивать выдержку, внимание, ловкость; упражнять в катании мяча.

Описание игры:

Играющие образуют круг, опускаются на колени и садятся на пятки. Воспитатель катит мяч кому – либо из детей. Тот, отталкивает от себя рукой, не давая коснуться ног, другому играющему. Если мяч коснулся ног, ребенок делает шаг из круга. Сидя за кругом, проигравший принимает участие в игре если он отталкивает мяч, случайно посланный ему. Продолжительность игры 4 – 5 минут.

КАРТОЧКА №3

«Перелет птиц»

Цель:

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 улетают» птицы летят, расправив крылья. По сигналу «буря» птицы летят на вышку – скрываются от бури. По сигналу «буря прекратилась», птицы летают. Продолжительность 5-7 минут.

КАРТОЧКА №4

«Гори, гори ясно!»

Цель:

Развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве; упражнять в быстром беге.

Описание игры:

Играющие становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. «Ловящий» становится на эту линию. Все говорят:

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, бегут вдоль колонны (один слева, другой – справа), стремясь схватить за руки впереди ловящего, который старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и соединить руки. Если ловящему это удастся сделать, то он образует пару и становится впереди колонны, а оставшийся – ловящий.

КАРТОЧКА №5
«Хитрая лиса»

Цель:

Развивать у детей выдержку и наблюдательность; упражнять в быстром беге, в построении в круг, в ловле.

Описание игры:

Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга очерчивается «дом лисы». Дети закрывают глаза, а воспитатель обходит круг и дотрагивается до одного из играющих, который становится «хитрой лисой». Дети открывают глаза. Играющие три раза спрашивают хором сначала тихо, а затем громче: «Хитрая лиса, где ты?» Хитрая лиса выходит на середину круга, поднимает руку и говорит: «Я здесь!» Дети разбегаются, а «лиса» ловит. Пойманного - в дом. Продолжительность 6-8 минут.

КАРТОЧКА №6
«Спрячь руки за спину»

Цель:

Развивать у детей быстроту реакции на сигнал; упражнять в беге, в ловле, закреплять правильную осанку.

Описание игры:

Выбирают водящего – «ловишка», стоит в середине площадки. Остальные стоят в разных местах площадки и держат руки за спиной. По слову воспитателя «начинай» играющие опускают руки и начинают бегать в любом направлении, но только в пределах границ площадки, обозначенной флажками. Задача ловишки – поймать кого – либо из играющих, но касаться можно только тех, у кого руки опущены. Если играющий успел заложить руки за спину и сказать «не боюсь», ловишка не может его трогать. Если ловишка не сумел поймать никого – назначается другой. Продолжительность 5-7 минут.

КАРТОЧКА №7
«Угадай, что делали»

Цель:

Развивать у детей выдержку, инициативу, воображение.

Описание игры:

Выбирают одного ребенка, который отходит на 8 – 10 шагов от остальных и поворачивается спиной. Дети договариваются, какое действие они будут изображать. По слову «пора», отгадывающий поворачивается, подходит к играющим и говорит: Здравствуйте, дети!
Где вы бывали?
Что вы видали?
Дети отвечают:
Что мы видели – не скажем,
А что делали – покажем.
Все дети изображают какое – нибудь действие (играют на гармошке, скачут на лошадях и т.д.)
Водящий должен отгадать это действие.
Продолжительность игры 4-6 минут.

КАРТОЧКА № 8
«Два мороза»

Цель:

Развивать у детей торможение, наблюдательность, умение выполнять движения по сигналу; упражнять в беге.

Описание игры:

Играющие располагаются по две стороны площадки, двое водящих становятся по середине (Мороз – Красный нос и Мороз – Синий нос) и говорят:
Мы два брата молодые,
Два мороза удалые:
Я мороз – Красный нос,
Я Мороз – Синий нос,
Кто из вас решится
В путь – дороженьку пуститься?
Все играющие хором отвечают:
Не боимся мы угроз, И не страшен нам мороз.
После слова «мороз» все играющие перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а морозы стараются их «заморозить» (коснуться рукой). Продолжительность игры 5-7 минут.

КАРТОЧКА №9
«Ловишки из круга»

Цель:

Развивать у детей умение согласовывать движения со словами; упражнять в ритмической ходьбе, в беге с увертыванием и в ловле, в построении в круг.

Описание игры:

Дети стоят по кругу, взявшись за руки. Ловишка – в центре круга, на руке повязка. Играющие двигаются по кругу и говорят:

Мы, веселые ребята, Любим бегать и скакать
Ну, попробуй нас догнать. Раз, два, три – лови!
Дети разбегаются, а ловишка догоняет.

Пойманный временно отходит в сторону. Игра продолжается, пока ловишка не поймает 2-3 детей. Продолжительность 5-7 минут.

КАРТОЧКА №10
«Ловишки с мячом»

Цель:

Развивать умение выполнять движения по слову; упражнять в метании в движущуюся цель и в беге с увертыванием.

Описание игры:

Площадка ограничивается линиями. В центре площадки, играющие образуют круг, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых в стороны рук. Один ребенок становится в центр (водящий). У его ног лежат 2 небольших мяча. Водящий проделывает ряд движений, играющие повторяют. По сигналу воспитателя: «Беги из круга», дети разбегаются, а водящий старается попасть мячом в одного из детей. По сигналу «раз, два, три в круг беги» дети снова образуют круг. Водящий меняется. Продолжительность 5-7 минут.

КАРТОЧКА №11
«Лягушки и цапля»

Цель:

Развивать у детей умение действовать по сигналу, ловкость; упражнять в прыжках в высоту с места

Описание игры:

Очерчивается квадрат – «болото», где живут «лягушки». В углах вбиваются колышки или кладутся кубики. Высота 10 – 15 см. По сторонам квадрата протягивается веревка. За пределами квадрата «гнездо цапли». По сигналу «цапля» она, поднимая ноги, направляется к болоту и перешагивает через веревку. Лягушки выскакивают из болота, прыгая через веревку, отталкиваясь двумя ногами. Перешагнув через веревку, цапля ловит лягушек. Продолжительность 5-7 минут.

КАРТОЧКА №12
«Найди, где спрятано?»

Цель:

Развивать у детей выдержку, наблюдательность, четность.

Описание игры:

Дети сидят вдоль стены. Воспитатель показывает детям флажок и говорит, что он его спрячет. Затем воспитатель предлагает детям встать и отвернуться к стене. Убедившись, что никто из детей не смотрит, воспитатель прячет флажок, после чего говорит «пора». Дети начинают искать спрятанный флажок. Кто первый найдет – тот его прячет. Повторить игру 3-4 раза.

КАРТОЧКА №13

«Волк во рве»

Цель:

Развивать смелость и ловкость, умение действовать по сигналу; упражнять в прыжках в длину с разбегу.

Описание игры:

На площадке проводятся две параллельные прямые на расстоянии 80 – 100 см – «ров». По краям площадки очерчивается «дом коз». Воспитатель назначает одного играющего «волком», остальные – «козы». Все козы располагаются на одной стороне площадки. Волк становится в ров. По сигналу воспитателя «волк во рве» козы бегут на противоположную сторону площадки, перепрыгивая через ров, а волк - старается их поймать (коснуться). Пойманных отводит в угол рва. Продолжительность игры 5-7 минут.

КАРТОЧКА №14

«Свободное место»

Цель:

Развивать у детей умение выполнять движение по сигналу; упражнять в быстром беге.

Описание игры:

Играющие сидят на стульях по кругу. Воспитатель вызывает пруд детей, сидящих рядом. По сигналу «раз, два, три – беги!» бегут в разные стороны за кругом, добегают до своего места и садятся. Воспитатель и все играющие отмечают, кто первый занял свободное место. Продолжительность игры 5-7 минут.

КАРТОЧКА №15

«Совушка»

Цель:

Развивать у детей торможение, наблюдательность, умение выполнять движения по сигналу; упражнять детей в беге.

Описание игры:

На расстоянии 80 – 100 см проводятся две прямые – это «ров». На расстоянии одного – двух шагов от границы очерчивается «дом козы». Все козы располагаются на одной стороне площадки. Волк становится в ров. По сигналу «волк во рве» козы бегут на противоположную сторону, перепрыгивая ров, а волк в это время ловит коз.

КАРТОЧКА №16

«Бездомный заяц»

Цель:

Развивать у детей ориентировку в пространстве; упражнять в быстром беге

Описание игры:

Из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки – «свой домик». Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой кружок; тогда заяц, стоявший в кружке – становится бездомным зайцем. Если охотник поймает, то меняются ролями.

КАРТОЧКА №17
«Пожарные на ученье»

Цель:

Развивать у детей чувство коллективизма, умение выполнять движения по сигналу; упражнять в лазании и в построении в колонну.

Описание игры:

Дети строятся лицом к гимнастической стенке на расстоянии 5 – 6 шагов в 3 – 4 колонны. Против каждой колонны на одной и той же высоте подвешивается колокольчик. По сигналу «1, 2, 3 – беги» дети, стоящие первыми, бегут к стенке, влезают и звонят в колокольчик. Затем спускаются и становятся в конец своей колонны. Повторить игру 6-8 раз.

КАРТОЧКА №18
«Ловля бабочек»

Цель:

Развивать у детей выдержку и умение действовать по сигналу; упражнять в беге с увертыванием и в ловле, в приседании.

Описание игры:

Выбрать четырех играющих – «дети с сачками». Остальные играющие – «бабочки». На слово «летите» дети разбегаются по площадке. По сигналу «лови» двое детей выбегают ловить бабочек. они ловят, смыкая руки вокруг пойманного, затем отводят его в условное место. на слова «Бабочки сели на цветы». бабочки присаживаются и отдыхают. Когда поймано 3-5 бабочек, отмечают, какая пара поймала больше. Повторить игру 6-8 раз.

КАРТОЧКА №19
«Рыбаки и рыбки»

Цель:

Развивать у детей ловкость, сообразительность, умение действовать по сигналу; упражнять в быстром беге с увертыванием и в ловле.

Описание игры:

Площадка – «пруд». Вдоль площадки ходит рыбак, а на противоположной стороне – его помощник. В руках старшего рыбака «сеть» (веревка), на конце – мешочек с песком. Старший рыбак говорит помощнику: «Лови!», и бросает ему конец веревки с грузом, затем рыбаки окружают веревкой рыбок, которые не успели уплыть в глубокое место (отчерченное место на площадке). по сигналу «рыбки, плывите» рыбки снова выплывают из глубокого места. Продолжительность игры 6 – 8 минут.

КАРТОЧКА №20
«Ловля обезьян»

Цель:

Развивать у детей инициативу, наблюдательность, память, ловкость; упражнять в лазании, в беге.

Описание 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. Проделав 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.

КАРТОЧКА №21
«Беги из круга»

Цель:

Развивать умение выполнять движения по слову; упражнять в метании в движущуюся цель и в беге с увертыванием.

Описание игры:

Площадка ограничивается линиями. В центре площадки, играющие образуют круг, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых в стороны рук. Один ребенок становится в центр (водящий). У его ног лежат 2 небольших мяча. Водящий проделывает ряд движений, играющие повторяют. По сигналу воспитателя: «Беги из круга», дети разбегаются, а водящий старается попасть мячом в одного из детей. По сигналу «раз, два, три в круг беги» дети снова образуют круг. Водящий меняется. Продолжительность 5-7 минут.

КАРТОЧКА №22
«Найди, где спрятано?»

Цель:

Развивать у детей выдержку, наблюдательность, четность.

Описание игры:

Дети сидят вдоль стены. Воспитатель показывает детям флажок и говорит, что он его спрячет. Затем воспитатель предлагает детям встать и отвернуться к стене. Убедившись, что никто из детей не смотрит, воспитатель прячет флажок, после чего говорит «пора». Дети начинают искать спрятанный флажок. Кто первый найдет – тот его прячет. Повторить игру 3-4 раза.

КАРТОЧКА №23
«Мяч через сетку»
(бросание и ловля мяча)

Цель:

Учить детей соревноваться. Упражнять в бросании мяча через сетку двумя руками снизу и из-за головы.

Материал: Мячи и сетка.

Описание игры:

На расстоянии 1м от сетки на линии с обеих сторон стоят группки детей напротив друг друга. По сигналу воспитателя: «Начинай!» - ребёнок бросает мяч через сетку ребёнку, стоящему напротив. Тот, поймав мяч, перебрасывает его стоящему рядом и т. д. Когда мяч дойдёт до последнего играющего, воспитатель отмечает какие ошибки были сделаны группками играющих.

КАРТОЧКА №24
«У медведя во бору»
(бег)

Цель:

Приучать детей поочерёдно выполнять разные функции (убегать и ловить).

Материал: Грибы, ягоды, корзинки, маска медведя.

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.

КАРТОЧКА №25

«Найди и промолчи»

(ориентировка в пространстве)

Цель:

Учить ориентироваться в зале; воспитывать выдержку, смекалку.

Материал: любой предмет, который можно спрятать.

Описание игры:

Детям воспитатель показывает предмет, и после того как они закрыли глаза, он прячет его. Потом предлагает поискать, но только не брать, а сказать на ушко, где он спрятан. Кто нашёл первый тот и ведущий в следующей игре.

КАРТОЧКА №26

«САМОЛЕТЫ»

(бег)

Цель:

Развивать у детей ориентировку в пространстве, закрепить навык построения в колонну. Упражнять в беге.

Описание игры:

Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками. Играющие изображают летчиков на самолетах. Они готовятся к полету. По сигналу воспитателя «К полету готовься!» дети кружат согнутыми в локтях руками – заводят мотор. «Летите!» - говорит воспитатель. Дети поднимают руки в стороны и летят врассыпную, в разных направлениях. По сигналу воспитателя «На посадку!» - самолеты находят свои места и приземляются, строятся в колонны и опускаются на одно колено. Воспитатель отмечает, какая колонна построилась первой.

КАРТОЧКА №27
«ЦВЕТНЫЕ АВТОМОБИЛИ»

(бег)

Цель:

Развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу. Упражнять детей в беге, ходьбе.

Описание игры:

Дети сидят вдоль стены, они автомобили. Каждому дается флажок какого – либо цвета. Воспитатель стоит лицом к играющим, в центре. В руке – 3 цветных флажка, по цветам светофора. Поднимает флажок, дети, имеющие флажок этого цвета, бегут по площадке в любом направлении, на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда воспитатель опустит флажок, дети останавливаются, и по сигналу «Автомобили возвращаются!» - направляются шагом в свой гараж. Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, но может поднять и 2, и все 3 флажка вместе, тогда все машины выезжают из гаража.

Правила:

Выезжать из гаражей можно только по сигналу воспитателя, возвращаться в гараж тоже по сигналу.

Если флажок опущен, автомобили не двигаются.

Варианты: Разложить по углам ориентиры разного цвета. На сигнал «Автомобили выезжают», в это время поменять местами ориентиры. Предложить детям вспомнить разные марки автомобилей.

КАРТОЧКА №28
«ЛИСА В КУРЯТНИКЕ»

(прыжки)

Цель:

Развивать у детей ловкость и умение выполнять движение по сигналу, упражнять в беге с увертыванием, в ловле, в лазании, прыжках в глубину.

Описание игры:

На одной стороне площадки очерчивается курятник. В курятнике на насесте (на скамейках) располагаются куры, дети стоят на скамейках. На другой стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место – двор. Один из играющих назначается лисой, остальные куры – они ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу «Лиса» куры убегают в курятник, взбираются на насест, а лиса старается утащить курицу, не успевшую взобраться на насест. Отводит ее в свою нору. Куры спрыгивают с насеста, и игра возобновляется.

Правила:

Лиса может ловить кур, а куры могут взбираться на насест только по сигналу воспитателя «Лиса!».

Варианты: Увеличить число ловишек – 2 лисы. Курам взбираться на гимнастическую стенку.

КАРТОЧКА №29
«ПТИЧКИ И КОШКА»

(бег)

Цель:

Развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием.

Описание игры:

На земле чертится круг или кладется шнур со связанными концами. Воспитатель выбирает ловишку который становится в центре круга. Это кошка. Остальные – птички, находятся за кругом. Кошка спит, птички влетают за зернышками в круг. Кошка просыпается, видит птичек и ловит их. Все птички вылетают из круга. Тот, кого коснулась кошка, считается пойманным и идет на середину круга. Когда поймают 2-3 птичек – выбирается новая кошка.

Правила:

Кошка ловит птичек только в кругу.

Кошка может касаться птичек, но не хватать их.

Варианты: Если кошка долго не может никого поймать, добавить еще одну кошку.

КАРТОЧКА №30
«ЗАЙЦЫ И ВОЛК»

(прыжки)

Цель:

Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле.

Описание игры:

Одного из играющих назначают волком, остальные изображают зайцев. На одной стороне площадки зайцы отмечают себе места шишками, камушками, из которых выкладывают кружочки или квадраты. Вначале игры зайцы стоят на своих местах. Волк находится на противоположном конце площадки – в овраге. Воспитатель говорит: «Зайки скачут, скок – скок – скок, на зеленый на лужок. Травку щиплют, слушают, не идет ли волк». Зайцы выпрыгивают из кружков и разбегаются по площадке. Прыгают на 2 ногах, присаживаются, щиплют траву и оглядываются в поисках волка. Воспитатель произносит слово «Волк», волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться. Зайцы убегают каждый на свое место, где волк их уже не может настигнуть. Пойманных зайцев волк отводит себе в овраг. После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирается другой волк.

КАРТОЧКА №31

«ЛОШАДКИ»

(бег)

Цель:

Развивать у детей умение действовать по сигналу, согласовывать движения друг с другом, упражнять в беге, ходьбе.

Описание игры:

Дети делятся на 2 равные группы. Одна группа изображает конюхов, другая – лошадей. На одной стороне отчерчивается конюшня. На другой – помещение для конюхов, между ними луг. Воспитатель говорит: «Конюхи, вставайте скорей, запрягайте лошадей!». Конюхи с вожжами в руках, бегут к конюшне и запрягают лошадей. Когда все лошади запряжены, они выстраиваются друг за другом и по указанию воспитателя идут шагом или бегут. По слову воспитателя «Приехали!» конюхи останавливают лошадей. Воспитатель говорит: «Идите отдыхать!». Конюхи распрягают лошадей и отпускают их пастись на луг. Сами возвращаются на свои места отдохнуть. Лошади спокойно ходят по площадке, пасутся, щиплют траву. По сигналу воспитателя «Конюхи, запрягайте лошадей!» конюх ловит свою лошадь, которая убегает от него. Когда все лошади пойманы и запряжены, все выстраиваются друг за другом. После 2-3 повторений воспитатель говорит: «Отведите лошадей в конюшню!». Конюхи отводят лошадей в конюшню, распрягают их и отдают вожжи воспитателю.

Правила:

Играющие меняют движения по сигналу воспитателя. По сигналу «Идите отдыхать» - конюхи возвращаются на места.

КАРТОЧКА №32

«НАЙДИ СЕБЕ ПАРУ»

(бег)

Цель:

Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Развивать инициативу, сообразительность.

Описание игры:

Играющие стоят вдоль стены. Воспитатель дает каждому по одному флажку. По сигналу воспитателя – дети разбегаются по площадке. По другому сигналу, или по слову «Найди себе пару!», дети, имеющие флажки одинакового цвета, находят себе пару, каждая пара, используя флажки, делает ту или иную фигуру. В игре участвуют нечетное число детей, 1 должен остаться без пары. Играющие говорят: «Ваня, Ваня – не зевай, быстро пару выбирай!».

Правила:

Играющие становятся в пары и разбегаются по сигналу (слову) воспитателя.

Каждый раз играющие должны иметь пару.

Варианты: Вместо флажков использовать платочки. Чтобы дети не бегали парами, ввести ограничитель – узкую дорожку, перепрыгнуть через ручеек.

КАРТОЧКА №33

«Кегли»

(катание шара)

Цель:

Учить детей основным правилам игры. Упражняться в сильном и резком катании шара в кегли правой рукой. Развивать глазомер.

Материал: Кегли, шары.

Описание игры:

Кегли ставят с интервалом 10-15 см. друг от друга. Дети прокатывают по одному шару с расстояния 1-1,5 м

КАРТОЧКА №34

«Пастух и стадо»

Цель:

Закрепление умения играть по правилам игры. Упражнять в ползании на четвереньках по залу.

Материал: Для пастуха шапку, хлыст и рожок.

Описание игры:

Выбирают пастуха, дают ему рожок и кнут. Дети изображают стадо (коров, телят, овец).

Воспитатель произносит слова:

«Рано-рано поутру,

Пастушок: «Ту-ру-ру-ру».

А коровки в лад ему:

Затянули: «Му-му-му».

Дети выполняют под слова действия, затем пастух гонит стадо в поле (на условленную лужайку), все бродят по ней. Через некоторое время пастух щёлкает кнутом, гонит стадо домой.

КАРТОЧКА №35

«Подбрось-поймай»

(игра с бросанием и ловлей мяча)

Цель:

Учить детей соревноваться. Упражнять в бросании мяча двумя руками снизу вверх и ловить его.

Описание игры:

Дети свободно располагаются в помещении или на площадке, каждый в руках держит мяч. По сигналу воспитателя: «Начинай!» дети подбрасывают мяч вверх и ловят его. Каждый считает, сколько раз сумеет поймать мяч и не уронить его.

Указания. Детей можно разделить на пары. Одни подбрасывают и ловят мячи, а другие считают или все становятся в круг, а один или двое из играющих выходят в середину круга и подбрасывают мяч. Все наблюдают за правильностью выполнения задания. Можно ввести и элемент соревнования: кто подбросит и поймает мяч большее число раз? Можно включить и такие упражнения: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его; подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его.

КАРТОЧКА №36

«Кто ушёл?»

(на ориентировку в пространстве, внимание)

Цель:

Учить детей ориентироваться в помещении группы и на участке. Развивать память, внимание.

Описание игры:

Дети стоят по кругу или полукругом. Воспитатель предлагает одному из играющих запомнить стоящих с ним рядом детей (5—6), а затем выйти из комнаты или отвернуться и закрыть глаза. Один из детей прячется. Потом воспитатель говорит: «Отгадай, кто ушел?». Если ребенок угадает, то выбирает кого-нибудь вместо себя. Если не отгадает, то снова отворачивается и закрывает глаза, а тот, кто прятался, становится на свое место. Отгадывающий должен его назвать. Игра повторяется 4-5 раз.

КАРТОЧКА №37

«Птицелов»

Цель:

Учить различать и имитировать крики различных птиц; развивать умение ориентироваться с закрытыми глазами.

Описание игры:

Играющие выбирают себе названия птиц. Встают в круг, в центре птицелов с завязанными глазами. Птицы водят хоровод
Во лесу в лесочке,
На зеленом дубочке
Птички весело поют.
Ах, птицелов идет,
Он в неволю нас возьмет.
Птицы, улетайте!
Птицелов хлопает в ладоши и начинает искать птиц.
Кого поймали, кричит подражая какой-либо птице.
Водящий должен угадать имя игрока и птицу.

КАРТОЧКА №38

«Найди свой цвет»

Цель:

Формировать ориентировку в пространстве, приучать действовать по сигналу, развивать ловкость, внимание.

Описание игры:

Воспитатель раздает детям флажки 3-4 цветов. Дети с флажками одного цвета стоят в разных местах зала, возле флажков определенного цвета. После слов воспитателя «Идите гулять» дети расходятся в разные стороны. Когда воспитатель скажет «Найди свой цвет» дети собираются у флага соответствующего цвета. Игра может сопровождаться музыкальным оформлением. Как усложнение, когда игра освоена детьми, можно менять ориентировочные флажки местами, располагая их в разных местах спортивного зала.

КАРТОЧКА №39
«Солнышко и дождик»

Цель:

Формировать умение ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь, друг на друга; приучать действовать по сигналу.

Описание игры:

Дети сидят на стульчиках. Воспитатель говорит «Солнышко!». Дети ходят и бегают по залу в разных направлениях. После сов «Дождик!», они бегут на свои места.

Игра может проходить с музыкальным сопровождением. После того как игра хорошо освоена, слова можно заменять звуковыми сигналами.

КАРТОЧКА №40
«Поезд»

Цель:

Формировать умение ходить и бегать друг за другом небольшими группами, сначала держась друг за друга, затем не держась; приучать начинать движение и останавливаться по сигналу.

Описание игры:

Сначала к игре привлекается небольшая группа детей. первое время каждый ребенок держится за одежду впереди стоящего, затем свободно двигаются друг за другом, двигая руками, имитируя движения колес. Роль паровоза сначала исполняет воспитатель. Лишь после многократных повторений роль ведущего поручается наиболее активному ребенку. Игра эмоциональнее проходит с музыкальным сопровождением.

КАРТОЧКА №41

«Пробеги тихо»

Цель:

Воспитывать выдержку, терпение, умение передвигаться бесшумно.

Описание игры:

Дети распределяются на три группы и выстраиваются за чертой. Выбирают водящего, он садится посередине площадки и закрывает глаза. По сигналу одна подгруппа бесшумно бежит мимо водящего на другой конец зала. Если водящий услышит, он говорит «Стой!» и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, водящий говорит какая группа бежала. Если он правильно указал группу, дети отходят в сторону. Если ошибся, они возвращаются на свои места. Так поочередно пробегают все группы. Выигрывает та группа, которая пробежала тихо и которую водящий не смог обнаружить.

КАРТОЧКА №42

«Лохматый пес»

Цель:

Совершенствовать умение двигаться врассыпную, двигаться в соответствии с текстом, развивать ориентировку в пространстве, ловкость.

Описание игры.

Дети стоят на одной стороне зала. Водящий – пес – на другой стороне. Дети тихо подходят к нему со словами:
Вот лежит лохматый пес, в лапы свой уткнувши нос.
Тихо, смирно он лежит, не то дремлет, не то спит.
Подойдем к нему, разбудим, и посмотрим что-то будет!»
После этих слов пес вскакивает и громко лает. Дети разбегаются, а пес старается их поймать.

КАРТОЧКА №43
«Береги предмет»

Цель:

Приучать детей действовать по сигналу; развивать ловкость, выдержку, глазомер.

Описание игры:

Дети становятся в круг. У ног каждого ребенка лежит кубик. Воспитатель находится в кругу и старается взять кубик то у одного то у другого ребенка.

Играющий, к которому приближается водящий, приседает и закрывает кубик руками и не дает до него дотронуться. Вначале водящий не забирает кубики у детей, а только делает вид. Затем при повторении он может взять кубик у игрока, не успевшего закрыть его руками. Этот ребенок временно не участвует в игре.

Впоследствии роль водящего может быть предложена наиболее активным детям.

КАРТОЧКА №44
«Мы веселые ребята»

Цель:

Развивать ловкость, увертливость; совершенствовать умение соблюдать правила игры.

Описание 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.

КАРТОЧКА №45

«Удочка»

Цель:

Развивать ловкость, внимание, быстроту реакции.

Описание игры:

Играющие стоят по кругу, в центре воспитатель, он держит в руках веревку к которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку по кругу над самой землей, а дети подпрыгивают вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел их. Описав мешочком два три круга, воспитатель делает паузу, во время которой подсчитывают количество попавшихся.

КАРТОЧКА №46

«Не попадись»

Цель:

Развивать ловкость, быстроту; играть, соблюдая правила; совершенствовать прыжки на двух ногах.

Описание игры:

Играющие располагаются вокруг шнура положенного в форме круга. В центре – двое водящих. По сигналу воспитателя дети прыгают на двух ногах в круг и из него по мере приближения ловишек. Кого успели запятнать, тот получает штрафное очко. Через 40-50 секунд игра останавливается, подсчитываются проигравшие, и игра повторяется с новым водящим.

КАРТОЧКА №47
«Не оставайся на полу»

Цель:

Развивать ловкость, быстроту, увертливость; играть, соблюдая правила.

Описание игры:

Выбирается ловишка, который вместе со всеми детьми бегают по залу. Как только воспитатель произносит слово «Лови!», все убегают от ловишки и взбираются на предметы. Ловишка старается осалить убегающих. Дети, до которых он дотронулся, отходят в сторону. По окончании игры подсчитывается количество пойманных и выбирается новый ловишка.

КАРТОЧКА №48
«Сети»

Цель:

Развивать ловкость, смекалку, ориентировку в пространстве, умение соблюдать правила игры.

Описание игры:

Одни дети встают по кругу и держат обручи. Другие - «рыбки» - снуют туда-сюда через обручи. Далее возможны варианты:

1. Щука гоняется за рыбками.
 2. Дети с обручами медленно двигаются, по сигналу бегут по кругу, и тогда из него не возможно выбраться
 3. Дети с обручами стоят неподвижно и только по сигналу начинают двигаться.
- Ведется подсчет улова.

КАРТОЧКА №49

«Гуси-лебеди»

Цель:

Развивать ловкость, быстроту реакции; закреплять умение выполнять действия взятой на себя роли; согласовывать слова с игровыми действиями.

Описание игры:

На одном краю зала обозначается дом, в котором находятся гуси. На противоположной – стоит пастух. Сбоку – логово, в котором живет волк. Остальное – луг. Выбираются дети исполняющие роли волка и пастуха, остальные – гуси. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся.

Пастух: Гуси, гуси!

Гуси: Га-га-га!

Пастух: Есть хотите?

Гуси: Да-да-да!

Пастух: Так летите.

Гуси: Нам нельзя, серый волк под горой не пускает нас домой!

Пастух: Ну, летите, как хотите, только крылья берегите! Гуси, расправив крылья, летят, а волк старается их поймать. После нескольких перебежек подсчитывается количество пойменных.

КАРТОЧКА №50

«Воздушный футбол»

Цель:

Совершенствовать ловкость, силу, смекалку; развивать координацию движений.

Описание игры:

Дети из положения сидя, зажимая ногами брусок, перекатываются на спину и бросают брусок через сетку, в ворота или вдаль. Вместо бруска можно использовать мяч.