



**ПОДВИЖНЫЕ
ИГРЫ**



СТАРШИЙ
ДОШКОЛЬНЫЙ
ВОЗРАСТ





“ ЛЕТАЕТ - НЕ ЛЕТАЕТ! ”

ЦЕЛЬ:

**СОВЕРШЕНСТВОВАТЬ УМЕНИЕ ДЕТЕЙ ЛОВИТЬ И
БРОСАТЬ МЯЧ ВОДЯЩЕМУ.**

ХОД ИГРЫ:

**ДЕТИ СТОЯТ В КРУГУ.
В СЕРЕДИНЕ - ВОДЯЩИЙ.
ОН ДЕРЖИТ МЯЧ В РУКАХ.
ПООЧЕРЕДНО БРОСАЕТ МЯЧ ПО КРУГУ КАЖДОМУ
РЕБЁНКУ, ПРИ ЭТОМ НАЗЫВАЕТ ПРЕДМЕТ.
ЕСЛИ ЭТОТ ПРЕДМЕТ ЛЕТАЕТ, ТО РЕБЁНОК ЛОВИТ МЯЧ
И ГОВОРИТ “ЛЕТАЕТ”. ЕСЛИ ПРЕДМЕТ НЕ ЛЕТАЕТ,
ТО РЕБЕНОК НЕ ТРОГАЕТ МЯЧ.**



“ЛОВИШКА, БЕРИ ЛЕНТУ!”



ЦЕЛЬ:

**СОВЕРШЕНСТВОВАТЬ УМЕНИЕ ДЕТЕЙ
БЕГАТЬ С УСКОРЕНИЕМ И УВЕРЬВАНИЕМ,
ЧЁТКОЕ ВЫПОЛНЕНИЕ ПРАВИЛ ИГРЫ.**

ХОД ИГРЫ:

ИГРАЮЩИЕ СТАНОВЯТСЯ В КРУГ. ВЫБИРАЕТСЯ ЛОВИШКА. ВСЕ, КРОМЕ ЛОВИШКИ ПОЛУЧАЮТ ЛЕНТОЧКУ, КОТОРУЮ ЗАКЛАДЫВАЮТ СЗАДИ ЗА ПОЯС ИЛИ ВОРОТ ЛОВИШКА ВСТАЁТ В ЦЕНТРЕ КРУГА. ПО СИГНАЛУ ВОСПИТАТЕЛЯ “БЕГИ!” - ДЕТИ РАЗБЕГАЮТСЯ ПО ПЛОЩАДКЕ. ЛОВИШКА БЕГАЕТ ЗА ИГРАЮЩИМИ, СТРЕМЯСЬ ВЪПЯНУТЬ У КОГО - НИБУДЬ ИЗ НИХ ЛЕНТОЧКУ. РЕБЁНОК, ЛИШИВШИЙСЯ ЛЕНТОЧКИ ВРЕМЕННО ОТХОДИТ В СТОРОНУ. ЕМУ ВОСПИТАТЕЛЬ ПРЕДЛАГАЕТ ВЫПОЛНИТЬ НЕСКОЛЬКО УПРАЖНЕНИЙ ПО ЖЕЛАНИЮ.



“ ПИНГВИНЫ ”



ЦЕЛЬ:

ТРЕНИРОВАТЬ ДЕТЕЙ В ПРЫЖКАХ С МЕШОЧКОМ,
ЗАЖАТЫМ МЕЖДУ НОГ.

ХОДИ ИГРЫ:

ДЕТИ СТОЯТ НА ОДНОЙ СТОРОНЕ ПЛОЩАДКИ - ЭТО
ДОМИК ПИНГВИНОВ. ЧЕРЕЗ 4 - 5 МЕТРОВ ПРОВОДИТСЯ
ВТОРАЯ ЧЕРТА - ЭТО ЛЬДИНА. ПО СИГНАЛУ
ВОСПИТАТЕЛЯ "ИДИТЕ ГУЛЯТЬ" - ДЕТИ ПЕРЕДВИГАЮТСЯ
ПО ПОЛЮ ПРЫЖКАМИ С ЗАЖАТЫМ МЕШОЧКОМ.
ТОТ РЕБЕНОК, У КОТОРОГО МЕШОЧЕК
УПАЛ - ВОЗВРАЩАЕТСЯ В ДОМИК. ПОБЕЖДАЕТ РЕБЕНОК,
КОТОРЫЙ ДОЛЬШЕ ВСЕХ ПРЫГАЛ ПО ПОЛЮ.



“ПРОПОЛЗИ - НЕ ЗАДЕНЬ!”



ЦЕЛЬ:

СОВЕРШЕНСТВОВАТЬ УМЕНИЕ ДЕТЕЙ ПРОПОЛЗАТЬ ПОД ПРЕПЯТСТВИЯМИ РАЗНЫМИ СПОСОБАМИ.

ХОД ИГРЫ:

ПО СЕРЕДИНЕ ЗАЛА ПРОТЯГИВАЕТСЯ ШНУР НА ВЫСОТЕ 50 СМ, НА КОТОРЫЙ ПОДВЕШЕНЫ КОЛОКОЛЬЧИКИ ПО КОЛИЧЕСТВУ ДЕТЕЙ. ДЕТИ ДЕЛЯТСЯ НА ДВЕ ШЕРЕНГИ. ПЕРВАЯ ШЕРЕНГА СТОИТ С ОДНОЙ СТОРОНЫ ПЛОЩАДКИ, А ВТОРАЯ С ДРУГОЙ. ВОСПИТАТЕЛЬ ДАЁТ УКАЗАНИЕ: КАКАЯ ШЕРЕНГА И КАКИМ СПОСОБОМ ДОЛЖНА ПРОЛЕЗТЬ ПОД ШНУРОМ. ДЕТИ ВТОРОЙ ШЕРЕНГИ ЗАМЕЧАЮТ, ЧЕЙ КОЛОКОЛЬЧИК ПРОЗВЕНЕЛ. ЗАТЕМ ДЕТИ МЕНЯЮТСЯ МЕСТАМИ.



“УДОЧКА”



ЦЕЛЬ:

СОВЕРШЕНСТВОВАТЬ УМЕНИЕ ДЕТЕЙ ОТПАЛКИВАТЬСЯ
ИНТЕНСИВНО ОТ ПОВЕРХНОСТИ И ПОДТЯГИВАТЬ НОГИ
ВО ВРЕМЯ ПРЫЖКА.

ХОД ИГРЫ:

ДЕТИ СТОЯТ ПО КРУГУ. ВОСПИТАТЕЛЬ - В ЦЕНТРЕ КРУГА.
ОН ДЕРЖИТ В РУКАХ ШНУР, НА КОНЦЕ КОТОРОГО
ПРИВЯЗАН МЕШОЧЕК С ПЕСКОМ.
ВОСПИТАТЕЛЬ ВРАЩАЕТ ШНУР ПО КРУГУ НАД САМОЙ
ЗЕМЛЕЙ, А ДЕТИ ПОДПРЫГИВАЮТ ВВЕРХ, СТАРАЯСЬ,
ЧТОБЫ МЕШОЧЕК НЕ ЗАДЕЛ ИХ НОГИ.





“МЯЧ О СТЕНКУ”

ЦЕЛЬ:

**СОВЕРШЕНСТВОВАТЬ УМЕНИЕ ДЕТЕЙ БРОСАТЬ МЯЧ
О СТЕНКУ РАЗНЫМИ СПОСОБАМИ И ЛОВИТЬ ЕГО
ПОСЛЕ ОТСКОКА ОТ СТЕНКИ.
РАЗВИВАТЬ ЛОВКОСТЬ, КООРДИНАЦИЮ.**

ХОД ИГРЫ:

**ПОДГРУППА ДЕТЕЙ ВЫСТРАИВАЕТСЯ В ШЕРЕНГУ ПЕРЕД
СТЕНОЙ. ОДНОВРЕМЕННО ПО СИГНАЛУ БРОСАЮТ
МЯЧ, УКАЗАННЫМ ВОСПИТАТЕЛЕМ СПОСОБОМ
(ОТ ГРУДИ, СНИЗУ, ИЗ - ЗА ГОЛОВЫ), ЗАТЕМ ПОСЛЕ
ОТСКОКА ЕГО ЛОВЯТ. ВОСПИТАТЕЛЬ ОТМЕЧАЕТ
САМОГО ЛОВКОГО РЕБЕНКА.**

УСЛОЖНЕНИЕ

**ДЕТИ ВЫСТРАИВАЮТСЯ В ДВЕ ШЕРЕНГИ,
ПЕРВАЯ ШЕРЕНГА БРОСАЕТ МЯЧ О СТЕНКУ.
ДЕТИ ВТОРОЙ ШЕРЕНГИ ЛОВЯТ ЕГО.**



“ПОПАДИ В КОРЗИНУ”



ЦЕЛЬ:

ЗАКРЕПЛЯТЬ УМЕНИЕ ДЕТЕЙ БРОСАТЬ МЯЧ В ГОРИЗОНТАЛЬНУЮ ЦЕЛЬ; РАЗВИВАТЬ МЕТКОСТЬ, КООРДИНАЦИЮ ДВИЖЕНИЙ, ЛОВКОСТЬ.

ХОД ИГРЫ:

ДЕТИ ДЕЛЯТСЯ НА 2 - 3 КОМАНДЫ. НАПРОТИВ КАЖДОЙ КОМАНДЫ СТАВИТСЯ КОРЗИНА НА РАССТОЯНИИ 3 - 3,5 М. У КАЖДОГО РЕБЁНКА В РУКАХ ПО ОДНОМУ МЕШОЧКУ (МЯЧУ). ПО СИГНАЛУ ВОСПИТАТЕЛЯ ДЕТИ ПО ОЧЕРЕДИ БРОСАЮТ ИХ В КОРЗИНУ. ПОСЛЕ ТОГО, КАК ВСЕ ДЕТИ БРОСИЛИ МЕШОЧКИ, ВОСПИТАТЕЛЬ ПОДСЧИТЫВАЕТ КОЛИЧЕСТВО ПОПАДАНИЙ.

ВЫИГРЫВАЕТ ТА КОМАНДА, В КОРЗИНЕ КОТОРОЙ БОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО МЕШОЧКОВ.



“ОХОТНИКИ И ЗАЙЦЫ”



ЦЕЛЬ:

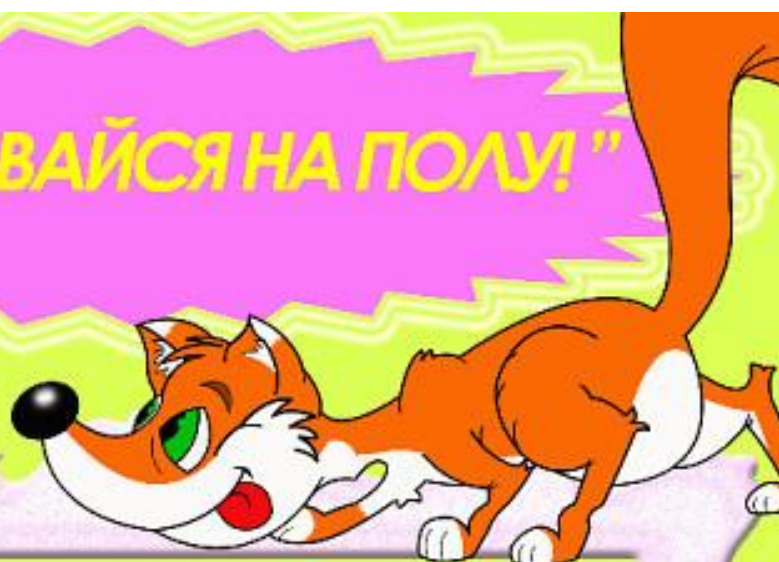
ТРЕНИРОВАТЬ ДЕТЕЙ В ПРЫЖКАХ НА ДВУХ НОГАХ, ЛЕВОЙ И ПРАВОЙ НОГЕ ПООЧЕРЕДНО, РАЗВИВАТЬ МЕТКОСТЬ, СКОРОСТНЫЕ РЕАКЦИИ ДЕТЕЙ.

ХОД ИГРЫ:

ИЗ ЧИСЛА ИГРОКОВ ВЫБИРАЮТ ВОДЯЩЕГО - ОХОТНИКА, ОСТАЛЬНЫЕ ЗАЙЦЫ. НА ОДНОЙ СТОРОНЕ ПЛОЩАДКИ ОТВОДИТСЯ МЕСТО ДЛЯ ОХОТНИКА, НА ДРУГОЙ - ДОМ ЗАЙЦЕВ. ОХОТНИК ХОДИТ ПО ЗАЛУ, ИМИТИРУЯ ПОИСК СЛЕДОВ ЗАЙЦЕВ, А ЗАТЕМ ВОЗВРАЩАЕТСЯ К СЕБЕ В ДОМ. ЗАЙЦЫ ВЫПРЫГИВАЮТ ИЗ ДОМА И НАЧИНАЮТ ПРЫГАТЬ ПО ВСЕМУ ЗАЛУ НА ДВУХ НОГАХ, НА ЛЕВОЙ И ПРАВОЙ НОГАХ ПОПЕРЕМЕННО В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ. ПО СИГНАЛУ “ОХОТНИКИ!” - ЗАЙЦЫ УБЕГАЮТ К СЕБЕ В ДОМ, А ОХОТНИК БРОСАЕТ В НИХ МЯЧ (МЯГКИЙ) ТЕ, В КОГО ОХОТНИК ПОПАЛ СЧИТАЮТСЯ ПОЙМАННЫМИ И ВЫХОДЯТ ИЗ ИГРЫ. ПОСЛЕ КАЖДОЙ ОХОТЫ МЕНЯЕТСЯ ОХОТНИК.



"НЕ ОСТАВАЙСЯ НА ПОЛУ!"



ЦЕЛЬ:

ПРОДОЛЖАТЬ УЧИТЬ ДЕТЕЙ ВПРЫГИВАТЬ НА ВОЗВЫШЕННОСТЬ, СПРЫГИВАТЬ В ГЛУБИНУ, РАЗВИВАТЬ КООРДИНАЦИЮ И ЛОВКОСТЬ ДЕТЕЙ.

ХОД ИГРЫ:

ИГРА ПРОВОДИТСЯ В ТОЙ ЧАСТИ ЗАЛА, ГДЕ ЕСТЬ ГИМНАСТИЧЕСКАЯ СТЕНКА, ГИМНАСТИЧЕСКАЯ СКАМЕЙКА И ДРУГИЕ ПРЕДМЕТЫ, ВЫСОТА КОТОРЫХ НЕ ВЫШЕ 30 СМ.

ИЗ ЧИСЛА ИГРОКОВ ВЫБИРАЕТСЯ ЛОВИШКА. ЕМУ НА РУКУ ПОВЯЗЫВАЮТ ЦВЕТНУЮ ЛЕНТОЧКУ. ДЕТИ РАЗМЕЩАЮТСЯ НА СНАРЯДАХ. С НАЧАЛОМ МУЗЫКИ ДЕТИ СПРЫГИВАЮТ С ПРЕДМЕТОВ И БЕГАЮТ ПО ЗАЛУ.

ЛОВИШКА ПРИНИМАЕТ УЧАСТИЕ В БЕГЕ ПО СИГНАЛУ ВОСПИТАТЕЛЯ "ЛОВИ!" ЛОВИШКА ЛОВИТ ТЕХ ДЕТЕЙ, КОТОРЫЕ НЕ УСПЕЛИ ВСТАТЬ НА ВОЗВЫШЕННОСТЬ.



