

Подвижные игры для детей

подготовительной группы

Подвижные игры малой интенсивности

1. Зеркало

Цель игры: воспитывать артистичность и выразительность движений.

Ход игры:

Игроки находятся на площадке, водящий стоит к ним лицом. Дети – это отражение водящего в зеркале. Водящий «*перед зеркалом*» выполняет различные имитационные действия (*расчёсывается, поправляет одежду, строит рожицы и т. д.*). Игроки одновременно с водящим копируют все его действия, стараясь точно передать не только жесты, но и мимику. Роль водящего может выполнять как педагог, так и ребёнок.

2. Пять шагов

Цель игры: воспитывать сообразительность и быстроту мышления.

Ход игры:

Участвуют поочередно несколько игроков. Детям нужно сделать 5 шагов в быстром темпе и на каждый шаг без пауз и остановок произносить любое имя (*женское или мужское в зависимости от задания*). Отмечаются игроки, которые справились с заданием. Игру можно усложнить, предлагая детям называть не имена, а, например, зверей, рыб, птиц и т. д.

3. Мяч соседу

Цель игры: закреплять быструю передачу мяча по кругу.

Ход игры:

Игроки строятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. У двух игроков, стоящих на противоположных сторонах круга, - по мячу. По сигналу дети передают мяч по кругу в одном направлении, как можно быстрее, стараясь, чтобы один мяч догнал другой. Проигрывает игрок, у которого окажется 2 мяча. Игра повторяется. Мяч передавать соседнему игроку, никого не пропускать.

4. Воротца

Цель игры: закреплять ходьбу парами, воспитывать организованность и коллективизм.

Ход игры:

Игроки шагают по площадке в колонне по два. По команде «*Стоп!*» останавливаются, поднимают сцепленные руки вверх, образуя воротца. Первая пара поворачивается кругом, пробегает под

воротцами, становится последней, говоря «*Готово!*». По этому сигналу дети опускают руки и продолжают ходьбу. Игру можно усложнить, изменив направление движения колонны.

5. Запрещённое движение

Цель игры: развивать моторную память.

Ход игры:

Игроки строятся в круг, в центре – педагог. Он выполняет различные движения, указав, какое из них – запрещённое. Дети повторяют все движения, кроме запрещённого. Те, кто повторили запрещённое движение, получают штрафные очки. Отмечаются игроки, которые не получили штрафных очков. Запрещённое движение надо менять через 4 – 5 повторений.

6. Ловкие пальцы

Цель игры: развивать способность к двигательной импровизации, двигательной находчивости, способность координировать действия при совместном решении двигательных задач.

Ход игры:

По залу рассыпаются мелкие предметы: кусочки от резиновых ковриков, фломастеры, шарики, пластмассовые пробки и т. п. Играющие собирают их, захватывая пальцами ног (один предмет – правой ногой, другой – левой ногой, и берут в руки).

Когда все предметы собраны, играющие садятся на пол, и каждый раскладывает из того, что он собрал, какую-нибудь композицию (*дома, цветы, корабли, лес и т. д.*). Не разрешается брать предметы с пола руками.

Усложнение: Правой ногой собирать предметы в левую руку, левой ногой – в правую руку.

7. Эхо

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

Ход игры:

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.

8. Поменяться местами

Цель игры: развивать, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Ход игры:

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.

9. Летает – не летает

Цель игры: развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Ход игры:

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

Называя предмет, педагог 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. Игру можно проводить во время медленной ходьбы.

10. У кого мяч?

Цель игры: развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями.

Ход игры:

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.

Подвижные игры высокой интенсивности

1. Быстро возьми

Цель игры: учить детей ходить, бегать по кругу, действовать по сигналу, развивать ловкость, быстроту.

Ход игры:

Дети образуют круг и по сигналу воспитателя выполняют ходьбу или бег вокруг предметов (кубики, шишки, камешки, которых должно быть на один меньше. На следующий сигнал «*Быстро возьми!*» - каждый играющий должен взять предмет и поднять его над головой. Тот кто не успел поднять предмет, считается проигравшим. Игра повторяется

2. Удочка

Цель игры: упражнять в прыжках.

Ход игры:

Играющие стоят по кругу. Водящий, находясь в середине, крутит веревку с мешочком на конце так, чтобы мешочек летел на высоте 5-10 см от пола. Все прыгают через веревочку, а задевший ее получает одно штрафное очко, после чего игра продолжается. Выигрывают прыгуны, получившие меньшее число штрафных очков после 8-12 кругов веревочки под ногами.

3. Чья колонна скорее построится?

Цель игры: учить детей двигаться по площадке в разных направлениях, по сигналу строится в три колонны в соответствии с предметами находящимися в руках. Развивать внимание, умение действовать по сигналу, ориентировку в пространстве.

Ход игры:

Дети распределяются на три группы с одинаковым числом игроков. Каждая подгруппа выбирает определённый предмет, например шишку или камешек и т. д. все дети одной группы имеют один и тот же предмет. В разных концах площадки выбирают места для этих подгрупп – пенёк, куст, дощечка, которые обозначаются таким же предметом. Под удары бубна все ходят или бегают в разных направлениях. По сигналу «*На места*» бегут и строятся у соответствующего предмета в колонну.

2 вариант.

Воспитатель даёт сигнал: «*Стой!*». Дети останавливаются, закрывают глаза, а педагог в это время меняет места предметов, затем подаёт сигнал «*На места!*». Дети открывают глаза, бегут к своим предметам и строятся.