

A decorative border surrounds the text, featuring a repeating pattern of sports-related icons: a basketball, a red butterfly, a soccer ball, a tennis racket, a volleyball, a football, a badminton racket, a tennis ball, a soccer ball, a tennis racket, a badminton racket, and a basketball.

**КАРТОТЕКА
ПОДВИЖНЫХ ИГР
ДЛЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ
К ШКОЛЕ ГРУППЫ
(от 6 до 7 лет)**

(рекомендованные программой «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ»
под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой)

«ГОРЕЛКИ»

Дети становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2 - 3 шагов проводится линия. По считалке выбирается Ловишка. Он становится на линию спиной к остальным детям. Все стоящие парами говорят: «Гори, гори ясно, чтобы не погасло.

Глянь на небо – птички летят,
Колокольчики звенят. Раз, два, три – беги!»

С окончанием слов дети, стоящие в последней паре, бегут вдоль колонны (один – справа, другой - слева), стремясь схватиться за руки. Ловишка старается поймать одного из пары и соединить с ним руки.

Если ловящий успел это сделать, он образует с пойманным новую пару и становится впереди колонны, а оставшийся без пары становится ловишкой. Если Ловишка не поймал, он остаётся в той же роли. Во время произнесения слов Ловишка не оглядывается, ловить можно до того, как играющие возьмутся за руки.

«ЛОВИШКА, БЕРИ ЛЕНТУ»

Дети строятся в круг, у каждого имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга стоит Ловишка.

По сигналу воспитателя: «Раз, два, три – лови!» дети разбегаются по площадке. Ловишка старается вытянуть ленточку. По сигналу: «Раз, два, три в круг скорей беги – все дети строятся в круг». После подсчета пойманных, игра повторяется.

Вариант: Чертится круг в центре стоит Ловишка. По сигналу «Раз, два, три лови» дети перебегают круг, а Ловишка пытается схватить ленту.

«КОРШУН И НАСЕДКА»

В игре участвуют 8 - 10 детей, одного из игроков выбирают коршуном, другого наседкой. Остальные дети – цыплята, они становятся за наседкой, образуя колонну. Все держаться друг за друга. В стороне гнездо коршуна. По сигналу он вылетает из гнезда и старается поймать цыплёнка, стоящего в колонне последним. Наседка, вытягивая руки в стороны, не даёт коршуну схватить цыплёнка. Все цыплята следят за движениями коршуна и быстро двигаются за наседкой. Пойманный цыплёнок идёт в гнездо коршуна.

Вариант: Если детей много можно играть двумя группами.

«КРАСКИ»

Участники игры выбирают хозяина и двух покупателей. Остальные игроки – краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его хозяину. Когда все краски выбрали себе цвет и назвали хозяину, он приглашает одного из покупателей.

Покупатель стучит: - Тук! Тук! - Кто там?

- Покупатель - Зачем пришёл?

- За краской - За какой?

- За голубой.

Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки, поноси да назад принеси!» если покупатель угадал цвет краски, то краску забирает себе. Идёт второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. И так они подходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель, который набрал больше краски. Хозяин может придумать задание сложнее задание, например: скачи на одной ножке по красной дорожке.

Вариант: Разговор повторяется, если покупатель угадал краску продавец говорит сколько стоит, и покупатель столько раз хлопает продавца по вытянутой ладони. С последним хлопком ребёнок, изображавший краску, убегает, а покупатель догоняет его и, поймав, отводит в условленное место.

«БЫСТРО ВОЗЬМИ, БЫСТРО ПОЛОЖИ»

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.

Вариант: Дети выполняют танцевальные движения, разные виды бега и ходьбы. Предметов может быть меньше на 3 - 4.

«ДОГОНИ СВОЮ ПАРУ»

Дети встают парами на одной из сторон площадки: один впереди, другой сзади – отступя 2 - 3 шага. По сигналу воспитателя первые быстро перебегают на другую сторону площадки, вторые их ловят – каждый свою пару. При повторении игры дети меняются ролями.

Вариант: Запятнать свою пару мячом.

«СОВУШКА»

Все играющие птички, один ребёнок – сова, которая находится в стороне площадки. По сигналу «день» птички разлетаются, машут крыльями, клюют зёрнышки. На сигнал «ночь» все останавливаются и стоят неподвижно. Вылетает сова, высматривает тех, кто шевелится и забирает в гнездо. через 15 - 20 сек. Снова даётся сигнал «день», сова улетает в гнездо, дети – птички летают по площадке.

Вариант: Выбирается две совы. Принимать интересные позы.

«НЕ ПОПАДИСЬ»

Дети располагаются вокруг шнура, положенного в форме круга. В центре двое водящих. По сигналу воспитателя дети прыгают на двух ногах в круг, и выпрыгивает по мере приближения ловишек. Кого успели запятнать, получает штрафное очко. После подсчёта пойманных меняются ловишки, и игра возобновляется.

Вариант: дети запрыгивают в круг на одной ноге или боком.

«ЛЯГУШКИ И ЦАПЛЯ»

В середине площадки обозначают болото, вбивают колышки высотой - 15см, на них вешают верёвку с грузинками так, чтобы она не провисала. В стороне от болота цапля. Лягушки прыгают в болоте, ловят комаров.

По сигналу «Цапля!» -она перешагивает через верёвку и начинает ловить лягушек. Они могут выскакивать из болота любым способом: отталкиваясь двумя ногами, одной ногой, с разбега. Пойманные лягушки идут в гнездо цапли.

Перешагнувший через верёвку считается пойманным, можно только перепрыгивать.

Вариант: ввести вторую цаплю, поднять верёвку на высоту – 20 см.

«ВОЛК ВО РВУ»

На середине площадки проводится две линии на расстоянии 70 – 100 см одна от другой, это ров. У одной из сторон площадки дом коз. Все играющие козы один волк.

Козы располагаются в доме волк во рву. По сигналу воспитателя – «козы на луг», козы бегут на противоположную сторону площадки, перепрыгивая ров, волк не трогает коз, по сигналу – «козы домрой», перебегают в дом перепрыгивая через ров. Волк, не выходя из рва ловит коз касаясь их рукой. Пойманные отходят в конец рва. После 2 - 3 перебежек волк назначается другой.

Вариант: Ввести второго волка; сделать 2 рва, а в каждом по волку; увеличить ширину рва – 90 – 120 см.

«ПЕРЕЛЁТ ПТИЦ»

На одном конце зала находятся дети – они птицы. На другом конце зала – пособия, на которые можно залезть – это деревья. По сигналу воспитателя: «Птицы улетают!» - дети, махая руками, как крыльями разбегаются по всему залу, на следующий сигнал: «Буря!» - дети бегут к возвышениям и прячутся там. Когда воспитатель произнесёт: «Буря прекратилась!» дети спускаются с возвышений и снова разбегаются по залу (птицы продолжают свой полёт). Во время игры воспитатель в обязательном порядке осуществляет страховку детей.

Вариант: При приближении к снарядам – деревьям разложить препятствия дети должны их перепрыгнуть.

«ОХОТНИКИ И ЗВЕРИ»

Дети образуют круг, взявшись за руки. Рассчитываются на первый второй делятся на охотников и зверей. Охотники остаются на своих местах в кругу, а звери выходят в середину круга. Охотники перебрасывают друг другу мяч и стараются попасть им в ноги убегающих и увёртывающихся зверей. Тот, кого заденет мяч, считается подстреленным выходит из круга. Затем игроки мебняются ролями.

Вариант: Охотников может быть 3 - 4, они находятся на одной стороне площадки, на другой дом зверей – лес. По сигналу звери убегают в лес, а охотники стреляют в них с места. Или могут бежать за зверями, но не забегать в лес.

«ЛОВИШКА С МЯЧОМ»

Дети стоят в кругу, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых рук. Один из детей становится в центр круга.

Это – водящий. У ног его лежат два небольших мяча.

Водящий называет или проделывает ряд движений. Дети повторяют. Внезапно воспитатель говорит: «Беги из круга!» и дети разбегаются в разные стороны. Водящий поднимает мячи и старается, не сходя с места попасть в убегающих.

Затем по сигналу «Раз, два, три в круг скорей беги» дети снова образуют круг. Выбирается новый водящий.

Вариант: После нескольких секунд воспитатель говорит стоп! и дети должны замереть на своих местах. Водящий целится в того, кто стоит поближе и бросает мяч.

«КТО САМЫЙ МЕТКИЙ?»

Дети делятся на 4 - 5 звеньев. У одной из сторон комнаты проводится черта, а на расстоянии 3 м от неё ставится 4 - 5 одинаковых мишеней. Дети по одному из каждого звена выходят на линию и бросают мешочек, стараясь попасть в цель. В

конце подсчитывается количество очков

в каждом звене.

Вариант: Можно увеличить расстояние 3,5 м мишень можно сделать из подвешенных обручей.

«СТОП»

Дети встают перед стеной на расстоянии 4 - 5 шагов. Водящий бросает в стену мяч, так чтобы он коснулся стены, отскочил от неё.

Бросая мяч, водящий называет того, кого он назначает его ловить.

Последний быстро ловит мяч на лету или поднимает с пола. Если он поймает мяч, то сразу же бросает его о стену и называет нового ловящего, если поднимает от земли то, взяв его, кричит: «Стоп!» и когда все остановятся, пятнает, не сходя с места ближайшего ребёнка.

Тот в свою очередь берёт быстро берёт мяч кричит: «Стоп» и пятнает другого и так до первого промаха. После промаха все идут снова к стене, но право бросать и назначать того, кто должен ловить принадлежит промахнувшемуся.

Вариант: При ловле мяча все разбегаются, но как только мяч будет пойман и раздастся возглас - стоп, все должны остановиться. Игроку, в которого целится можно увёртываться, присесть, нагнуться, подпрыгивать, места сходить нельзя.

«КОГО НАЗВАЛИ, ТОТ ЛОВИТ МЯЧ»

Дети ходят или бегают по площадке. Воспитатель держит в руках большой мяч. Он называет имя одного из детей и бросает мяч вверх. Названный должен поймать мяч и снова

бросить его вверх, назвав имя кого-нибудь из детей.

Бросать мяч надо повыше, чтобы успеть поймать, и в направлении того, кого назвали.

Вариант: Дети стоят в кругу, один ребёнок подбрасывает мяч вверх и называет имя того, кто должен его поймать все остальные дети разбегаются подальше от центра. Поймавший мяч кричит – стоп! Все останавливаются. А тот, кто поймал мяч, с места бросает мячом в того, кто стоит ближе, если попал, тот становится водящим, если не попал, сам бросает мяч вверх.

«ЛОВЛЯ ОБЕЗЬЯН»

Дети делятся на две группы – обезьян и ловцов обезьян. Дети – обезьяны размещаются на одной стороне площадки, где есть пособия для лазания, на противоположной стороне площадки находятся ловцы.

Обезьяны подражают всему что видят. Пользуясь этим, ловцы хотят заманить обезьян и поймать их. Ловцы стовариваются, какие движения будут показывать и показывают их на середине площадки. Как только ловцы выходят на середину площадки, обезьяны влезают на лестницу и наблюдают за движениями ловцов. Прodelав движения, ловцы скрываются, а обезьяны слезают и приближаются к тому месту, где были ловцы и повторяют их движения. По сигналу «Ловцы» - обезьяны бегут к деревьям и влезают на них. Ловцы ловят тех, которые не успели влезть на дерево. И уводят к себе. После 2 - 3 повторений дети меняются ролями.

Вариант: Ловцы должны придумать сложные движения: шпагат, мостик, и т. д.

«ЧЬЁ ЗВЕНО СКОРЕЕ СОБЕРЁТСЯ?»

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.

Варианты: 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.

«ПЕРЕМЕНИ ПРЕДМЕТ»

На одной стороне площадки за линией становятся играющие, образуя 4 - 5 колонн. На противоположной стороне площадки напротив каждой колонны очерчены круги диаметром 60 – 80 см.

Каждый первый в колонне держит в руках мешочек с песком, кубик или другой предмет. В центр каждого кружка кладётся такой же предмет. По сигналу игроки бегут к кружкам, кладут предмет и берут другой, затем возвращаются бегом на своё место и поднимают принесённый предмет над головой. Тот, кто сделал это первым считается выигравшим. Прибежавшие передают предметы стоящим сзади них, а сами бегут в конец колонны. Когда все выполняют задание, отмечается колонна, набравшая большее количество выигрышей.

Вариант: Бежать за предметом змейкой между кеглями, не уронив кегли.

«КТО СКОРЕЕ ДОКАТИТ ОБРУЧ ДО ФЛАЖКА?»

Играющие делятся на звенья; становятся друг за другом за чертой. У первых в колоннах в руках обручи воспитатель даёт команду - «Кати!» первые в колоннах катят обручи по направлению к флажкам, подталкивая их руками палкой, оббегают с обручем флажок, возвращаются в свои колонны и передают обручи следующему, хлопнув по плечу. Игра заканчивается, когда стоявший в колонне последними выполняют задание. Выигрывает звено, которое быстрее закончит игру.

Варианты: подталкивать обруч палочкой. Как только игрок получает палочку, он сейчас же бежит к флажку, прокатывая палочкой обруч и т.д.

«ЖМУРКИ»

Выбирается водящий – жмурка. Он встаёт в середину комнаты, ему завязывают глаза, поворачивают несколько раз вокруг себя. Затем все дети разбегаются по комнате, а Ловишка старается кого-нибудь поймать. При виде какой-либо опасности для жмурок дети должны предупредить словом «Огонь!». Поймав кого-нибудь жмурка, передаёт свою роль пойманному.

Правила: завязанную на глаза повязку не снимать и не подглядывать.

Варианты: Если игра проходит на улице, то очерчивается граница, за которую играющие не имеют права забегать. Переступивший условленную границу считается сгоревшим и обязан заменить жмурку.

«ДВА МОРОЗА»

На противоположных сторонах площадки обозначается два дома, в одном из них находятся игроки. Посередине площадки лицом к ним становится водящие – Мороз- красный нос, он говорит: «Я Мороз – красный нос. Кто из вас решится В путь дороженьку пуститься?»

Дети отвечают хором: «Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз»

После этого они перебегают через площадку в другой дом, мороз их догоняет и старается заморозить. Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг мороз, и стоят так до окончания пробежки. Мороз подсчитывает, сколько играющих удалось при этом заморозить, учитывается, что играющие выбежавшие из дома до сигнала или оставшиеся после сигнала, тоже считаются замороженными.

Варианты: Игра протекает так же, как и предыдущая, но в ней два мороза (Мороз – Красный нос и Мороз - Синий нос). Стоя посередине площадки лицом к детям, они произносят: Мы два брата молодые, Два мороза удалые, Я Мороз-Красный нос, Я Мороз - Синий нос. Кто из вас решится, В путь-дороженьку пуститься?»

«ЧЬЯ КОМАНДА ЗАБРОСИТ В КОРЗИНУ БОЛЬШЕ МЯЧЕЙ?»

Дети становятся в 2 колонны напротив баскетбольных щитов на расстоянии 1,5 - 2 м. (Броски мяча в корзину 2 - мя руками от груди).

«ВЕСЁЛЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ»

Играющие становятся в 3 - 4 колонны у общей черты на расстоянии 2 - 3 шагов одна от другой. В каждой колонне одинаковое число играющих. Перед каждой колонной прочерчена «дорожка» из двух параллельных линий длиной 3 м (расстояние между линиями 20 - 25 см).

Далее через «дорожки» проведены две перпендикулярные линии на расстоянии 70 - 80 см («канавки»), и затем на небольшом расстоянии от них лежат обручи. По сигналу взрослого первые дети бегут по дорожкам, перепрыгивают «канавки», подбегают к обручам, берут их, надевают на себя и опускают на землю. После этого они быстро возвращаются в конец своей колонны. Прибежавшему первым дают флажок или другой значок. Колонна, у которой больше флажков, считается победившей.

Варианты: можно играть и по-другому. Первые дети, выполнив задания, возвращаются, при этом они должны коснуться рукой вторых игроков и стать в конец колонны. Вторые игроки бегут сразу же, как только до них дотронулись.

«ДОРОЖКА ПРЕПЯТСТВИЙ»

В качестве препятствий могут быть различные пособия: скамейки, дуги, барьеры, цели для метания.

Порядок преодоления препятствий может быть любым, например: подлезть под несколькими дугами (рейками), пройти по скамье (или бревну), обежать набивные мячи (4 мяча, положенных на расстоянии 1 м один от другого), перепрыгнуть с места через две линии, проползти по скамье, пробежать с маленьким мячом (или мешочком с песком) 6 -7 м и метнуть его в цель. Оцениваются быстрота и точность выполнения задания.

«КТО СКОРЕЕ ДОБЕЖИТ ЧЕРЕЗ ПРЕПЯТСТВИЯ К ФЛАЖКУ?»

4—5 детей на одной стороне площадки. На противоположной стороне лежат флажки (кубики, кегли). На середине площадки напротив каждого играющего положено по два обруча. По сигналу дети бегут к обручам, пролезают в один снизу и кладут его на пол, в другой — сверху и также кладут на пол, добегают до флажка, поднимают его вверх. Выигрывает тот, кто правильно выполнил задание и прибежал первым.

Правила: Обруч не бросать, класть на пол; пролезать в обручи одним и другим способом.