

Подвижные игры. Старшая группа.

№1 Подвижная игра «Огородники».

Цель: воспитывать дружеские отношения в игре.

Ход игры.

Дети строятся по 6 человек за линией на одной стороне площадки. Стоящие первыми в колоннах держат в руках по 5 небольших кружков, вырезанных из картона. У вторых детей в руках ведерки с мелкими кубиками или камешками, у третьих – ведерки с песком, у четвертых – лейки, у пятых – пустые ведерки, шестые - без инвентаря. На расстоянии 5-6 м. от линии, за которой стоят дети, проведена еще одна черта. По сигналу, стоящие в колонне первыми бегут ко второй линии, раскладывают за ней кружки – как бы делают лунки - на расстоянии шага один от другого. Быстро возвращаясь в конец своей команды, передовая эстафету вторым. Вторые бегут за линию и кладут в каждый кружок по кубику или камешку (сажают картофель). Стоящие третьими бегут и сыплют в каждый кружок горсть песка (удобряют посадку). Четвертые игроки подбегают с лейками и делают имитационные движения, как бы поливают каждую посадку. Пятые бегут с ведерками. Собирают урожай (складывают в ведерки кубики) и возвращаются в конец колонны, и, наконец, последние быстро собирают кружки.

№2 Игра «Подбрось – поймай».

Цель: Воспитывать дружеские отношения в игре.

Ход игры: Играющие распределяются на пары, у каждой пары мяч. Один подбрасывает и ловит мяч, второй считает, сколько раз удалось бросить и поймать мяч. По сигналу инструктора дети меняются ролями: тот, кто бросил, считает, а считавший бросает мяч.

№3. Игра «Удочка».

Цель: Воспитывать дружеские отношения в игре.

Ход игры: Дети становятся по кругу на небольшом расстоянии друг от друга. В центре – инструктор. Он вращает шнур по кругу на высоте 10- 15 см., к концу которого привязан мешочек с песком. Играющие внимательно следят за мешком, при его приближении подпрыгивают на месте вверх, чтобы мешочек не коснулся ног. Тот, кого мешочек заденет, делает шаг назад и выбывает из игры временно. Через некоторое время делается небольшой перерыв. Затем игра возобновляется. В ней участвуют все дети.

№4. Подвижная игра «Стой!».

Цель: Воспитывать внимательность и умение четко реагировать на команду преподавателя.

Ход игры:

Дети бегают по площадке в разных направлениях. По сигналу инструктора они должны остановиться и замереть, стараясь сохранить равновесие до сигнала: «Можно бегать!».

№5. Подвижная игра «Коршун и наседка».

Цель: Воспитывать самостоятельность во время игры. Развивать дружеские отношения между детьми во время игры.

Ход игры:

В игре участвуют 8-10 детей. Один из играющих выбирается коршуном, другой наседкой. Остальные дети – цыплята. Они становятся за наседкой, держась друг за друга, а стоящий впереди – за наседку. На противоположной стороне зала – гнездо коршуна. По сигналу: «Коршун!» - ребенок – коршун вылетает из гнезда и старается поймать цыпленка, стоящего последним в колонне. Наседка, распушив крылья, защищает своих цыплят, не дает коршуну схватить цыпленка. Все цыплята следят за движениями коршуна и двигаются за наседкой, не отрываясь друг от друга, стараясь поймать последнего. Пойманного цыпленка коршун отводит к себе в гнездо. Когда он поймает 2-3 цыплят, на роли коршуна и наседки выбирается другие дети.

№6. Подвижная игра «Ловишка с мячом».

Цель: Развивать умение ориентироваться в пространстве.

Ход игры: Дети выбирают при помощи считалки ловишка, который располагается в центре круга, а остальные дети – за кругом. По сигналу: «Раз, два, три – лови!» - дети бегут в круг, а ловишка их салит мячом. Когда он поймает 3-4 ребенка, выбирается новый ловишка.

№7. Подвижная игра «Попади в яблочко».

Цель: развивать глазомер, прокатывая мяч в цель.

Ход игры: Дети делятся на 3 звена, и каждое звено по очереди прокатывает мяч в свое «яблочко», подвешенное к низу доски скамейки; подсчитывается количество попаданий в цель в каждом звене.

№8. Подвижная игра «Медведи и пчелы».

Цель: Продолжать учить детей ориентироваться в пространстве; бегать, не наталкиваясь друг на друга.

Ход игры: Дети делятся на две неравные группы – пчел и медведей, большинство составляют пчелы. Пчелы живут в ульях по 2-3 (на возвышениях), медведи – в берлоге (условно обозначенном месте).

По сигналу пчелы вылетают из ульев, летают по лесу, собирают мед и жужжат. Когда пчелы покинут ульи, медведи выбегают из берлоги и забираются в них, лакомятся медом. Как только инструктор скажет: « Пчелы!», медведи спешат спрятаться в берлогу, а пчелы летят к ульям и жалят (дотрагиваются рукой до медведей, которые не успели убежать). После нескольких повторений играющие меняются ролями.

№9. Подвижная игра «Ловишки с приседанием».

Цель: Продолжать учить детей ориентироваться в пространстве.

Ход игры: Дети выбирают при помощи считалки ловишку, который располагается в центре круга, а остальные дети – за кругом. По сигналу: «Раз, два, три – лови!» - дети разбегаются, а ловишка их старается поймать. В этой игре нельзя ловить того ребенка, который успел присесть. Когда ловишка поймает 3-4 ребенка, выбирают нового ловишку.

№10. Подвижная игра «Мороз – Красный нос».

Цель: Продолжать развивать двигательные навыки детей.

Ход игры:

На противоположных сторонах площадки отмечаются два города. Играющие, разделившись на две группы, располагаются в них. В середине площадки помещаются братья Морозы: Мороз Красный Нос и Мороз Синий Нос. Они обращаются к играющим со словами:

Мы два брата молодые,

Два Мороза удалые:

Я – Мороз Красный Нос,

Я – Мороз Синий Нос.

Кто из вас решится,

В путь-дороженьку пуститься?

Ребята хором отвечают:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз.

И начинают перебегать из одного «города» в другой. Морозы их ловят. Тот, кого им удаётся поймать, считается замороженным. Он остаётся на том месте, где был пойман, и должен, раскинув руки, преграждать путь играющим при следующих перебежках. Когда замороженным окажется так много, что пробежать станет трудно, игра прекращается. Победителями считаются те, кого ни разу не заморозили.

№11. Подвижная игра «Охотники и звери».

Цель: Продолжать учить детей соблюдать правила игры.

Ход игры:

Играющие образуют круг, взявшись за руки. Рассчитавшись на первый – второй, они делятся на охотников и зверей. Охотники остаются на своих местах в кругу, а

звери выходят в середину круга. Охотники перебрасывают мяч друг другу и стараются попасть им в ноги убегающих и увертывающихся зверей. Тот, кого заденет мяч, считается подстреленным, выходит из круга. Через некоторое время охотники подсчитывают свои трофеи. Играющие меняются ролями.

№12. Подвижная игра «Мяч капитану».

Цель: Развитие внимательности и ловкости рук.

Ход игры: Дети становятся в два круга с равным числом играющих. В центр каждого круга выходит капитан с мячом в руках. По сигналу капитан бросает мяч одному из стоящих в кругу, а тот бросает мяч обратно капитану, затем капитан бросает мяч следующему игроку, стоящему рядом и т.д. Когда последний игрок возвратит мяч капитану, тот поднимает руку или мяч вверх, сигнализируя об окончании эстафеты.

№13. Подвижная игра «Ловишка с мячом».

Цель: Продолжать учить детей действовать по сигналу инструктора.

Ход игры: На полу чертится круг диаметром 3-4 м. При помощи считалки выбирают ловишку. Он становится в центр круга, остальные – за кругом. После сигнала: «Раз, два, три – лови!»- дети разбегаются, а ловишка их салит мячом. Когда он попадет в 3-4 –х детей, выбирают нового ловишку.

№14. Подвижная игра «Мышеловка».

Цель: Продолжать учить по кругу, в заданном направлении, действовать по сигналу инструктора.

Ход игры: Играющие делятся на 2 неравные подгруппы: меньшая, примерно треть играющих, образуют круг – мышеловку, остальные – мыши – находятся за кругом. Играющие – мышеловки берутся за руки и ходят по кругу и говорят:

- Ах, как мыши надоели,
Развелось их просто страсть,
Все погрызли, все поели,
Всюду лезут, вот напасть!
Берегитесь же, плутовки,
Доберемся мы до вас.
Вот поставим мышеловки,
Переловим всех сейчас!

Дети останавливаются, поднимают сцепленные руки. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее. По сигналу: «Хлоп!» - дети опускают руки – мышеловка захлопнулась.

№15. Подвижная игра «Ловля обезьян».

Цель: Развивать умение детей – «обезьян» выполнять подражательные движения «ловцов», действовать по сигналу инструктора.

Ход игры: Изображающие обезьян дети располагаются на пособиях для лазания по одной стороне зала. В противоположной стороне находятся ловцы обезьян – 4- 6 детей. Они хотят сманить обезьян с деревьев и поймать их. Ловцы договариваются, какие движения они будут делать. Они выходят на середину зала и показывают задуманные движения. Обезьяны в это время быстро влезают на стенку и наблюдают оттуда за движениями ловцов. Прodelав движения, ловцы уходят в конец зала, а обезьяны слезают с деревьев, приближаются к тому месту, где были ловцы, и подражают их движениям. По сигналу «Ловцы!» - обезьяны убегают к деревьям и влезают на них. Ловцы ловят тех обезьян, которые не успели влезть на дерево. Пойманных они уводят к себе. После 2-3- повторений дети меняются ролями.

№16. Подвижная игра «Пустое место».

Цель: Продолжать учить детей ходить и бежать по кругу; бегать, навстречу друг другу не наталкиваясь, действовать по сигналу.

Ход игры: Дети становятся по кругу плотно друг к другу, руки держат за спиной. Водящий становится за кругом. Он проходит сзади детей, дотрагивается до кого –нибудь, а сам продолжает бежать вокруг круга. Ребенок, до которого дотронулся водящий, бежит вокруг стоящих по кругу детей в обратную сторону, стремясь быстрее водящего прибежать на свое место. Кто первый займет место, тот и остается в кругу, а оставшийся без места водит. Во время бега навстречу нельзя наталкиваться друг на друга и трогать руками стоящих в кругу детей.

№17. Подвижная игра «Поспеши, но не урони».

Цель: Продолжать развивать даигательную активность детей. Развивать равновесие во время бега с выполнением задания.

Ход игры:

Дети делятся на две или три команды. По сигналу первый игрок бежит с мешочком с песком на голове до фишки и так же обратно, стараясь не уронить мешочек, затем передает его следующему игроку и т.д.

№18. Подвижная игра «Кто летает».

Цель: Воспитывать внимательность.

Ход игры: Дети с инструктором стоят по кругу. Инструктор называет одушевленные предметы, которые летают и не летают. Называя предмет, он поднимает руки вверх. Например, инструктор говорит «Ворона летает, стол летает» и т.д. Дети поднимают обе руки вверх и произносят слово «летает» только в том случае, если инструктор назвал действительно летающий предмет.

(На роль водящего назначается и дети. Игра проводится сначала в медленном темпе, затем в быстром)

№19. Подвижная игра «Горелки».

Цель: Воспитывать внимательность, быстроту реакций во время игры.

Ход игры: Играющие становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2 – 3 шагов проводится линия. С помощью считалки выбирают ловишку:

«Косой, косой,
Не ходи босой.
А ходи обутой,
Лапочки закутай.
Если будешь ты обут,
Волки зайца не найдут.
Не найдет медведь,
Выходи, тебе гореть».

Ловишка становится на линию спиной к остальным играющим. 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 остается в той же роли.

№20 . Подвижная игра «Охотники и звери».

Цель: Развивать ловкость, быстроту реакции и увертливость во время игры.

Ход игры: Играющие образуют круг, взявшись за руки. Рассчитавшись на первый – второй, они делятся на охотников и зверей. Охотники остаются на своих местах в кругу, а звери выходят в середину круга. Охотники перебрасывают мяч друг другу и стараются попасть им в ноги убегающих и увертывающихся зверей. Тот, кого заденет мяч, считается подстреленным, выходит из круга. Через некоторое время охотники подсчитывают свои трофеи. Играющие меняются ролями.

№21 . Подвижная игра «Караси и щука».

Цель: Развивать ловкость, умение увертываться, воспитывать интерес к игре.

Ход игры: Половина играющих, становясь друг от друга на расстоянии 3 шагов, образуют круг. Это пруд, на берегу которого лежат камешки. Один из играющих, назначенный инструктором, изображает щуку, он находится вне круга. Остальные играющие – караси, они плавают (бегают) внутри круга, в пруду. По сигналу: «Щука!» - щука быстро вплывает в пруд, стараясь поймать карасей. Караси спешат спрятаться за кем –нибудь из играющих, стоящих по кругу и изображающих камешки. Щука ловит тех карасей, которые не успели спрятаться за камешки, и уводит их к себе в дом. Игра проводится 2 – 3 раза, после чего подсчитывается число пойманных щукой карасей. Затем на роль щуки выбирается другой водящий.

№22 . Подвижная игра «Третий лишний».

Цель: развивать быстроту реакции во время игры.

Ход игры: Дети становятся по кругу по двое, один сзади другого. Расстояние между парами должно быть не менее 1 - 2 шагов. За кругом находятся двое водящих. Один из них убегает, другой старается догнать его. Убегающий ребенок, спасаясь от ловящего, становится впереди какой –нибудь пары. Если он успел вбежать в круг и встать, пока его не запятнали, его уже нельзя салить. Теперь должен убежать ребенок, который оказался третьим. Если догоняющий успел коснуться убегающего, то они меняются ролями.

№23. Подвижная игра «Мы веселые ребята».

Цель: Учить детей бегать в заданном направлении. Продолжать учить соблюдать правила игры, продолжать развивать быстроту бега и увертливость.

Ход игры: Дети становятся на одной стороне площадки за линией. Немного в стороне, сбоку от играющих, располагается ловишка. Играющие произносят:

«Мы веселые ребята,

Любим бегать и скакать.

Ну, попробуй нас догнать,

Раз, два, три – лови!».

После этого все перебегают на другую сторону. Ловишка догоняет бегущих, осаленные им отходят в сторону. Ловишка не может ловить тех играющих, которые успевают перебежать за линию. Пойманные подсчитываются после каждой перебежки. После 2 - 3 перебежек подсчитывают, сколько всего играющих удалось поймать ловишке, и выбирают нового.

№24. Подвижная игра «Вол во рву».

Цель: Продолжать учить детей бегать в заданном направлении. Продолжать учить соблюдать правила игры, развивать быстроту бега и увертливость.

Ход игры: Посредине зала проводятся 2 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 инструктора: «Козы, на луг!» - козы бегут на противоположную сторону площадки, перепрыгивают через ров (волк не трогает коз), по сигналу: «Козы, домой!» - играющие 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 всех пойманных возвращают домой. Назначается другой волк из числа тех, кто попался.

№25. Подвижная игра «Ловишка, бери ленту».

Цель: Развивать быстроту движений, увертливость во время игры. Соблюдать правила игры.

Ход игры: Дети становятся в круг. У каждого из них цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга стоит ловишка. По сигналу инструктора: «Лови!» - дети разбегаются по залу. Ловишка бежит за играющими, стремясь взять у кого – либо из них ленточку. Ребенок, лишившийся ленточки, временно отходит в сторону. По сигналу: «Раз, два, три – в круг скорей беги!» - все строятся в круг. Ловишка подсчитывает количество взятых лент и возвращает их детям. Игра продолжается с новым ловишкой.

№26. Подвижная игра «Лиса и куры».

Цель: Развивать быстроту движений, увертливость во время игры. Соблюдать правила игры.

Ход игры: Дети изображают кур, которые расходятся по площадке, подпрыгивают, похлопывают крыльями, ищут зерна. За ними следит водящий – лиса, который находится в стороне. Лиса начинает потихоньку подбираться к курам. Один из играющих, изображающий петуха, замечет лису и кричит: «Ку- ка – ре – ку!». По сигналу куры убегают на насесты (любые возвышенности). Петух храбрится, наблюдает за порядком и поэтому взлетает на насест последним. Лиса подбегает к курам. Ловит ту из них, которая не сумеет удержаться на насесте или просто не успеет на него взлететь. Лиса уводит свою добычу в лес, но по пути ей встречается охотник с ружьем (инструктор). Испугавшись, лиса выпускает птицу. А курица возвращается домой. Самым ловким окажутся те, кто не попадет в лапы лисе.