

Подвижные игры для Подготовительной группы

Бездомный заяц

Волк во рву

Горелки

Два Мороза

Ловишка, бери ленту

Ловишки в звеньях

Ловля обезьян

Отгадай, чей голосок

Перебежки в парах

Скачет зайчик

Совушка

Солнышко

Чье звено скорее соберется ?

Шишки, желуди, орехи

Щука

Бездомный заяц

Играющие, за исключением двух водящих, разделяются на группы по 3-5 человек. С этой целью лучше всего построить их в круг и рассчитать по три или по пять, в зависимости от количества играющих. Группы образуют кружки и размещаются в разных местах площадки на расстоянии 2-4 м. В каждом кружке - логове - первый номер встает в середине и изображает зайца. Один из водящих - охотник, другой - заяц, не имеющий логова (бездомный). Водящие встают в стороне от кружков.

Руководитель дает команду для начала игры: "Раз, два, три!" На "раз" водящий заяц убегает, а на "три" охотник бросается его ловить. Заяц, спасаясь от охотника, может забежать в любое логово (кружок), в котором играющие держатся за руки. Тогда заяц, находившийся там, выбегает, а охотник начинает преследовать уже его. Если охотник поймает зайца, то они меняются ролями. После того как первые номера зайцев побегали, руководитель останавливает игру и предлагает стать зайцами вторым номерам, а первым занять места в кружках. Затем становятся зайцами третьи номера и т.д. Можно меняться ролями и следующим образом: каждый раз, когда заяц забежит в логово, он меняется местом с очередным игроком, стоящим в кружке. В заключение игры отмечают зайцы, ни разу не пойманные.

Правилами предусмотрено, что охотник может ловить зайца только вне логова. Пробегать зайцам через логово нельзя. Если заяц вбежал в логово, он должен там остаться. Как только заяц вбежал в логово, находящийся там игрок должен немедленно выбежать. Игроки, образующие кружок, не должны мешать зайцам вбегать и убегать.

Если играющих мало, то кружок образуют 2-3 человека. В данном случае вбегающий заяц встает спиной к любому из играющих. Оказавшийся сзади него убегает.

Волк во рву

Поперек площадки (зала) двумя параллельными линиями на расстоянии около 100 см одна от другой обозначен ров. В нем находится водящий - волк.

Остальные дети - козы. Они живут в доме (стоят за чертой вдоль границы зала). На противоположной стороне зала линией отделено поле. На слова воспитателя

"Козы, в поле, волк, во рву!" дети бегут из дома в поле и перепрыгивают по дороге через ров. Волк бегает во рву, стараясь осадить прыгающих коз. Осаленный отходит в сторону. Воспитатель говорит: "Козы, домой!" Козы бегут домой, перепрыгивая по пути через ров. После 2-3 перебежек выбирается или назначается другой водящий.

Указания. Коза считается пойманной, если волк коснулся ее в тот момент, когда она перепрыгивала ров, или если она попала в ров ногой. Для усложнения игры можно выбрать 2 волков.

Горелки

Играющие (11-13 детей) становятся в колонну парами. Впереди колонны (в 2-3 шагах) стоит ловящий, он смотрит вперед. Играющие хором произносят:

*Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло,
Глянь на небо -
Птички летят,
Колокольчики звенят !
Раз, два, три - беги !*

После слова "беги" дети, стоящие в колонне в последней паре, отпускают руки и бегут вперед вдоль колонны: один слева, а другой справа от нее. Они выбегают вперед и стараются снова взяться за руки и стать впереди ловящего. Ловящий старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и взяться за руки. Если ловящему удастся это сделать, он с пойманным образует новую пару, которая становится впереди колонны. Оставшийся без пары будет ловящим. Если ловящему не удалось поймать никого из пары, он продолжает выполнять свою роль. Игра заканчивается, когда все пары пробегут по одному разу. После этого выбирается новый водящий. Игра возобновляется.

Указания. Воспитатель следит, чтобы дети не выбегали из колонны раньше времени.

Два Мороза

На противоположных сторонах площадки линиями обозначаются два дома. Играющие располагаются в одном из домов. Двое водящих, два Мороза (Мороз - красный нос и Мороз - синий нос) становятся посередине площадки лицом к детям:

*Мы два брата молодые, Я Мороз - синий нос,
Два Мороза удалые, Кто из вас решится
Я Мороз - красный нос, В дороженьку пуститься ?*

Все играющие хором отвечают:

*Не боимся мы угроз,
И не страшен нам мороз !*

После этого они перебегают в другой дом, а Морозы стараются их заморозить (коснуться рукой). Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг Мороз. Они стоят так до окончания перебежки. Морозы подсчитывают, сколько играющих им удалось заморозить. После 2-3 перебежек выбирают новых Морозов. В конце игры подводится итог: какие Морозы заморозили больше играющих.

Указания. Игрок, который выбежит из дома до сигнала или остается в доме после него, тоже считается замороженным.

Ловишка, бери ленту

Играющие стоят по кругу. У каждого из них цветная ленточка, которая заклады-

вается сзади за пояс или ворот. В центре круга стоит ловишка. По сигналу воспитателя "беги" дети разбегаются по площадке. Ловишка бежит за играющими, стремясь взять у кого-нибудь из них ленточку. Лишившийся ленточки временно отходит в сторону. На слова воспитателя "Раз, два, три - в круг скорей беги!" дети строятся в круг. Ловишка подсчитывает количество взятых лент и возвращает их детям. Игра продолжается с новым ловишкой.

Указания. Один и тот же ловишка может водить 2-3 раза. Усложняется игровое задание за счет уменьшения длины ленточки.

Ловишки в звеньях

Дети делятся на два звена. Звенья становятся друг против друга. Запоминают каждый свой номер.

Первое звено держит руки ладошками вверх.

У второго звена руки опущены.

По сигналу водящего: Первый номер из второго звена бежит к первому номеру первого звена, хлопает о ладоши его 3 раза и быстро бежит обратно на свое место, его старается догнать первый номер, если догоняет, то идет в его звено. Выигрывает то звено, дети которого засадили больше игроков из другого звена. Переманит к себе.

Ловля обезьян

Изображающие обезьян дети располагаются на пособиях для лазанья по одну сторону площадки. 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 площадки и показывают задуманные движения. Обезьяны в это время быстро влезают на стенку и наблюдают оттуда за движениями ловцов. Прodelав движения, ловцы уходят в конец площадки, а обезьяны слезают с деревьев, приближаются к тому месту, где были ловцы, и подражают их движениям. По сигналу воспитателя "ловцы" обезьяны бегут 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.

Указания. Надо следить, чтобы дети не прыгивали со стены, а спускались вниз до последней перекладины. При повторении игры движения ловцов должны быть новыми.

Отгадай, чей голосок ?

Подготовка. Все играющие образуют круг. Один из играющих становится в середине круга с закрытыми глазами. Руководитель указывает на того, кто будет говорить или петь: "Скок, скок, скок".

Описание игры. Все играющие идут по кругу вправо и поют или говорят: "Мы составили все в круг, повернемся разом вдруг! На эти слова все поворачиваются на 360°" и продолжают далее: "А как скажешь - скок, скок, скок" (слова "скок, скок, скок" поет или говорит выбранный ребенок. Все останавливаются и заканчивают песню-речитатив словами: "Отгадай, чей голосок". Стоящий в центре с закрытыми глазами открывает их, и должен отгадать - кто сказал слова "скок, скок, скок" или показывает - откуда слышал голос. Узнанный идет в середину, а водящий в круг. Если водящий не угадывает, он продолжает стоять в середину круга.

Правила: 1. Слова "скок, скок, скок" поет или говорит только тот, на кого указал руководитель.

2. Водящий не имеет права открывать глаза до тех пор, пока не закончится

речитатив.

3. Если водящий не угадал два раза, он сменяется.

Перебежки в парах

На земле чертят два круга диаметром по 1,5 м каждый и на расстоянии 3-4 м один от другого. В каждый кружок встают по одному участнику игры, в руках у которого теннисный мяч.

По сигналу надо подбросить мячи вверх, а затем быстро поменяться местами с партнером, стараясь поймать брошенный им мяч. Можно провести эту игру и с гимнастическими палками. Каждый ставит палку вертикально в центре своего кружка, поддерживая сверху рукой. По сигналу руководителя надо перебежать в соседний кружок и успеть поймать палку партнера, пока она не упала. Можно устроить соревнования между двумя или несколькими командами.

Скачет зайчик

*Скачет зайчик по дороге,
Скачет зайчик быстроногий,
Раз, два, три, четыре, пять -
Как же зайку нам поймать.
Вот свернул в песочек зайка,
Поднял ушки: догоняй-ка !
Эй, ребята, не зевай.
Быстро зайку догоняй !*

Играющие образуют круг. Выбирают зайку. Он становится в середине круга. С началом стихотворения дети идут по кругу, а зайка прыгает внутри круга в сторону, противоположную общему движению. На строчку 4 все поворачиваются спиной в круг, а зайка в это время слегка, дотрагивается до кого-либо из детей. На 5 строчку играющие поворачиваются лицом в круг. А зайка выходит из круга.

На строчки 6-8 зайка скачет за кругом. С окончанием текста ребенка, которого осалили, старается его догнать. Если это ему удастся, то он становится новым зайкой.

Совушка

В одном из углов площадки обозначается гнездо совы. В гнезде находится водящий - сова. Остальные играющие бегают по площадке, изображая жуков, бабочек и других насекомых. Через некоторое время воспитатель говорит:

"Ночь!" Играющие замирают на месте в той позе, в какой их застала ночь.

Сова вылетает из своего гнезда. Медленно летит, машет крыльями и смотрит, не пошевелился ли кто. Того, кто пошевелился, сова уводит к себе в гнездо. А воспитатель говорит: "День!" Бабочки, жуки и другие опять начинают летать, кружиться, жужжать. После 2-3 вылетов совы на охоту подсчитывается число пойманных. Выбирается другая сова.

Указания. До начала игры воспитатель рассказывает о повадках совы, о том, что она хорошо видит ночью. Предупреждает, что сова должна следить одновременно за всеми насекомыми.

Солнышко

*Солнышко, солнышко,
Погуляй у реки,
Солнышко, солнышко,
Раскидай колечки !
Мы колечки соберем,*

*Золоченые возьмем.
Покатаем, поиграем
И тебе назад вернем.*

Играющие образуют круг. В центре круга - "Солнышко". В руках у него 4 обруча желтого цвета.

На строчки 1-4 все идут вправо по кругу. Солнышко движется влево, раскладывая обручи ближе к играющим. На строки 5-7 дети, стоящие рядом с обручем берут его и образуют маленький круг (всего 4).

На 8 строку играющие выстраиваются в общий круг, обручи кладут на пол. По сигналу бубна все разбегаются врассыпную, по следующему сигналу каждая команда собирается у своего обруча.

Чье звено скорее соберется ?

Играющие делятся на несколько групп с одинаковым числом детей. Каждая группа выбирает ведущего и становится за ним в колонну. Воспитатель раздает ведущим ленточки разного цвета. По цвету ленточки звено получает наименование - "зеленые", "синие", "красные", и т.п. Воспитатель ударяет в бубен, все играющие начинают ходить, бегать, прыгать по площадке в разных направлениях, меняя движения в зависимости от задаваемого воспитателем темпа и ритма. По сигналу "на места" водящие останавливаются на том месте, где их застал сигнал, и поднимают ленточку вверх. Остальные быстро собираются за водящим в колонны, равняются и стоят по стойке "смирно". Воспитатель отмечает, какое звено собралось первым.

Вариант. Когда все находятся в движении, воспитатель говорит: "Стой!" Все играющие останавливаются и закрывают глаза, а водящие тем временем перебегают на другие места, поднимают ленточки и замирают. Воспитатель произносит: "На места!" Дети открывают глаза и спешат построиться за своим водящим.

Указания. В игре можно использовать разные построения и положения: в шеренги, в круги, сесть на пол по-турецки, остановиться на одной ноге и т.п. Можно ввести условие: "Делай, как водящий", тогда, построившись в звенья, дети принимают позу, показанную водящим.

Шишки, желуди, орехи

В середине круга водящий, а остальные, разбившись по тройкам, становятся один за другим лицом к центру (первый номер - в трех-четыре шагах от входящего. Ведущий дает всем играющим названия: первые в тройках - шишки, вторые - желуди, третьи - орехи.

По сигналу водящий громко говорит, например: "Орехи!" Все играющие, названные орехами, должны поменяться местами, а водящий стремится стать на любое освободившееся место. Если ему это удастся, то игрок, оставшийся без места, становится водящим.

Если водящий скажет: "Желуди!" - меняются местами стоящие вторыми в тройках, если: "Шишки!" - меняются местами стоящие в тройках первыми. Когда игра освоена, водящему можно вызывать двух или трех игроков в тройках, например: "Шишки! Орехи!" Вызванные также должны поменяться местами.

Побеждают игроки, которые ни разу не были водящими.

Правила игры запрещают вызванным оставаться на месте, не перебегая в какую-нибудь другую тройку. Такой игрок идет водить. При повторении игры каждую

тройку можно построить не в колонну, а в кружок.

Щука

Дети становятся в круг, в центр водящий с мячом, он садится на корточки и все дети начинают катать друг другу мяч со словами:

Мимо леса, мимо дач,

Плыл по речке красный мяч,

Увидала щука, -

Что это за штука ?

После слов ведущий встает и выполняет ведение мяча на месте:

Хвать, хвать, не поймать,

Мячик вынырнул опять.

Водящий бросает мяч любому ребенку, который становится водящим.