|  |  |
| --- | --- |
| **1.Подвижная игра «Совушка» (подг. группа)**  **Цель:** учить ориентироваться в пространстве, развивать интерес к игре.  **Описание.** Выбирают водящего - "совушку", остальные дети изображают птичек.  Птички свободно бегают по площадке, размахивая руками, как крыльями.  "Совушка" сидит в дупле (обозначенное на площадке место).  Когда вожатый произнесет слово "Ночь", совушка вылетает из дупла и бегает по площадке, зорко следя за птичками.  Птички по сигналу "Ночь" должны остановится на месте и не двигаться.  Кто пошевелится, того "совушка" уводит в свой дом, и сама снова выбегает на площадку.  Когда вожатый скажет "День", "совушка" прячется в дупло, а птички, кроме уведенных совушкой, начинают летать.  Игра прерывается, когда совушка уведет к себе 3-х птичек.  Тогда выбирают новую совушку и игра возобновляется. | **2.Подвижная игра «Перемени предмет» (подг. Группа)**  **Цель.** Продолжать развивать моторику рук, ловкость, умение быстро выполнять задание, действовать сообща.  **Описание.** Играющие встают у черты в 2-3 колонны по 4-5 человек в каждой. На другой стороне площадки, против каждой колонны, в кругу или на стуле лежит один кубик. У детей, стоящих в колоннах первыми, - мешочек с песком. По сигналу воспитателя они бегут к стулу, кладут на него мешочек, берут кубик и бегут обратно. Встав на свое место, они поднимают принесенный предмет вверх. Тот, кто оказался первым, получает флажок. Затем прибежавшие передают принесенный предмет следующим в колонне, а сами идут в конец ее. Игра продолжается, и всегда ребенку, прибежавшему первым, вручается флажок. Когда все дети пробегут по одному разу, отмечают, в какой колонне флажков больше. |
| **3.Подвижная игра «Ловишка, бери ленту»** **(подг. группа)**  **Цель:** учить детей бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, действовать по сигналу быстро. Развивать ориентировку в пространстве, умение менять направление.  **Описание:** дети строятся в круг, у каждого имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга стоит Ловишка. По сигналу воспитателя: «Раз, два, три – лови!» дети разбегаются по площадке. Ловишка старается вытянуть ленточку. По сигналу: «Раз, два, три в круг скорей беги – все дети строятся в круг». После подсчета пойманных, игра повторяется.  **Варианты:**  чертится круг в центре стоит Ловишка. По сигналу «Раз, два, три лови» дети перебегают круг, а Ловишка пытается схватить ленту. | **4.Подвижная игра «Горелки» (подг. группа)**  **Цель.** Упражнять в беге, реагировать на сигнал, соблюдать правила игры.  **Описание:** Дети становятся в круг и держатся за руки. Внутри круга находится водящий. Дети хором повторяют слова:  *Гори, гори ясно, Чтобы не погасло, Глянь на небо — Птички летят, Колокольчики звенят! Раз! Два! Три! Беги!*  Как только участники произнесут слово «Беги!», стоящая напротив ведущего пара отпускает руки и бегут вокруг вперед, один с правой стороны, другой — с левой. Их задача — выбежать вперед, встать перед водящим и снова взяться за руки. |

|  |  |
| --- | --- |
| **5.Подвижная игра «Удочка» (подг. группа)**  **Цель:** упражнять в прыжках на месте; развивать ловкость, координацию движений, внимание.  Материал: веревочка длиной 3-4 м. с мешочком, наполненным песком или скакалка.  **Описание.** Игра проводится в зале или на площадке. Играющие становятся в круг, в центре стоит водящий с веревочкой в руках. Водящий начинает вращать веревочку так, чтобы мешочек скользил по полу под ногами подпрыгивающих игроков. Задевший мешочек становится в центр круга и вращает веревочку, а бывший водящий идет на его место. Выигрывает тот, кто ни разу не задел веревочку. При вращении веревочки нельзя отходить со своего места. | **6.Подвижная игра «Жмурки» (подг. группа)**  **Задачи:** учить детей бегать по площадке врассыпную, двигаться с завязанными глазами, слушая предупредительные сигналы. Развивать умение быстро перемещаться по залу, ловкость, быстроту действий.  **Описание игры**: выбирается водящий – жмурка. Он встаёт в середину комнаты, ему завязывают глаза, поворачивают несколько раз вокруг себя. Затем все дети разбегаются по комнате, а Ловишка старается кого-нибудь поймать. При виде какой-либо опасности для жмурки дети должны предупредить словом «Огонь!». Поймав кого-нибудь жмурка передаёт свою роль пойманному.  **Правила:** завязанную на глаза повязку не снимать и не подглядывать. |
| **7.Подвижная игра «Гуси-гуси» (подг. группа)**  **Цель:** продолжать учить соотносить собственные действия с действиями участников игры; научить бегущего уворачиваться и диалоговой речи, воспитывать дружеские отношения.  **Описание.** На одном краю зала обозначается дом, в котором находятся гуси. На противоположной стоит – пастух. Сбоку – логово, в котором живет волк. Остальное – луг. Выбираются дети исполняющие роли пастуха и волка, остальные – гуси. Пастух выгоняет гусей на луг, она пасутся.  Пастух: *Гуси, Гуси!*  Гуси: *Га-га-га!*  Пастух: *Есть хотите?*  Гуси: *Да-да-да?*  Пастух: *Так летите!*  Гуси: *Нам нельзя, серый волк под горой не пускает нас домой!*  Пастух: *Ну летите как хотите, только крылья берегите!*  Гуси, расправив крылья летят, а волк старается их поймать. После нескольких перебежек подсчитывается количество пойманных. | **8.Подвижная игра «Мы весёлые ребята» (подг. группа)**  **Цель:** научить ходить и бегать на ограниченной площади; учить чётко проговаривать текст в игре, соблюдать правила игры, действовать быстро, ловко; повышать двигательную активность.  **Описание.** Дети стоят по одной стороне площадки, за чертой. На противоположной стороне площадки также проведена черта. Сбоку от детей, примерно на середине между двумя линиями, находится ловишка. Ловишка назначается воспитателем или выбирается детьми. Дети хором произносят:  *Мы весёлые ребята,*  *Любим бегать и скакать.*  *Ну, попробуй нас догнать.*  *Раз, два, три – лови!*  После слова «лови» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка догоняет бегущих, ловит их. Тот, до кого ловишка сумеет дотронуться, прежде чем убегающий пересечёт черту, считается пойманным. Он отходит в сторону. После 2-3 перебежек производится подсчёт пойманных и выбирается новый ловишка. Игра повторяется 4-5 раз. |
| **9.Подвижная игра «Быстро возьми, быстро положи»**  **(подг. группа)**  **Цель:** учить детей ходить, бегать по кругу, действовать по сигналу, развивать ловкость, быстроту.  **Описание**: Дети образуют круг и по сигналу воспитателя выполняют ходьбу или бег вокруг предметов (кубики, шишки, камешки), которых должно быть на один меньше. На следующий сигнал6 «Быстро возьми!» - каждый играющий должен взять предмет и поднять его над головой. Тот кто не успел поднять предмет, считается проигравшим. Игра повторяется  **Варианты** Дети выполняют танцевальные движения, разные виды бега и ходьбы. Предметов может быть меньше на 3-4. | **10.Подвижная игра «Удочка» (подг. группа)**  **Цель:** упражнять в прыжках на месте; развивать ловкость, координацию движений, внимание.  Материал: веревочка длиной 3-4 м. с мешочком, наполненным песком или скакалка.  **Описание.** Игра проводится в зале или на площадке. Играющие становятся в круг, в центре стоит водящий с веревочкой в руках. Водящий начинает вращать веревочку так, чтобы мешочек скользил по полу под ногами подпрыгивающих игроков. Задевший мешочек становится в центр круга и вращает веревочку, а бывший водящий идет на его место. Выигрывает тот, кто ни разу не задел веревочку. При вращении веревочки нельзя отходить со своего места. |
| **11.Подвижная игра «Кто скорее докатит обруч до флажка»**  **(подг. группа)**  **Цель:**учить детей выполнять задание точно, качественно. Развивать у детей быстроту, умение передавать эстафету.  **Описание:** играющие делятся на звенья; становятся друг за другом за чертой. У первых в колоннах в руках обручи воспитатель даёт команду - «Кати!» первые в колоннах катят обручи по направлению к флажкам, подталкивая их руками палкой, обегают с обручем флажок, возвращаются в свои колонны и передают обручи следующему, хлопнув по плечу. Игра заканчивается, когда стоявший в колонне последними выполняют задание. Выигрывает звено, которое быстрее закончит игру.  **Варианты:**подталкивать обруч палочкой. Как только игрок получает палочку, он сейчас же бежит к флажку, прокатывая палочкой обруч и т.д. | **12.Подвижная игра «Эстафета парами» (подг. группа)**  **Цель:** учить детей бегать в парах, держась за руки стараясь прибежать к финишу вперёд своих соперников. Развивать выносливость, ловкость.  **Описание:** дети становятся в 2 колонны парами за линию на одной стороне площадки. На противоположной стороне ориентиры. По сигналу первые пары, взявшись за руки, бегут до ориентиров, обегают их и возвращаются в конец колонны. Выигрывает та колонна, игроки которой быстрее выполнят задание и не разъединят руки во время бега.  **Варианты:** дети встают спиной друг к другу и сцепляются локтями |

|  |  |
| --- | --- |
| **13.Подвижная игра «Хитрая лиса» (подг. группа)**  **Цель:** упражнять в быстром беге, в ориентировке в пространстве; развивать внимание, выдержку.  **Описание.** В начале игры дети стоят лицом в круг, убрав руки за спину. Взрослый или водящий из числа детей идет за кругом и незаметно дотрагивается до руки одного из ребят. Тот, до кого дотронулся водящий, тут же становится «хитрой лисой». Дети хором спрашивают:  - *Хитрая лиса, где ты?» (три раза)*  и смотрят на лица друг друга, пытаясь угадать и найти плутовку.  После трех заданных вопросов она отвечает:  - *Я здесь!*  и бежит ловить ребят. Все бросаются врассыпную. После 3 пойманных и осаленных детей игра заканчивается и всё начинается сначала. | **14.Подвижная игра «Охотники и зайцы» (подг. группа)**  **Цель:** упражнять в метание мяча в подвижную цель, в лёгких и мягких прыжках, быстром бег, лазанье; развивать смелость, внимание.  **Описание.** На одной стороне площадке очерчивают место для охотников. На другой стороне обозначают домики для зайцев. В каждом домике находится 2-3 зайца. Охотник обходит площадку, делая вид, что он разыскивает следы зайцев, а затем возвращается к себе. По сигналу зайцы выбегают из своих домиков на полянку и прыгают на двух ногах, продвигаясь вперёд. По слову воспитателя «охотник!» зайцы бегут в домики, а ребёнок, изображающий охотника, бросает в них мяч. Заяц, в которого попали мячом, считается подстреленным. Охотник уводит его к себе. Игра повторяется несколько раз, после чего выбирают другого охотника. |
| **15.Подвижная игра «Пожарные на учениях» (подг. группа)**  **Цель:** Закреплять умение лазать по гимнастической стенке с  переходом с пролета на пролет.  **Описание:** Участники делятся на команды. Каждый участник в соответствии с правилами эстафеты преодолевает одно из препятствий, возвращается к своей команде и передает эстафету следующему игроку.  Задания: Например - лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. | **16.Подвижная игра «Два мороза» (подг. группа)**  **Цель:** учить детей перебегать  в рассыпную с одной стороны площадки на другую, увёртываясь от ловишки, действовать по сигналу. Развивать выдержку, внимание.  **Описание:**на противоположных сторонах площадки обозначается два дома, в одном из них находятся игроки. Посередине площадки лицом к ним становится водящие – Мороз- красный нос, он говорит:  *«Я мороз – красный нос.*  *Кто из вас решится*  *В путь дороженьку пуститься?»*  Дети отвечают хором:  *«Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз»*  После этого они перебегают через площадку в другой дом, мороз их догоняет и старается заморозить. Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг мороз, и стоят так до окончания пробежки. |
| **17.Подвижная игра «Ловишка с мячом» (подг. Группа)**  **Цель.** Продолжать упражнять в умении быстро бегать в различных направлениях, действовать по сигналу, быть ловким и внимательным. Закрепить навык метания в подвижную цель.  **Описание.** Площадка ограничивается линиями или флажками. В центре площадки играющие образуют круг, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых в стороны рук. Выбирается водящий. Он становиться в центр круга. У его ног лежат 2-3 небольших мяча (диаметром 6-8 см). Водящий называет или проделывает ряд движений (приседание, хлопок над головой и т.п.) Играющие выполняют эти движения по слову или по показу. Внезапно воспитатель говорит: «Беги и круга», – и играющие разбегаются в разные стороны (в пределах установленных границ площадки). Водящий старается, не сходя с места, попасть в убегающих мячами, бросая их поочередно. Дети, в которых водящий попал мячом, отходят в сторону. Остальные снова встают в круг. Выбирается новый водящий, игра повторяется. Те дети, кого водящий осалил мячом, одно повторение игры пропускают. | **19.Подвижная игра «Ловля обезьян»** **(подг.группа)**  **Цель:** учить лазить по гимнастической стенке удобным способом, поднимаясь и спускаясь, не пропуская реек, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. Развивать умение действовать по сигналу, подражать действиям ловцов, координацию движений, быстроту действий, ловкость.  **Описание:** дети делятся на две группы – обезьян и ловцов обезьян. Дети – обезьяны размещаются на одной стороне площадки, где есть пособия для лазания, на противоположной стороне площадки находятся ловцы.  Обезьяны подражают всему что видят. Пользуясь этим, ловцы хотят заманить обезьян и поймать их. Ловцы сговариваются, какие движения будут показывать и показывают их на середине площадки. Как только ловцы выходят на середину площадки, обезьяны влезают на лестницу и наблюдают за движениями ловцов. Проделав движения, ловцы скрываются, а обезьяны слезают и приближаются к тому месту, где были ловцы и повторяют их движения. По сигналу6 «Ловцы1» - обезьяны бегут к деревьям и влезают на них. Ловцы ловят тех, которые не успели влезть на дерево. И уводят к себе. |
| **18.Подвижная игра «Догони свою пару»** **(подг. группа)**  **Цель:** учить детей быстро бегать в заданном направлении, стараясь догнать свою пару. Развивать умение действовать по сигналу, ловкость, быстроту движений. Способствовать проявлению выносливости.  **Описание**: дети встают парами на одной из сторон площадки: один впереди, другой сзади – отступя 2-3 шага. По сигналу воспитателя первые быстро перебегают на другую сторону площадки, вторые их ловят – каждый свою пару. При повторении игры дети меняются ролями.  **Варианты**: запятнать свою пару мячом. | **20.Подвижная игра «Ключи» (подг. группа)**  **Цель.** Упражнять детей в умении быстро бегать, действовать согласно правилам игры.  **Описание.** Играющие дети встают в обручи на площадке. Выбирается один водящий. Он подходит к любому из играющих и спрашивает: «Где ключи?» тот отвечает: «Пойди к (Сереже), постучи». Во время этого разговора играющие стараются поменяться местами. Водящий должен быстро занять освободившийся кружок. Если водящий долго не сумеет занять кружка, он может крикнуть: «Нашел ключи!»; тогда все играющие должны меняться местами. В это время водящий легко займет чей-нибудь кружок. Ребенок, оставшийся без места, становиться водящим. |
| **21.Подвижная игра «Не оставайся на полу». (подг. группа)**  **Цель:** развивать умение правильно спрыгивать с возвышения двумя ногами, мягко приземляясь, сгибая колени.  **Описание.** В различных местах зала находятся разные предметы высотой 25–30 см. Выбирается ловишка. Ему надевают на руку повязку. Под удары бубна дети спрыгивают с предметов и бегают или прыгают по залу. Ловишка принимает участие в беге. По сигналу «Лови!» все дети снова взбираются на предметы. Ловишка ловит тех, кто не успел вскочить на возвышение, и те садятся в стороне. | **23.Подвижная игра «Караси и щука» (подг. группа)**  **Цель:** учить детей ходить и бегать врассыпную, по сигналу прятаться за камешки, приседая на корточки. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.  **Описание**: Один ребёнок выбирается щукой, остальные делятся на две группы. Одна из них образует круг – это камешки, другая – караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за пределами круга. По сигналу воспитателя – щука – она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат занять место за кем-нибудь из играющих и присесть за камешки. Пойманные караси уходят за круг и подсчитываются. Игра повторяется с другой щукой. |
| **22.Подвижная игра «Бездомный заяц» (подг. группа)**  **Цель.** Упражнять в беге в различных направлениях, в умении быстро ориентироваться в пространстве. Развивать ловкость, находчивость.  **Описание.** Из числа играющих выбираются охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки, и каждый встает в свой.  Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой кружок; тогда заяц, стоявший в кружке, должен сейчас же убегать, потому что теперь он становиться бездомным зайцем и охотник будет ловить его. Как только охотник поймал (осалил) зайца, он сам становиться зайцем, а бывший заяц – охотником.  Эту игру можно проводить и со всей группой детей. В этом случае круг образуют взявшиеся за руки 4-5 детей. В каждом таком кружке становиться по зайцу. Игра проводиться по тем же правилам.  Через 2-3 минуты по сигналу воспитателя игра прерывается. Один из детей, образующих круг, меняется местами с зайцем, стоящим внутри круга. | **23.Подвижная игра «Мышеловка» (подг. группа)**  **Цель:** Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге, приседании, построении в круг, ходьбе по кругу. Способствовать развитию речи.  **Описание:** Играющие делятся на 2 неравные группы. Меньшая, образует круг – мышеловку. Остальные – мыши, они находятся вне круга. Играющие, изображающие мышеловку берутся за руки и начинают ходить по кругу, приговаривая «Ах как мыши надоели, все погрызли, все поели. Берегитесь же плутовки, доберемся мы до вас, вот поставим мышеловку – переловим всех сейчас». Дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее, по слову воспитателя «Хлоп» дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают – мышеловка захлопнулась.  Играющие, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Пойманные мыши переходят в круг и увеличивают размер мышеловки. Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями.  **Правила:**лиса может ловить кур, а куры могут взбираться на насест только по сигналу воспитателя «Лиса!». |
| **24.Подвижная игра «Ловишки с ленточками»** **(подг. группа)**  **Цель:** учить детей бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, действовать по сигналу быстро. Развивать ориентировку в пространстве, умение менять направление.  **Описание:** дети строятся в круг, у каждого имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга стоит Ловишка. По сигналу воспитателя: «Раз, два, три – лови!» дети разбегаются по площадке. Ловишка старается вытянуть ленточку. По сигналу: «Раз, два, три в круг скорей беги – все дети строятся в круг». После подсчета пойманных, игра повторяется.  **Варианты:**  чертится круг в центре стоит Ловишка. По сигналу «Раз, два, три лови» дети перебегают круг, а Ловишка пытается схватить ленту. |  |
| **25.Подвижная игра «Вышибалы» (подг. группа)**  **Цель:** совершенствовать умение  детей прицеливаться, делая бросок  точно и быстро. Развитие глазомера детей.  **Описание:**  Игроки делятся на две равные команды. Игроки первой команды делятся еще раз на две группы и встают в две линии на расстоянии 7-10 метров лицом друг к другу. Эта команда – вышибалы. Игроки второй команды занимают место между двумя линиями.  Один из игроков команды вышибал берет в руки мяч и  бросает  мяч таким образом, чтобы он попал в кого-нибудь из игроков второй команды. Тот игрок второй команды, в которого попал мяч, выбывает из игры. Задача игроков второй команды – увернуться от мяча.  Игрок, к которому попал мяч, совершает следующий бросок. Игра заканчивается, когда все игроки второй команды будут «выбиты». После этого команды могут поменяться ролями и начать игру заново. | **КАРТОТЕКА**  **«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**  **НА ФИЗКУЛЬТУРЕ»**  **ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА** |