картотека подвижных игр



Воспитатель: Сычёва Ирина Николаевна

Карточка 1

Подвижная игра «Пятнашки со скакалкой»

Выбирается два игрока — это «пятнашки». Инструктор дает им скакалку, они берут за ручки скакалки и по команде инструктора: «Раз, два, три, пятнашки, ловите! » бегают за участниками игры по всей площадке и стараются «запятнать». Те, кого «запятнали», считаются проигравшими и выходят из игры. Игра повторяется 2 раза.

Карточка 2

Подвижная игра «Кот и мыши»

Дети стоят по кругу. Инструктор назначает ребенка, который с помощью считалочки выбирает «кота», остальные дети-«мыши». «Кот» сидит на одной стороне площадки, «мыши» — на противоположной.

Инструктор по физкультуре:

Мышка вылезла из норки, мышка очень хочет есть,
Нет ли где засохшей корки, может, в кухне корка есть?
(выбегают «мыши» и бегают по всему залу)
А на кухне возле шкафа видит мышка: чья-то лапа.
Лапа пестрая, когти острые.
Эй, мышка, не зевай, поскорее убегай!

Дети-«мыши» убегают, увертываясь от «кота». «Кот» старается поймать как можно больше «мышек».

Игра повторяется 3—4 раза с новыми «котами».

Карточка 3

Подвижная игра «Птица и клетка»

Инструктор выбирает из детей «птицелова» и «воробья», остальные играющие — «птицы»: голуби, орлы, синицы, снегири, ласточки, утки и т. д. Обозначается круг — это клетка (диаметром 1—2 м). В центр садится «воробей». «Птицелов» ходит около нее, охраняя пленника от других «птиц», которые стараются коснуться «воробья» руками, чтобы освободить его. Кого «птицелов» коснется рукой, тот считается пойманным и садится в клетку. Если «птицелову» долго не удается никого поймать, то выбирают нового водящего.

Малоподвижная игра «Ушки»

Дети встают парами и, играя в ладушки, приговаривают: Мама била, била, била и все папе доложила. Папа бил, бил, бил и все бабе доложил.
Баба била, била, била и все деду доложила.
Дед бил, бил, бил и все сестрам доложил.
Сестры били, били, били и все братьям доложили.
Братья били, били, били и в кадушку закатили.
А в кадушке две лягушки — закрывай скорее ушки!

При последних словах дети быстро ладошками закрывают свои уши. Кто из играющих сделал быстрее, тот победил. Игра повторяется 3-4 раза.

Карточка 4

Подвижная игра: «Али-баба»

Дети делятся на две команды, которые встают в две шеренги напротив друг друга (расстояние между командами — 5-7 м). Участники каждой команды держатся между собой за руки, образуя цепь. Из каждой команды по очереди начинают звать игроков.

— Али-баба! — зовет первая команда, — О чем слуга? — отвечает им вторая команда. - Пятого, десятого подайте (после чего называют имя игрока, например «Вику нам сюда! »)

Названная выходит из шеренги и бежит к зовущим, а подбежав, старается прорвать образуемую цепь. Если ей это удалось, она уводит одного игрока в свою команду, если нет, то сама остается в команде соперников. Игра продолжается до тех нор, пока в одной из команд не останется 2-3 игрока.

Малоподвижная игра «Испорченный телефон»

Дети садятся в одну линию. Инструктор подходит к первому сидящему игроку и четко, но тихо говорит на ухо какое-нибудь слово, например машина, мяч, кукла, собака и т. д. Первый игрок передает второму, второй — третьему и т, д. Последний игрок подходит к инструктору и говорит слово, которое до него дошло. Если слово исказилось, нужно пройти обратно и выявить того игрока, который неправильно передал слово. Виновник становится ведущим, и игра продолжается.

Карточка 5

Подвижная игра «Белки, зайцы, мышки»

Инструктор назначает одного водящего, а остальные игроки делятся на 3 команды по 5—6 человек, и инструктор дает им названия: «белки», «зайцы», «мышки». На площадке на полу кладут 3 обруча на расстоянии 5 м друг от друга — это домики зверей, каждая команда занимает один из них. Инструктор командует: «Мышки! Зайцы! » Названные группы должны поменяться местами-домиками. Если во время перебежки водящий поймал кого-либо из участников, то пойманный становится водящим, а водящий присоединяется к игрокам той команды, участника которой он поймал. Инструктор может подать сигнал сразу трем командам: «Белки, зайцы, мышки! ». Тогда все группы покидают свои домики и бегут занимать любой другой.

Малоподвижная игра «Покажи повадки животных»

Инструктор называет животного, а дети должны показать поводки этого животного, например изобразить как он ходит, ест, умывается и т. п.

Инструктор по физкультуре: Лиса.

Дети показывают, как она ходит, лапки у груди, хвостиком виляют.

Инструктор по физкультуре: Петух.

Дети ходят медленно, важно, высоко поднимают то одну ногу, согнутую в колене, то другую.

Инструктор по физкультуре: Собака.

Дети бегают, лают.

Инструктор по физкультуре: Лошадка.

Дети бегают подскоками и кричат: «Иго-го».

Инструктор по физкультуре: Мышь.

Дети бегают на носочках и пищат: «Пи-пи-пи».

Инструктор по физкультуре: Медведь.

Дети идут, широко расставив ноги, на внешней стороне стопы.

Карточка 6

Подвижная игра «Лиса и зайцы»

На площадке чертится круг диаметром 10 м. Выбирается «лиса», все остальные — «зайцы». «Лиса» становится за кругом, «зайцы» в круг. Инструктор дает сигнал, «лиса» вбегает в круг и пытается поймать «зайцев». Выбегать «зайцам» за пределы круга нельзя. По сигналу инструктора «лиса» выскакивает из круга. Инструктор подсчитывает число пойманных «зайцев» и с помощью считалочки выбирает из них новую «лису». Побеждает та «лиса», которая сумеет поймать больше всех «зайцев», Игра продолжается 2—3 раза.

Малоподвижная игра «Цапки»

Инструктор стоит с вытянутыми руками ладонями вниз, а играющие дети ставят под ладонь инструктора указательный палец. Инструктор говорит: «Под моею крышей, собрались мыши. Заяц, белка, жаба. ЦАГП»

Или:

«На горе стояли зайцы и кричали: «Прячьте пальцы! » ЦАП»

При слове «ЦАП! » инструктор сжимает ладонь в кулак, а все должны быстро убрать пальцы. Чей палец схвачен, тот выбывает из игры. Игра продолжается 3—4 раза

Карточка 7

Подвижная игра «Невод»

С помощью считалочки выбирается двое водящих, которые берутся за руки и по сигналу инструктора: «Начали! » ловят остальных игроков. Догнав кого-нибудь, они должны соединить руки так, чтобы пойманный оказался в круге. Теперь уже втроем они ловят остальных. Каждый новый пойманный игрок становится частью невода. Игра продолжается до тех пор, пока не будут пойманы все участники. Игра продолжается 2 раза.

Малоподвижная игра «Закончи слово»

Дети встают в круг. Инструктор стоит в центре круга с большим мячом в руках. Он бросает кому-либо мяч и говорит первый слог какого-нибудь слова, например: «Ма. » перед этим дает игрокам подсказку, что это — имя, домашнее животное, предмет мебели и т. п. Игрок, которому бросили мяч, ловит его и называет слово полностью. Если он правильно угадал слово, то бросает мяч обратно инструктору, а если нет, то выбывает из игры.

Карточка 8

Подвижная игра «Игра с медведем»

Инструктор с помощью считалочки выбирает водящего — «медведя». Ему на пояс привязывают веревку 1, 5—2 м, которую, в свою очередь, привязывают к скамейке. Рядом ставят бочонок, на котором написано «мед». Остальные участники игры пытаются украсть у «медведя» бочонок с «медом», а «медведь» его тщательно охраняет. Кого «медведь» хотя бы коснется рукой, тот считается проигравшим. И соответственно, становится водящим, т. е. «медведем». Игра продолжается 2—3 раза со сменой водящего.

Малоподвижная игра «Ласковые слова»

Все дети стоят по большому кругу. Инструктор начинает игру, произносит ласковое слово или фразу, например: «Хорошенький мой» или «Солнышко», дает мяч игроку. Игрок, которому отдали мяч, в свою очередь, произносит свое слово и передает мяч следующему участнику по кругу. Тот участник, который не сможет назвать слово, выбывает из игры. Игра продолжается 1—1, 5 минуты.

Карточка 10

Подвижная игра «Перемена мест»

Посередине площадки чертится длинная линия. Дети делятся на 2 команды, Карлсона и Малыша. Каждая занимает свою половину площадки. По сигналу инструктора физкультуры: «Бегом! » команды меняются местами. Выигрывает та, которая первой в полном составе перебежит на другую сторону.

Малоподвижная игра «Кого не стало»

Дети встают в круг. Инструктор по физкультуре просит внимательно посмотреть и запомнить, кто стоит в кругу-По команде инструктора: «Закрыли глаза! » дети честно закрывают глаза. Инструктор идет за кругом, дотрагиваясь до плеча 2—3 детей. Они тихо убегают за ширму. По команде инструктора: «Открыли глаза! » дети смотрят по кругу и отгадывают, кого не стало. Инструктор отмечает, кто был самым внимательным в игре и больше всех отгадал спрятавшихся товарищей. Игра повторяется 3—4 раза.

Карточка 11

Подвижная игра «Пятнашки» (с ленточками)

Дети стоят по кругу, у каждого игрока сзади закреплена за пояс лента. С помощью считалочки выбирают «пятнашку». По команде инструктора: «Разбежались! » дети разбегаются по всему залу, а «пятнашка» за ними бегает и старается выдернуть ленту. Тот, у кого выдернули ленту, считается проигравшим и выбывает из игры. По команде инструктора: «По местам! » оставшиеся игроки возвращаются в круг на свои места. Из пойманных игроков с помощью считалочки выбирается новый «пятнашка», и игра начинается заново. Игра проводится 3—4 раза. Побеждает тот «пятнашка», который больше всех поймает игроков.

Малоподвижная игра «Найди и промолчи»

Инструктор по физкультуре показывает яркую небольшую резиновую или мягкую игрушку, дети запоминают ее. Инструктор предлагает детям сесть на корточки и закрыть глаза. В это время инструктор быстро прячет ее и говорит, кто найдет игрушку, в руки ее не берет, пальцем на нее не показывает и в слух не говорит, где она спрятана. Кто из детей первый найдет игрушку, подходит к инструктору и на ухо говорит, где спрятана игрушка. Игра повторяется 3-4 раза. Ведущими этой игры могут быть сами дети.