

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ





МЫШЕЛОВКА

Дети распределяются на две группы. Одна образует круг – мышеловку. Остальные изображают мышей и находятся вне круга. Дети изображающие мышеловку, берутся за руки, идут 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!**

По окончанию слов дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. Мыши вбегают и выбегают из мышеловки. По сигналу «**ХЛОП!**» дети опускают руки и приседают. Те, кто в кругу – пойманные мыши.

БЫСТРО ВОЗЬМИ

Из кубиков образуют круг, но кубиков на два меньше, количества играющих. Дети стоят по кругу. Педагог дает задание: бег (прыжки галопом, подскоки, бег спиной, прыжки на одной ноге или др.) Педагог говорит: «**БЫСТРО ВОЗЬМИ!**». Каждый из играющих должен взять один кубик. Тот, кто остался без предмета, считается проигравшим.



МЫ – ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА

Дети стоят за чертой на одной из сторон площадки (на противоположной стороне так же проведена черта). Примерно на середине площадки, между двумя линиями стоит водящий, выбранный по считалке.

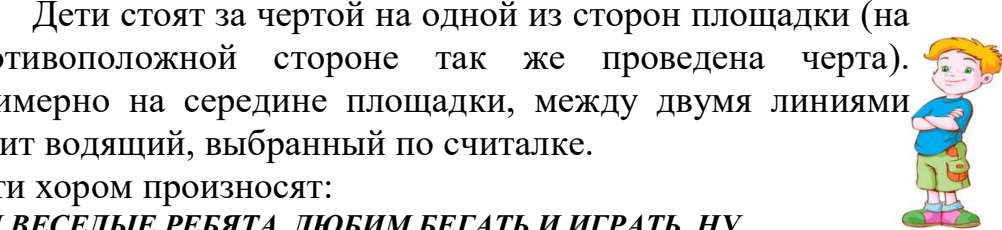
Дети хором произносят:
**МЫ ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА, ЛЮБИМ БЕГАТЬ И ИГРАТЬ. НУ,
ПОПРОБУЙ НАС ДОГНАТЬ!
1 – 2 – 3 – ЛОВИ!**

После слова «**ЛОВИ!**» дети перебегают на другую сторону площадки, а водящий старается догнать бегущих. Кого водящий поймает, до пересечения черты, тот отходит в сторону.

Варианты: водящий сбоку; водящий сзади – дети лицом к водящему; одна шеренга (догоняющие) на коленях у стены, другая лицом к ним; догоняющие лежат на животе – другие на коленях лицом к направлению.

УДОЧКА

Играющие становятся по кругу, в центре находится водящий (рыбак), он держит в руках веревку с привязанным на конце мешочком с песком (удочка). Педагог вращает веревку с мешочком, а дети (рыбки) прыгают на двух ногах вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел ног. Описав 2-3 круга мешочком, педагог делает паузу, во время которой подсчитывает количество пойманных.





ХИТРАЯ ЛИСА



ГОРЕЛКИ



Дети становятся в круг.
**ХОДИТ, БРОДИТ ВДОЛЬ СЕЛА
ПЛУТОВКА – РЫЖАЯ ЛИСА.
КАК ЕЕ НАМ УВИДАТЬ?
ЛАП ПЛУТОВКИ ИЗБЕЖАТЬ.**

Выбирается водящий, у него в руках маленькая резиновая игрушка – лиса. У детей руки спрятаны за спину, глаза закрыты. Водящий идет за кругом, кладет кому-нибудь в руки игрушку и встает вместе с детьми в круг. Дети открывают глаза и спрашивают 3 раза (вначале тихо, а потом громче): «**ХИТРАЯ ЛИСА, ТЫ ГДЕ?**». Ребенок, у которого в руке игрушка, выходит в центр круга, поднимает игрушку вверх и говорит: «**Я ЗДЕСЬ!**». Дети разбегаются, а лиса их ловит, дотрагиваясь игрушкой. Те, кого лиса коснулась, садятся на скамейку. После того, как лиса поймает 2-3 детей, воспитатель произносит: «**РАЗ, ДВА, ТРИ – В КРУГ СКОРЕЙ БЬЕГИ!**» и игра начинается вновь.

МЯЧ ВОДЯЩЕМУ

Играющие делятся на 2-3 команды каждая команда строиться в круг, в центре каждого круга находится водящий с мячом в руках. Водящий перебрасывает мяч игрокам своего круга поочередно и получает его обратно. Когда мяч обойдет всех игроков, то водящий поднимает мяч над головой и говорит: «Готово». Побеждает команда сделавшее все быстрее остальных.



Играющие строятся в две колонны, взявшись за руки, впереди – водящий. Дети хором говорят:
**ГОРИ, ГОРИ ЯСНО, ЧТОБЫ НЕ ПОГАСЛО.
ГЛЯНЬ НА НЕБО: ПТИЧКИ ЛЕТАТ,
КОЛОКОЛЬЧИКИ ЗВЕНЯТ!
РАЗ, ДВА, ТРИ – БЕГИ!**

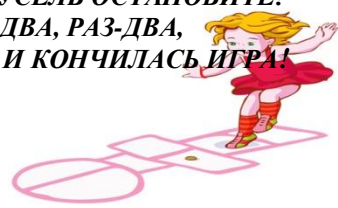
После слова «**БЕГИ!**» стоящие в последней паре опускают руки и бегают в начало колонны – один справа, другой слева от нее. Водящий пытается поймать одного из детей, прежде чем он успеет опять взяться за руки со своим партнером. Если водящему удастся это сделать, то он берется за руки с пойманным, и они становятся впереди колонны. Оставшийся без пары становится водящим. Для увеличения двигательной активности можно разделить на две команды.



КАРУСЕЛЬ

Дети образуют круг, держась одной рукой за веревку, концы которой связаны. Идут по кругу сначала медленно, потом быстрее. Движения выполняются в соответствии с текстом:

**ЕЛЕ-ЕЛЕ, ЕЛЕ-ЕЛЕ
ЗАКРУЖИЛИСЬ КАРУСЕЛИ,
А ПОТОМ КРУГОМ, КРУГОМ,
ВСЕ БЕГОМ, БЕГОМ, БЕГОМ.
ТИШЕ, ТИШЕ, НЕ СПЕШИТЕ!
КАРУСЕЛЬ ОСТАНОВИТЕ!
РАЗ-ДВА, РАЗ-ДВА,
ВОТ И КОНЧИЛАСЬ ИГРА!**





ГУСИ-ЛИБЕДИ

На одной стороне зала – дом, в котором живут гуси. На противоположной стороне – пастух. Сбоку от дома логово волка, остальное место – луг. Выбирают детей на роль волка и пастуха, остальные – гуси. Пастух выгоняет гусей на луг.

Пастух. **ГУСИ, ГУСИ!** Отвечают: Га-га-га!

Пастух. **ЕСТЬ ХОТИТЕ?** Да! Да! Да!

Пастух. **ТАК ЛЕТИТЕ!**

Гуси. **НАМ НЕЛЬЗЯ:
СЕРЫЙ ВОЛК ПОД ГОРОЙ
НЕ ПУСКАЕТ НАС ДОМОЙ.**

Пастух. **ТАК ЛЕТИТЕ, КАК ХОТИТЕ,
ТОЛЬКО КРЫЛЬЯ БЕРЕГИТЕ!**

Гуси, расправив крылья, летят через луг домой, а волк старается их поймать. Пойманные гуси идут в логово.

После двух перебежек подсчитывается количество пойманных гусей. Затем выбирается другой волк и пастух.

КЛАССИКИ

Дети строятся в две колонны. Перед ними разложены обручи в виде классиков: два, один, два, один, два. По сигналу педагога, дети прыгают через обручи туда и обратно, передают эстафету следующему из своей команды легким хлопком по руке и встает в конец колонны.



ЗАТЕЙНИКИ

Дети стоят по кругу. В центре круга водящий – затейник. Дети идут вправо или влево и говорят: **РОВНЫМ КРУГОМ, ДРУГ ЗА ДРУГОМ, МЫ ИДЕМ ЗА ШАГОМ ШАГ. СТОЙ НА МЕСТЕ, ДРУЖНО ВМЕСТЕ СДЕЛАЕМ ... ВОТ ТАК.**

По окончании текста дети останавливаются. Затейник показывает какое-либо движение, играющие повторяют его. Затейника сменяет другой ребенок, и игра продолжается. Каждый затейник сам придумывает движение, которое еще не было показано.



Играющие располагаются вокруг шнура, выложенного на полу в форме круга. В центре круга двое водящих. По сигналу воспитателя дети прыгают на двух ногах в круг и обратно из круга по мере приближения ловишек. Игрок, которого успели запятнать, получает штрафное очко. Через 50 секунд игра останавливается, подсчитываются проигравшие, игра повторяется с новыми водящими





СОВУШКА

ПОЖАРНЫЕ НА УЧЕНИИ

На площадке обозначается гнездо совы (круг). Остальные – мышки, бабочки, жуки – располагаются по всему залу. по сигналу «ДЕНЬ!» - оживают, бегают; «НОЧЬ!» - замирают. Совушка просыпается, вылетает из гнезда и того, кто пошевелиться, отводит в свое гнездо.

Дети делятся на две команды и по сигналу стоящие первыми бегут к пролету гимнастической стенки, быстро влезают на нее с целью позвонить в колокольчик, висящий на самой последней рейке.

Проигравшим считается тот, кто позвонил вторым или пропускал рейки при влезании. Победившему флажок.

То же выполняют и последующие пары.

Усложнение: бег – подлезание под дугу высотой 60см – лазанье.

**ДО УТРА СОВА ИСКАЛА,
УТРОМ ВИДЕТЬ ПЕРЕСТАЛА.
СЕЛА, СТАРАЯ, НА ДУБ
И ГЛАЗАМИ ЛУП ДА ЛУП.**

МЕДВЕДЬ И ПЧЕЛЫ

с лазаньем

По середине площадки проводятся две параллельные черты на расстоянии 70см – 100см одна от другой – это ров. У одной из сторон площадки на расстоянии 2-3 шагов от нее «ДОМ КОЗ», а «ВОЛК» во рву. По сигналу «КОЗЫ НА ЛУГ!» они перепрыгивают через ров и гуляют на лугу, на сигнал: «КОЗЫ, ДОМОЙ!» они перепрыгивают через ров, а волк их ловит. Пойманные отходят в конец рва. После 2-3 пробежек все пойманные козы возвращаются домой.

2 вариант: два волка.

Играющие делятся на две группы – медведи и пчелы. На расстоянии 3-5м вправо от вышки очерчивается лес, а на расстоянии 8-9м с другой стороны – луг. Пчелы на вышке (улей). По сигналу, пчелы летят на луг, жужжат. Как только пчелы улетят, медведи залезают на вышку, едят мед. На сигнал «МЕДВЕДИ!» пчелы летят к ульям и жалят медведей. Затем пчелы возвращаются в улей и игра повторяется.

После 2-3 повторений, меняются местами

ВОЛК ВО РВУ





МОРОЗ КРАСНЫЙ НОС

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, играющие располагаются в одном из домов. Водящий – Мороз Красный нос становится по середине площадки лицом к играющим и произносит:

Я Мороз Красный нос.

Кто из вас решиться

В путь дороженьку пуститься?

Дети хором отвечают:

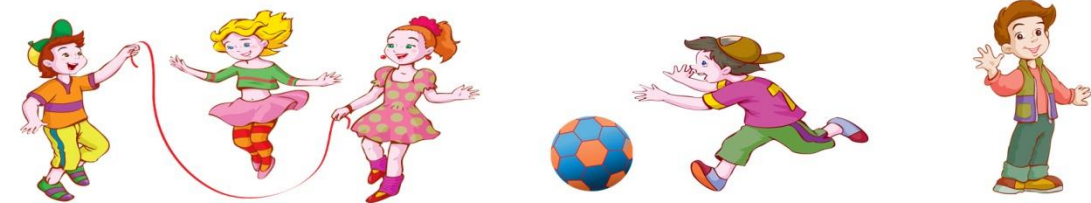
Не боимся мы угроз,

И не страшен нам Мороз.

После слова мороз дети перебегают через площадку в другой дом, а водящий догоняет их и старается коснуться рукой, «заморозить». «Замороженные» останавливаются на том месте где до них дотронулись, и до конца перебежки стоят не двигаясь. Воспитатель вместе с детьми подсчитывает замороженных. После каждой перебежки выбирают нового Мороза.

ЛОВИШКИ-ПЕРЕБЕЖКИ

Группа детей становится на одной стороне площадки за чертой, на противоположной стороне тоже проведена черта. На середине между двумя линиями, находится ловишка. После слов «Раз, два, три – лови!» - дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка их ловит. До кого дотронулись, выходит из игры. После 2-3х перебежек проводится подсчет пойманных и выбирается новый ловишка.



ОХОТНИКИ И ЗАЙЦЫ

Из числа играющих выбирается охотник, остальные - зайцы. Они сидят в кустах (за скамейкой, шнуром) на расстоянии 3-4м от кустов чертится круг – дом охотников. У ног охотников по 2-3 малых мяча. По сигналу зайцы выбегают, щиплют травку, прыгают. По сигналу «ОХОТНИК!» зайцы убегают, а охотник стреляет в них, т.е. бросает мяч (в ноги). В кого попал мяч – тот идет в дом к охотнику.

2 вариант. Звери могут не сдвигаться с места, но можно отклоняться, приседать, подпрыгивать.

КАРАСИ И ЩУКА

Одного ребенка выбирают «щукой». Остальные дети делятся на две подгруппы: одна из них образует круг это камешки, а другая караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за кругом. По сигналу воспитателя «Щука» ребенок вбегает в круг и старается поймать карасей. Караси прячутся за камешки – приседая за кем-нибудь из стоящих по кругу детей. Щука ловит тех кто не успел спрятаться, и уводит их за круг. Затем подсчитывают пойманных и выбирают новую щуку. Дети стоящие по кругу меняются с теми кто был в кругу.



|