***Картотека спортивных и подвижных игр для старших дошкольников.***

***Спортивные игровые упражнения.***

**«Быстро в колонну!»** Дети строятся в колонны. Для каждой колонны назначается веду-

щий, который ведет ее к месту, обозначенному кубиком (кеглей) (у каждой колонны кубик своего цвета). Дети должны запомнить цвет кубика и свое место в колонне. На сигнал воспитателя играющие разбегаются по всему залу (площадке), стараясь не задевать и не наталкиваться друг на друга. Через 20–25 секунд подается сигнал, и каждый играющий должен занять свое место в колонне. Воспитатель отмечает команду-победителя. При повторении игры время бега можно сократить.

**«Мяч над головой».** Играющие распределяются на тройки. Двое ребят перебрасывают

мяч друг другу, а третий стоит между ними и старается коснуться мяча. Если ему это удается, он меняется местами с игроком, который бросал мяч.

**«Пройди – не задень».** Играющие строятся в две колонны и «змейкой» выполняют

ходьбу между кеглями на носках (8—10 кеглей; расстояние между кеглями 40 см). Побеж-

дает команда, которая быстро и без потерь (не уронив кеглю) прошла обозначенную дистанцию.

**«Пингвины».** Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен, используя

энергичный взмах рук. Задание может выполняться по кругу, в прямом направлении и между предметами.

**«Пингвины 1».** Играющие строятся в две колонны, у каждого в руках мешочек. Задание:

выполнить прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен, огибая набивные мячи(4–5 мячей; расстояние между мячами 1 м). Обходить предметы, возвращаясь в колонну с внешней стороны. Воспитатель определяет команду-победителя.

**«Пингвины 2».** Играющие образуют круг. У каждого ребенка мешочек, который он зажи-

мает между колен (рис. 5). По сигналу воспитателя дети начинают прыжки на двух ногах,

продвигаясь по кругу Через 30 секунд остановка, поворот в другую сторону и продолжение прыжков. Повторить 2–3 раза.

**«Пас на ходу».** Играющие распределяются на пары и становятся на исходную линию.

В руках у одного игрока каждой пары мяч большого диаметра. По сигналу воспитателя

дети, бросая по ходу мяч друг другу, передвигаются на противоположную сторону зала (площадки) до обозначенной черты (дистанция 10 м). Отмечается пара, которая быстро и без потери мяча достигла линии финиша.

**«Стоп!»** Все играющие идут в обход зала или по кругу. По сигналу воспитателя «Стоп!»

все должны остановиться там, где их застала команда. Задание на внимание проводится как в ходьбе, так и в беге или в их чередовании.

**«Переноска мячей».** Игроки строятся в две колонны и встают по четырем сторонам

зала (площадки). В центре находится обруч большого диаметра (или корзина), в котором

лежат малые мячи по количеству играющих. По команде воспитателя дети, стоящие в колоннах первыми, бегут к обручу, берут один мяч, возвращаются и становятся в конец своей колонны. Вторые игроки начинают бег после того, как первые пересекут обозначенную линию. И так далее. Побеждает команда, быстро и без ошибок выполнившая задание.

**«Быстро возьми».** Играющие образуют круг и выполняют ходьбу вокруг предметов

(кубики, мячи, кегли); предметов на 2–3 меньше, чем игроков. Неожиданно педагог подает сигнал: «Быстро возьми!» Каждый игрок должен взять предмет и поднять его над головой. Тот, кто не успел взять предмет, считается проигравшим. Повторить 3–4 раза.

**«Передай мяч».** Играющие строятся в 3–4 колонны. Расстояние между детьми в

колонне один шаг. Первый игрок в колонне получает мяч (большой диаметр). По сигналу

воспитателя первые игроки передают мяч двумя руками назад между ног и бегут в конец

своей колонны. Следующие игроки передают мячи назад и бегут в конец своей колонны и

так далее. Когда впереди колонны вновь окажется первый игрок, он поднимает мяч высоко над головой. Повторить 2–3 раза. Воспитатель отмечает команду-победителя.

**«С кочки на кочку**». По двум сторонам зала в шахматном порядке раскладывают плос-

кие обручи (расстояние между обручами 30–40 см). Задание: прыжками «с кочки на кочку» достигнуть «берега реки». Выполняется двумя колоннами с сохранением дистанции во избежание травм.

**«Канатоходец».** Играющие становятся в две колонны, в руках у каждого мешочек с

песком. Выполняется ходьба по узкой дорожке (ширина 30 см) с мешочком на голове. Руки свободно балансируют. Побеждает команда, быстро и правильно выполнившая задание.

**Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне».** Играющие строятся в 3–4 колонны.

Перед каждой колонной лежит короткий шнур. Водящие с мячом в руках (большой диаметр) становятся напротив первых игроков в колоннах на небольшом расстоянии. По команде воспитателя водящие бросают мяч первым игрокам колонны, те ловят мяч, бросают его обратно и бегут в конец своей колонны. Второй игрок получает мяч от водящего, возвращает его обратно и тоже бежит в конец колонны и так далее. Когда первые игроки снова окажутся на своем месте в колоннах, воспитатель отмечет команду-победителя. Эстафета повторяется 3–4 раза.

**Эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге».** Играющие становятся в несколько

шеренг. У игрока, стоящего первым в шеренге, мяч большого диаметра. По сигналу педагога игрок ударяет мячом о пол (землю), ловит его двумя руками, передает следующему игроку и так далее. Игрок, стоящий в шеренге последним, также ударяет мячом о пол и передает его направо. Когда мяч снова окажется у первого игрока, он поднимает его над головой и произносит: «Готово!» Определяется команда-победитель.

Э**стафета с мячом.** Дети занимают исходное положение – стойка на коленях, сидя

на пятках. Передача мяча прямыми руками следующему игроку, в одну и другую сторону

(2 раза в каждую сторону).

**«Пройди – не урони**». Ходьба «змейкой» между предметами (6–8 кубиков или набив-

ных мячей; расстояние между предметами 1 м) с мешочком на голове, руки свободно балансируют. По окончании ходьбы взять мешочек в руки.

**«Из кружка в кружок».** Вдоль стены зала кладут 5–6 обручей плотно, один к другому.

Играющие становятся в две колонны. По сигналу воспитателя дети по очереди прыгают на двух ногах, используя взмах рук, из обруча в обруч без паузы и возвращаются в конец своей колонны с внешней стороны (2–3 раза).

**«Стой!».** Играющие становятся в одну шеренгу или произвольно

недалеко друг от друга. На противоположной стороне зала спиной к играющим стоит водящий. Он громко произносит: «Быстро шагай, смотри не зевай, стой!» На каждое слово играющие шагом продвигаются вперед (ритмично, в соответствии с произносимым текстом). На последнем слове дети останавливаются, а водящий быстро оглядывается. Тот, кто не успел остановиться, делает шаг назад. Водящий отворачивается и снова произносит текст, а дети продолжают движение. Игрок, успевший пересечь линию финиша, прежде чем водящий произнесет слово «Стой!», становится водящим. Игра повторяется.

**«Передача мяча в шеренге».** Играющие строятся в 3–4 шеренги. В руках у первого

игрока в каждой шеренге мяч (большой диаметр). По сигналу воспитателя дети начинают

передавать мяч друг другу в шеренге. Как только последний игрок в шеренге получит мяч,

он поднимает его над головой и все играющие должны повернуться кругом и передавать

мяч в обратном направлении. Первый в шеренге получает мяч, все дети снова поворачива-

ются и занимают первоначальное положение. Педагог объявляет команду-победителя.

**«Мяч о стенку».** Дети становятся в 3–4 колонны перед стенкой (щитом). У игрока,

стоящего первым в колонне, мяч малого диаметра. Игрок бросает мяч о стенку, затем уходит в конец своей колонны. Второй игрок должен поймать мяч после отскока о пол и бросить его о стенку. И так далее. Побеждает команда, быстро и без потерь мяча выполнившая задание. Повторить 2–3 раза.

**«Кто скорее до мяча».** Дети становятся в две шеренги. Задание: как можно

быстрее добежать до предмета, взять его в руки и поднять над головой (дистанция 10 м). По команде воспитателя «Марш!» упражнение выполняет первая шеренга. Педагог отмечает первых трех участников. Затем вторая группа выполняет задание, педагог отмечает победителей. Задание выполняется каждой командой 3 раза, поочередно.

**«Пас ногой».** Играющие встают в круги по 3–4 человека. В центре каждого круга водя-

щий, перед ним лежит мяч большого диаметра. Водящий прокатывает игрокам мяч ногой

(пас ногой); каждый ребенок, получив мяч, на несколько секунд задерживает его, принимая ногой, и снова посылает водящему.

**«Ловкие зайчата».** Педагог кладет на пол два шнура (длина 3 м) параллельно, рассто-

яние между шнурами 2 м. На расстоянии 1 м от шнуров лежит обруч, в котором находится

мяч. Задание: встать боком к шнуру и на двух ногах перепрыгивать через него справа и

слева, и так до конца шнура, затем подойти к обручу, встать в него и поднять мяч над головой. Выполняется двумя колоннами, победитель определяется в каждой паре. Повторить 2–3 раза.

**«Салки – перебежки».**Дети строятся в две шеренги; расстояние между шеренгами 1,5–2 м. По сигналу воспитателя дети первой шеренги от исходной черты начинают бег в ускоренном темпе, а ребята второй шеренги стараются их догнать и осалить, прежде чем те пересекут линию финиша. Подсчитывают количество проигравших (осаленных).

Повторение упражнения происходит от линии финиша – вторая группа детей по сигналу воспитателя приступает к заданию. Повторить 2–3 раза.

**«Передача мяча в колонне».** Дети строятся в 3–4 колонны; расстояние между играющими один шаг. У стоящего в колонне первым – мяч (большой диаметр). По сигналу педагога дети начинают передавать мяч назад двумя руками над головой (стойка ноги на ширине плеч). Последний в колонне игрок получает мяч, бежит в начало колонны и так же передает мяч. Задание выполняется до тех пор, пока первым в колонне не окажется игрок, стоявший первым перед началом игры. Побеждает команда, быстро и без потерь мяча справившаяся

**«Быстро в шеренгу».** Играющие становятся в три шеренги по трем сторонам зала (площадки) лицом друг к другу На сигнал педагога «Беги!» разбегаются, кружатся в разные стороны. На сигнал «Быстро в шеренгу!» каждый ребенок должен быстро

найти свое место в шеренге. Повторить 3 раза.

**«Перешагни – не задень».** Ходьба с перешагиванием через набивные мячи (6–8 мячей)

на каждый шаг, руки за голову (или на пояс). Упражнение выполняется двумя колоннами в умеренном темпе. Главное – удерживать устойчивое равновесие и соблюдать дистанцию.

**«С кочки на кочку».** Вдоль зала в две линии в шахматном порядке кладут 6–8 плоских

обручей (или выкладывают круги из коротких шнуров, веревок). Играющие становятся в

две колонны. По сигналу педагога стоящие первыми начинают прыжки на двух ногах из

обруча в обруч без паузы – «с кочки на кочку». Дети прыгают поточным способом, соблюдая дистанцию.

**«Ловкие прыгуны».** На площадке в две линии в шахматном порядке выкладывают

обручи (по 6–8 шт.). Дети двумя колоннами выполняют прыжки в обручи на двух ногах – то вправо, то влево (без паузы) переступают условную черту и поворачиваются кругом. Упражнение повторяется в обратную сторону (3–4 раза). Педагог отмечает команду-победителя.

**«Проведи мяч».** Педагог ставит кубики в две линии (4–5 шт.; расстояние между куби-

ками 1,5 м). Задание: провести мяч ногами, не отпуская его далеко от себя, проводя между

«Пас друг другу». Мальчики распределяются на пары и прокатывают мяч друг другу

ногами, поочередно то правой, то левой ногой (расстояние между детьми 1,5–2 м). Девочки выполняют прыжки через короткую скакалку (способ по выбору детей).

**«Великаны и гномы».** Ходьба в колонне по одному. На сигнал педагога «Великаны!» ходьба на носках, подняв руки вверх, затем обычная ходьба; на сигнал «Гномы!» ходьба в полуприседе, и так вчередовании.

**«Мяч водящему».** Играющие образуют 3–4 круга, встают по кругу на расстоянии

одного шага друг от друга. В центре каждого круга находится водящий, который поочередно бросает мяч игрокам, а те возвращают его обратно. Как только все играющие выполнят упражнение, водящий поднимает мяч высоко над головой. Игра повторяется 2–3 раза со сменой водящих.

**«Кто скорее до кегли».** Играющие строятся в две колонны и встают на расстоянии

одного шага друг от друга. По сигналу воспитателя дети по очереди прыгают от исходной

черты на двух ногах через шнур, справа и слева от него, продвигаясь вперед, и так до конца (дистанция 3–4 м), обегая предмет и обходя колонну с внешней стороны, чтобы встать в ее конец. Следующий в колонне ребенок начинает прыжки после того, как первый пройдет треть дистанции. Повторить 2–3 раза.

*Игровые упражнения с элементами футбола*

**«Мяч в стенку».** Играющие располагаются перед стенкой (заборчиком) на расстоянии

3 м от нее. У каждого ребенка мяч, который он в произвольном темпе отбивает о стенку

попеременно правой и левой ногой.

**«Ловкие ребята».** Играющие располагаются парами по всей площадке. У каждой пары

один мяч. Расстояние между детьми 2 м. Задание: посылать партнеру мяч правой и левой

ногой поочередно.

**«Обведи точно».** По всей площадке расставлены различные предметы (кубики, набивные мячи). Ребенок обводит мяч вокруг предметов правой и левой ногой, не отпуская его

далеко от себя.

**«Гол в ворота».** С помощью нескольких кубиков обозначаются ворота. На исходную

линию (расстояние от ворот 5 м) по очереди выходят игроки и стараются точным движением ноги (правой или левой) забить мяч в ворота.

**«Сбей предмет».** На расстоянии 4 м от исходной черты на одной линии ставят кегли.

Задание: после небольшого разбега ударом по мячу сбить предмет.

**«Точный пас».** Играющие распределяются на пары. У каждой пары один мяч. Дети

передвигаются с одной стороны площадки на другую, отбивая мяч друг другу правой и левой ногой попеременно.

**«Быстрый пас».** Играющие становятся полукругом (небольшая группа, расстояние

между игроками 2 м), перед ними водящий с мячом. Он быстрым и точным движением отбивает мяч ногой первому игроку, а тот таким же движением возвращает мяч и т. д. Затем водящий меняется местами с первым игроком команды. Упражнение повторяется с другим водящим.

**«Ловко и быстро».** Играющие шеренгой ведут мяч в беге на другую сторону площадки,

слегка подбивая его то правой, то левой ногой так, чтобы он далеко не откатывался.

**«Пас по кругу».** Играющие стоят по кругу (небольшая группа детей) и, прокатывая, отбивают мяч, посылают его друг другу несильным, но точным движением правой или левой ноги.

**«Пас в кругу».** Играющие стоят по кругу, в центре педагог с мячом. Он посылает мяч

детям поочередно. Получив мяч, ребенок останавливает его и таким же движением посылает обратно педагогу.

**«Пас в тройке».** Дети становятся тройками на расстоянии 2 м друг от друга. У одного

игрока мяч. Играющие передают мяч вправо по кругу одной ногой, затем влево, и так

несколько раз.

**«Попади в ворота».** Дети ведут мяч с одной стороны площадки на другую до обозначенной линии (дистанция 10 м) и, не доходя 2 м до ворот, стараются забить мяч в ворота.

***Игровые упражнения с воланом и ракеткой (бадминтон)***

Детям старшего дошкольного возраста доступны игры с воланом и ракеткой, которые

развивают двигательные качества – ловкость, быстроту, координацию движений и т. д.

Для разнообразных упражнений и игр с воланом используются детские ракетки. Сле-

дует показать и объяснить детям, как нужно держать ракетку (как молоток для забивания

гвоздей), не напрягая пальцы рук, не изменяя способ хвата ракетки во время удара по волану. Прием волана на ракетку осваивается детьми несколько легче, чем подача. Исходное положение для подачи: ноги слегка расставлены, левая нога ставится примерно на шаг вперед, волан держать за оперение левой рукой, а правую руку с ракеткой отвести немного назад и вниз. Далее следует замах и удар по волану. Следует объяснить детям, что для точности удара волан надо отбивать не серединой ракетки, а ее верхним краем, тогда промахов будет меньше. В процессе разучивания игровых упражнений с ракеткой и воланом индивидуально, в парах и группах педагог следит за техникой и правилами выполнения, уточняет, как нужно держать ракетку и ударять по волану, чтобы он летел в нужном направлении.

Игры с ракеткой и воланом лучше проводить в безветренную погоду.

**«Не урони».** Играющие становятся в круг (полукруг) или шеренгу. Ноги слегка рас-

ставлены, в руках у каждого ребенка волан. Задание: подбросить волан вверх одной рукой

и поймать его в воздухе.

**«Перебрось – поймай».** Подбрасывание волана одной рукой и ловля его другой, стоя

на месте и в движении (на небольшое расстояние).

**«Волан навстречу».** Дети стоят в двух шеренгах; расстояние между шеренгами 2 м на

расстоянии вытянутых в сторону рук друг от друга. У каждого ребенка волан. По сигналу

педагога каждый ребенок перебрасывает волан стоящему напротив ребенку. Главное – чтобы воланы не падали и не сталкивались при переброске.

**«Забрось в кольцо».** Играющие становятся в колонну по одному (группа из 4–6 детей)

перед баскетбольным кольцом (высота от пола 2 м). У каждого ребенка волан. По сигналу

педагога первый в колонне ребенок подходит к кольцу и бросает волан снизу вверх правой (левой) рукой, стараясь попасть в кольцо.

**«Отрази волан».** Дети встают в два полукруга на расстоянии одного шага друг от друга.

У каждого ребенка ракетка. Выбирается водящий; он становится перед играющими и поочередно бросает им волан, а те отбивают его. Через некоторое время выбирается другой водящий.

**«Подбей волан».** Дети становятся в круг (полукруг). У каждого игрока ракетка и волан.

Дети подбрасывают волан ракеткой, стараясь ударить как можно большее количество раз и не дать волану упасть на землю.

**«Пройди – не урони».** Играющие становятся в шеренгу. У каждого ребенка волан

и ракетка. По команде педагога дети подбрасывают волан ракеткой, передвигаясь вперед

шагом. Темп произвольный.

**«Волан через сетку».** На середине площадки (зала) на высоте 120 см от пола натягива-

ется сетка (или шнур). Играют две команды по 5–6 человек. Игроки встают по обе стороны от сетки. Дети из одной команды подают волан (3–4 раза), а ребята из второй команды отбивают волан на противоположную сторону через сетку. Затем команды меняются ролями.

***Подвижные игры***

**«Совушка».** Задачи игры заключаются в развитии у детей: двигательной активности, внимательности, быстроты реакции, учит соотносить движение с текстом. Проведение игры не предусматривает какого-либо дополнительного инвентаря. Количество игроков должно быть больше 4 человек. Перед началом игры выбирается «Совушка», которая должна сидеть в гнезде. Гнездом может быть что угодно, например песочница или начерченный на земле круг. Все остальные участники игры должны в хаотичном порядке расположиться по игровой площадке. По звуковому сигналу ведущего: «День наступает – все оживает», дети должны спокойно бегать, прыгать по площадке, изображая всевозможных зверей, птиц или насекомых. А «Совушка» в это время спокойно спит в своем гнезде. Далее звучит следующая команда ведущего «Ночь наступает – все замирает» и в этот момент все дети должны замереть в той позе, в которой они оказались во время звучания команды. Сова в это время просыпается и вылетает на охоту. Она должна заметить игроков, которые пошевелились, и увести к себе в гнездо. Все пойманные совой игроки в последующих раундах становятся совами и все вместе по определенной команде вылетают на охоту. Игра ведется до того момента, пока не будут пойманы все участники игры. По результатам игры также можно отметить того участника, который поймал всех больше игроков.

Во время подвижной игры «Совушка» , как и во время многих других подвижных играх запрещено очень долго гоняться за одним игроком, а игроку, которого поймали – насильно вырываться.

**«Хитрая лиса».** Играющие стоят по кругу. Расстояние между детьми

один шаг. Воспитатель предлагает ребятам закрыть глаза, обходит круг за их спинами и

дотрагивается до одного ребенка – он становится лисой. Играющие открывают глаза и внимательно смотрят друг на друга, угадывая, кто же из них хитрая лиса, не выдаст ли она себя чем-нибудь. Дети спрашивают хором (с небольшими паузами) сначала тихо, потом громче: «Хитрая лиса, где ты?» После трехкратного произнесения этих слов хитрая лиса выходит на середину круга, поднимает руку и произносит: «Я здесь!» Все разбегаются по площадке, а лиса их ловит. Пойманных отводит в свой дом (заранее определенное место). Когда лиса поймает 2–3 детей, воспитатель говорит: «В круг!» Все играющие встают в круг, и игра возобновляется.

**«Салки».** Все играющие свободно бегают по площадке, водящий-салка старается кого-

либо запятнать. Игрок, которого запятнали, становится салкой; если салка не может долго

поймать кого-либо, то воспитатель назначает другого водящего. Если группа многочисленна,

то можно назначить двух водящих.

**«Перемена мест».** Играющие располагаются в начерченных на полу (земле) круж-

ках (или обручах) произвольно. У каждого из них свой «домик»-кружок, а у водящего

«домика» нет. По сигналу воспитателя дети меняются местами («домиками»). Водящий

в это время старается занять свободное место. Оставшийся без «домика» ребенок стано-

вится водящим, игра продолжается. Воспитатель останавливает игру, выдерживает некоторую паузу, и игра возобновляется.

**«Салки с ленточкой».** Играющие становятся в круг.

Каждый прикрепляет сзади к поясу ленточку (полоску из цветного материала). В цен-

тре круга находится водящий-ловишка. По сигналу воспитателя «Беги!» все дети разбега-

ются, а ловишка старается вытянуть у кого-либо ленточку. Лишившийся ленточки игрок

отходит в сторону. По сигналу воспитателя «Раз, два, три – в круг скорей беги!» дети снова образуют круг. Ловишка показывает собранные им ленточки и возвращает их играющим. Игра возобновляется с новым водящим.

**«Попрыгунчики-воробышки».** Воспитатель выкладывает на полу

круг из веревки (или чертит на земле) (ориентирами также могут быть мешочки с песком

или кубики). Выбирается водящий – коршун. Он становится на середину круга. Остальные дети – воробышки, они стоят за кругом. Воробышки прыгают в круг и из круга. Коршун бегает в круге и не дает воробышкам долго там находиться. Воробышек, до которого водящий дотронулся, останавливается, поднимает руку, но из игры не выбывает. Воспитатель отмечает тех, кого коршун ни разу не поймал. Игра повторяется после небольшого перерыва.

**«Охотники и соколы!».** На одной стороне зала (площадки) находятся соколы.

Посередине зала стоят два охотника. По сигналу педагога «Соколы, летите!» дети перебе-

гают на другую сторону зала, а охотники стараются их поймать (запятнать), прежде чем те

пересекут условную линию. При повторении игры выбираются другие водящие, но не из

числа пойманных. Игра повторяется 3 раза.

**«Лягушки в болоте».** На одной стороне зала (за чертой) находится водя-

щий-журавль. В середине зала – болото (круг, выложенный из шнура). Вокруг сидят дети-

лягушки и произносят:

Вот с насиженной гнилушки

В воду шлепнулись лягушки.

Ква-ке-ке, ква-ке-ке,

Будет дождик на реке.

С окончанием слов лягушки прыгают в болото. Журавль ловит лягушек, не успевших

прыгнуть. Пойманная лягушка идет в гнездо журавля. Когда журавль поймает несколько

лягушек, выбирают другого журавля, из числа тех, кто ни разу не был пойман. Игра возоб-

новляется.

**«Лягушки и цапли».** Играющие идут по кругу. На сигнал педагога «Цапли!» прыгнуть

в круг, принять стойку на одной ноге, подняв согнутую в колене ногу, руки в стороны или

на пояс. Затем продолжение ходьбы, на сигнал «Лягушки!» прыгнуть на двух ногах в круг

и присесть (руки на колени). Педагог подает сигналы в разной очередности.

**«День и ночь».** Играющие распределяются на две команды – «День»

и «Ночь». Посередине зала (площадки) проводится черта (или кладется шнур). На рассто-

янии двух шагов от черты спиной друг к другу становятся команды. Воспитатель говорит:

«Приготовились!», затем дает одной из команд сигнал к бегу, например, произносит: «День». Дети убегают за условную черту, а игроки второй команды быстро поворачиваются кругом и догоняют соперников, стараясь запятнать их, прежде чем те пересекут условную линию. Выигрывает команда, которая успеет запятнать большее количество игроков противоположной команды.

**«Два Мороза».**

На противоположных сторонах площадки линиями обозначаются два дома. Играющие

располагаются в одном из домов. Двое водящих (Мороз – красный нос и Мороз – синий нос) выходят на середину площадки, становятся лицом к детям и произносят:

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 этого дети перебегают в другой дом, а морозы стараются их заморозить (кос-

нуться рукой). Замороженные остаются на том месте, где их настиг мороз, и стоят там до

окончания перебежки. Морозы подсчитывают, скольких ребят им удалось заморозить. После двух перебежек выбирают других Морозов.

**«Паук и мухи».** В одном углу зала обозначается кружком (или шнуром) паутина, где живет водящий-паук. Остальные дети – мухи. По сигналу воспитателя все мухи разбегаются по залу, «летают», жужжат. Паук находится в паутине.

По сигналу воспитателя «Паук!» мухи останавливаются в том месте, где их застала

команда. Паук выходит и внимательно смотрит. Того, кто пошевелится, паук отводит в свою паутину. После двух повторений подсчитывают количество пойманных мух. Игра возобновляется с другим водящим.

**«Ключи».** Играющие становятся в круги, начерченные в любом

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

**«Мы – веселые ребята».** Дети стоят за чертой на одной стороне

площадки (зала). В процессе игры им надо добежать до длинной черты (дистанция 10–15 м). В центре площадки находятся двое водящих. Дети хором произносят:

Мы – веселые ребята.

Любим бегать и скакать.

Ну, попробуй нас догнать!

После слова «лови!» дети перебегают на другую сторону площадки, а водящие догоняют их. Тот, кого водящий осалил, отходит в сторону. Как только дети пересекут финишную

черту, подсчитывается количество проигравших. Игра повторяется с другими водящими.

**«Охотники и утки».** Дети делятся на две равные команды – охотники и утки. Утки становятся в середину большого круга. Охотники бросают мяч (большой диаметр), стараясь осалить им уток. Утка, которой коснулся мяч, выбывает из игры. Когда боль-

шинство (примерно треть) уток будет осалено, команды меняются ролями.

**«Волк во рву».** Посередине зала (площадки) проводят две параллельные черты (или кладут веревки)на расстоянии 80–90 см одна от другой – это ров. С одной стороны площадки за чертойнаходится дом коз. Выбирают водящего – волка. Все козы располагаются в доме (за чертой).Волк становится в ров. По сигналу педагога «Волк во рву» козы бегут на противоположнуюсторону зала, перепрыгивая через ров, а волк старается их поймать (коснуться рукой). Пойманных коз волк отводит в сторону. Вновь подается сигнал. После двух перебежек все пойманные козы возвращаются в свой дом, и выбирается новый водящий.

**«Горелки».** Играющие строятся в две колонны, взявшись за руки

парами. Впереди – водящий. Ребята хором произносят:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Глянь па небо:

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Раз-два-три – беги!

После е 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 удается это сделать, он берется за руки с пойманным и они встают впереди колонны. Оставшийсябез пары становится водящим. Для увеличения двигательной активности можно разделить детей на две команды.

**«Воробьи и кошка».** На полу (на земле) чертится круг (или выкладывается из веревки), диаметр 4 м. Один ребенок – кошка, он находится в середине круга. Остальные дети – воробьи, становятся за чертой круга. По сигналу педагога воробьи начинают прыгать в круг и из круга (на двух ногах). Кошка неожиданно «просыпается» и старается поймать (осалить) воробьев. Тот, кто не успел прыгнуть из круга, считается пойманным; он делает шаг назад из круга. Когда кошка поймает 2–3 воробьев, выбирается другой водящий из числа непойманных. Игра повторяется.

***Малоподвижные игры .***

**«Тихо – громко».** С помощью считалки выбирается водящий, он становится в центр круга и закрывает глаза. Воспитатель дает одному из играющих какой-либо предмет, который можно спрятать (шнурок, ленточка). Все дети кроме водящего знают, у кого предмет. Когда водящий приближается к этому ребенку, дети начинают громко хлопать

в ладоши, когда отдаляется – хлопки становятся тише. Игра продолжается до тех пор,пока

водящий не найдет предмет. Если ему долго это не удается, то выбирается другой водящий.

**«Найди пару»**

Цель: развивает навыки классифицирования и сортировки, зрительно-двигательную координацию, моторику рук, мыслительные навыки.

На стол выкладывают предметы, которые сочетаются друг с другом по каким-либо признакам. Перемешивают их. Детям предлагается взять любой предмет и найти к нему пару, а также объяснить, потом почему он считает эти предметы парными.

Собираются различные предметы, которые сочетаются друг с другом (карандаши, бумага, носок и ботинок, замок и ключ и т.д.). Раскладывают предметы на столе и перемешивают. Детей усаживают либо, деля на команды, либо в парах за стол, или по одному.

Взрослый выбирает любой предмет и просит ребенка найти ему пару (или ребенок выбирает предмет самостоятельно). Если ребенок находит пару, ее откладывают в сторону.

Берут следующий предмет и повторяют тоже самое. Игра продолжается до тех пор, пока все предметы не будут собраны по парам. Вместо предметов можно использовать картинки с предметами.

**«Как живешь?»**

Цель: развивать у детей умения правильно описывать движения и проговаривать одновременно, мыслительные навыки, координацию движения.

Выбирается ведущий. Ребенок показывает движения, а остальные дети повторяют за ним. Игру можно усложнить разделить детей на команды и под руководством взрослого команды выполняют движения. Во время игры можно включить негромкую музыку.

Как живешь? Вот так!

Показать большие пальцы обе их рук, направленные вверх.

Как идешь? — Вот так!

Маршировать.

Как бежишь? — Вот так?

Бег на месте.

Ночью спишь? — Вот так!

Ладони соединить и поло жить на них голову (щекой)

Как берешь? — Вот так!

Прижать ладонь к себе.

А даешь? — Вот так!

Выставить ладошку вперед.

Как шалишь? — Вот так!

Надуть щеки и кулачками мягко ударить по ним.

Как грозишь? — Вот так!

Погрозить пальцем вперед, или друг другу.

**«Скажи наоборот»**

Цель: учить быстро, находить слова противоположные по значению, развивать память, умственные способности. Пополнять словарный запас ребенка.

Дети стоят по кругу, бросают и ловят мяч с названием слов-антонимов.

аккуратный - неряшливый   
белый - черный   
бледнеть - краснеть   
блестеть - мерцать   
близкий - далекий   
богач - бедняк   
большой - маленький   
быстрый - медленный    
верный - ошибочный   
веселый - грустный, печальный, скучный   
ветреный - безветренный  
ветхий - новый   
вопрос - ответ  
восход - закат   
высокий - низкий   
гасить - зажигать   
гладкий - шершавый   
гласный - согласный   
глубокий - мелкий   
говорить - молчать   
город - село, деревня   
горький - сладкий   
горячий - холодный   
греть - охлаждать   
грязь - чистота   
делать - бездельничать   
день - ночь   
добро - зло   
друг - враг   
жара - холод и т.д.

**«Челночок»**

Цель: Развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу

Пройти нужно так чтобы не задеть ворота, дети держат друг друга за руки.

Все играющие встают парами лицом друг к другу и берутся за руки - это ворота. Дети из последней пары проходят под воротами и встают впереди колонны, за ними идет следующая пара.

**«Колобок»**

Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве  при  выполнении разных заданий, развивать слуховое внимание через игру.

Мяч для этой игры может быть любого размера. Покидать свое место игрокам нельзя. Участники становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. В центре круга — водящий. Игроки один другому ногами передают мяч, а водящий старается перехватить его. Они могут плавно перекатывать мяч, отбивать, делать обманные движения. Нельзя только брать его в руки. А водящий может поступать как угодно; задержать мяч ногой, рукой, выбить за круг, достаточно даже слегка прикоснуться к нему.

Если водящему удастся задержать мяч, он становится на место того игрока, от которого к нему попал мяч.

**«ЩУКА»**

Цель: координация речи с движением, развитие общих речевых навыков, обогащение словаря, развитие творческого воображения и двигательной подражательности, обучение элементам пантомимы.

Игра проводится с мячом. Дети стоят по кругу. Выбирается Щука. Она выходит на середину круга.

Мимо леса мимо дач,

Плыл по речке

красный мяч.

Увидала щука: —

Что это за штука?

Хвать, хвать.

Не поймать.

Мячик  вынырнул опять.

Он пустился

дальше плыть.

Выходи, тебе водить!

На первые четыре строки стихотворения дети перекатывают мяч от одного к другому через центр круга (мимо Щуки). На пятую строку стихотворения мяч перекатывается Щуке, которая берет мяч, произнося текст шестой строки, и как бы разглядывает мяч.

На первые три строки второй строфы стихотворения Щука ударяет мячом об пол, произнося этот текст, на четвертую строку она перекатывает мяч снова детям, которые продолжают перекатывать его снова от одного к другому через середину. Тот ребенок, на которого пришлись слова «Тебе водить», выходит с мячом в середину. Он становится Щукой. Игра повторяется.

**«Кто ушел?»**

Цель: Развивать внимательность, сообразительность. Умение быстро найти недостающего.

Запрещается подглядывать, можно назначить ведущего ребенка.

Дети строятся в круг. Водящий встает в центре круга и закрывает глаза. Педагог дотрагивается до одного из играющих, стоящих в круге, и он тихо выходит из зала. Педагог разрешает водящему открыть глаза и спрашивает у него: «Отгадай, кто ушел?» Если водящий отгадал, то он встает в круг и выбирает другого водящего. Если не отгадал, то снова закрывает глаза, а выходивший из зала занимает своё прежнее место в кругу. Водящий, открыв глаза, должен назвать его.

**«Летает -не летает»**

Цель: Развивать координацию, внимание, умение работать в коллективе.

Тот, кто неправильно поднял руки, считается проигравшим

Дети идут в колонне по одному. Педагог называет различные предметы. Если предмет летает, например самолет, птица, то дети должны поднять в стороны руки и взмахнуть ими, как крыльями, если предмет не летает, то они не должны поднимать рук.

**«Хоровод»**

Цель: Развивать навык действовать по сигналу или под музыку, координацию движений. Внимательно слушать задания педагога. Ведущего можно выбрать ребенка с помощью считалки.

Играющие образуют два круга, один внутри другого, и берутся за руки. По сигналу педагога они начинают движение в заданную сторону (ходьба или медленный бег). Можно предложить ритмическую ходьбу под песню или музыкальное сопровождение:

«хоровод», «Ручеек»

Совершенствовать умение действовать по сигналу, развивать координацию движений. Нельзя размыкать руки.

Дети идут в колонне по двое. По команде педагога «Ручеёк» дети останавливаются, берутся за руки и поднимают руки вверх. Каждая пара, начиная с последней, одна за другой пробегает внутри (под руками) и становится впереди, поднимая руки вверх.

**"Холодно горячо"**

Цель: Развивать слуховые качества, физические качества.

Запрещается подглядывать, когда ведущий прячет предмет.

Водящий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого водящий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят:

холодно…тепло,…горячо…помогая найти спрятанный предмет.

**"Водяной"**

Цель: Развивать координацию движений, слух, физические качества.

Дедушка - Водяной!

Что сидишь ты под водой?

Выйди, выйди хоть на час.

Угадай кого из нас!

Запрещается подглядывать. Можно усложнить игру - выбрать 2 водяного

Дети стоят в кругу, водяной в центре. Дети идут по кругу и говорят слова, после слов: - выйди, выйди... водяной идет с закрытыми глазами, руки вперед, кого заденет, того и угадывает.

**«Шмель»**

Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве  при  выполнении разных заданий. Развивать слуховое внимание через игру.

Мяч откатывать только руками; нельзя ловить, задерживать мяч.

Играющие сидят по кругу. Внутри круга по земле перекатывается мяч. Играющие руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого  (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный  поворачивается спиной в круг.

**«Узнай по голосу»**

Цель: развивать координацию, внимание, умение работать в коллективе.

Водящему не открывать глаза, пока не назовет позвавшего. В это время всем соблюдать тишину.

«Мы немножко порезвились,

По местам все разместились.

Ты,…(имя), отгадай,

Кто позвал тебя, узнай».

Ведущий закрывает глаза. Дети идут по кругу, водящий стоит в середине круга. С окончанием слов дети останавливаются. Воспитатель показывает на кого-нибудь из играющих.

**«Топор»**

Цель: развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу.

Ведущему нельзя показывать, кому он дал предмет.

Взял Егор в углу топор,

С топором пошел во двор.

Стал Егор чинить забор,

Потерял Егор топор.

Вот и ищет до сих пор,

Поищи и ты топор!

Ведущий (сначала взрослый) прячет в ладонях одного из играющих маленький предмет (топорик). Стихотворение произносят хором. Тот из играющих, на кого пришлось слово топор, идет его искать

**«Найдите различия»**

Цель: развивать внимание, память, умение действовать по сигналу.

Ведущий должен определить, что изменилось у игроков. Тот, у кого он нашел больше всего изменений, и будет водить.

Все садятся в круг. Для игры нужно, чтобы играющие внимательно осмотрели друг друга. Когда ведущий выходит из комнаты, участники должны произвести небольшие перемены в своем облике: заколоть волосы, забинтовать палец, расстегнуть пуговицу.

**«Угадай, чей голос»**

Цель: развивать слуховые качества, физические качества.

Дети образуют круг. Водящий встает в центре круга и закрывает глаза. Не держась за руки, дети идут по кругу вправо (влево) и говорят:

Мы собрались в ровный круг,

Повернемся разом вдруг,

А как скажем «Скок-скок-скок»,

Угадай, чей голосок

Слова «скок-скок-скок» произносит один из детей по указанию воспитателя. Водящий должен узнать, кто сказал эти слова. Если он отгадал, он встает на место произносившего слова. Если водящий не узнал голос, игра повторяется, а дети идут по кругу в другую сторону.

**«Статуи»**

Цель: развивать координацию движений, слух, физические качества, умение играть по правилам.

Нужно кидать мяч прямо в руки. Внимательно слушать ведущего.

В  эту игру лучше играть большим мячом.  Игроки становятся по кругу  и перебрасывают мяч друг другу руками. Кто не поймает мяч,   получает наказание: продолжает игру, стоя на одной ноге.   Если   в  такой   позе   ему удается поймать мяч, то наказание   снимается;   он   становится  на  обе  ноги.  Если  же  совершается   еще   одна   ошибка, игрок становится на одно колено. При третьей ошибке он опускается на оба колена. Если в этом положении игрок поймает  мяч, ему прощаются все наказания, и он   продолжает   игру,   стоя   на обеих  ногах. А если постигнет неудача,   придется   выбыть   из игры.

**«Чем все закончилось»**

Цель: развивать память, умственные способности. Пополнять словарный запас ребенка.

В игре используется сказочный сюжет. Прочитайте начало сюжета и попросите продолжить его. Осенним солнечным днем отправились зайчонок и ежонок в лес по грибы. Зайчонок поднял красивый березовый лист и увидел гриб. «Я нашел гриб в красной шапке!» - радостно закричал он. Ежонок посмотрел на гриб и сказал….

Интерактивные технологии: работа в малых группах (тройках),«цепочка», «карусель»,

«аквариум», «большой круг»

**«Переправа на плотах»**

Цель: равновесие

Команды построены в колонны по одному перед стартовой чертой («на берегу»), в руках у направляющего по два резиновых коврика (плоты). По сигналу он кладет один коврик перед собой на пол и на него быстро становятся два, три или четыре человека (в зависимости от длины и ширины коврика). Затем направляющий кладет на пол второй коврик, и вся группа перебирается на него, передавая первый коврик дальше. И так, поочередно, перескакивая с коврика на коврик, группа переправляется через «реку» на противоположный «берег», где участники остаются за финишной чертой, а один из игроков тем же способом возвращается назад за следующей группой. Игрокам не разрешается становиться ногами на пол. Участники, нарушившие это условие, выбывают из игры (считаются «утонувшими»). Выигрывает команда первой и без потерь закончившая «переправу».

**«Эхо»**

Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Играющие встают в круг. Первый игрок называет свое имя и показывает любое движение (поворот, хлопок в ладоши, прыжок и т.п.). Все дети хором три раза повторяют имя и движение, стараясь произносить с той же интонацией, что и первый игрок. Затем следующий ребенок называет свое имя и показывает движение, все повторяют, и т.д., пока все дети не назовут свои имена.

**«Поменяться местами»**

Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Дети становятся в круг. Инструктор предлагает поменяться местами тем детям, у кого есть что-нибудь одинаковое: светлые волосы, белые футболки, домашние животные и т.п. Например, инструктор говорит: «Пусть поменяются местами те, у кого есть велосипед». Дети меняются местами и т.д. Игра проводится 3-4 минуты

**«Будь внимателен»**

Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Преподаватель предлагает детям выполнить все движения, которые он называет, но сам при этом может показывать совершенно другие движения. Например, преподаватель говорит: «Руки в стороны!», в сам поднимает руки вверх и т.д. Игра проводится 2-3 минуты. Ее можно проводить как в кругу, так и в любом другом построении.

Вариант

Дети выполняют то, что показывает воспитатель, а не то, что он говорит.

**«Летает – не летает»**

Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Дети стоят в кругу, в центре – инструктор. Он называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают или не летают.

Называя предмет, инструктор поднимает руки в стороны – вверх. Например, говорит: «Птица летает, стул летает, самолет летает» - и т.д.

Дети должны поднять руки в стороны – вверх, если назван летающий предмет.

Вариант

Игру можно проводить во время медленной ходьбы.

**«У кого мяч»**

Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Дети встают в круг лицом к центру, руки за спиной. В центре круга водящий с закрытыми глазами. Ведущий дает маленький мяч любому из играющих. Дети начинают незаметно передавать мяч по кругу за спинами. Водящий, открыв глаза, пытается определить, у кого мяч, обращаясь к игроку: «Оля, покажи руки!». Ребенок, к которому обратился водящий, показывает руки и опять прячет их за спину. Мяч нельзя долго держать в руках. Нельзя водящему обращаться к детям по порядку.

Если водящий определил, у кого мяч, тот игрок становится водящим.

**«Ручейки и озера»**

Цель: учить детей бегать и выполнять перестроения

Дети стоят в двух-трех колоннах с одинаковым количеством играющих в разных частях зала – это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне).

На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги озера. Выигрывают те дети, которые построят круг.

**«Затейники»**

Цели; упражнять в умении ходить по кругу, придумывать движения, точно повторять его, развивать внимание.

Описание: Дети стоят по кругу. В центре круга водящий – затейник. Дети идут по кругу вправо или влево и говорят:

Ровным кругом, Друг за другом

Мы идем за шагом шаг.

Стой на месте, Дружно вместе

Сделаем…вот так

По окончании текста дети останавливаются. Затейник показывает какое-либо движение, играющие повторяют его. Затейника сменяет другой ребёнок, и игра продолжается. Каждый затейник должен сам придумать движение, которое ещё не было показано