

## **ИГРАЕМ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ДЕТЬМИ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ**

### ***«Перемени предмет»***

*Цель:* упражнять в беге на скорость, передаче предмета, формировать умение действовать в команде. Развивать ловкость, скорость, общую выносливость. Воспитывать настойчивость в достижении цели.

*Описание игры:* на одной стороне площадки за линией становятся играющие, образуя 4-5 колонн. На противоположной стороне площадки напротив каждой колонны очерчены круги диаметром 60-80см. Каждый первый в колонне держит в руках мешочек с песком. В центр каждого кружка кладётся такой же мешочек, но другого цвета. По сигналу игроки бегут к кружкам, кладут мешочек и берут другой, затем возвращаются бегом на своё место, передают мешочки стоящим сзади них, а сами бегут в конец колонны. Выигрывает колонна, выполнившая задание первой.

*Правила:* бросать мешочек в круг нельзя.

### ***«Коршун и наседка»***

*Цель:* формировать умение двигаться в колонне, держась друг за друга крепко, не разрывая сцепления. Развивать согласованность движений, ловкость.

*Описание игры:* в игре участвуют 8-10 детей, одного из игроков выбирают коршуном, другого наседкой. Остальные дети – цыплята, они становятся за наседкой, образуя колонну. Все держаться друг за друга. В стороне гнездо коршуна. По сигналу он вылетает из гнезда и старается поймать цыплёнка, стоящего в колонне последним. Наседка, вытягивая руки в стороны, не даёт коршуну схватить цыплёнка. Все цыплята следят за движениями коршуна и быстро двигаются за наседкой. Пойманный цыплёнок идёт в гнездо коршуна.

*Правила:* нельзя разрывать колонну, нельзя держать коршуна руками.

### ***«Волк во рву»***

*Цель:* упражнять в прыжках в длину с разбега. Развивать ловкость, силу, быстроту движений.

*Описание игры:* на середине площадки проводится две линии на расстоянии 70-100см одна от другой, это ров. У одной из сторон площадки дом коз. Все играющие козы один волк. Козы располагаются в доме волк во рву. По сигналу воспитателя – «козы на луг», козы бегут на противоположную сторону площадки, перепрыгивая ров, волк не трогает коз, по сигналу – «козы домой», перебегают в дом, перепрыгивая через ров. Волк, не выходя из рва, ловит коз касаясь их рукой. Пойманные игроки отходят в конец рва. После 2-3 перебежек назначается другой волк.

*Правила:* волк ловит, не выходя за линии; кто наступил на линию, считается пойманным.

### **«Вызов по имени»**

*Цель:* упражнять в ловле мяча, подброшенного вверх, в броске мяча вверх. Развивать быстроту реакции, скорость, ловкость, силу.

*Описание игры:* дети ходят или бегают по площадке. Воспитатель держит в руках большой мяч. Он называет имя одного из детей и бросает мяч вверх. Названный должен поймать мяч и снова бросить его вверх, назвав имя кого-нибудь из детей. Бросать мяч надо повыше, чтобы успеть поймать, и в направлении того, кого назвали. Кто не поймал мяч, выбывает из игры.

*Правила:* бросать мяч с того места, где он был пойман.

### **«Охотники и звери»**

*Цель:* упражнять в метании в движущуюся цель. Развивать ловкость, меткость, координацию движений.

*Описание игры:* дети образуют круг, взявшись за руки. Рассчитываются на первый второй и делятся на охотников и зверей. Охотники остаются на своих местах в кругу, а звери выходят в середину круга. Охотники перебрасывают друг другу мяч и стараются попасть им в ноги увёртывающихся зверей. Тот, кого заденет мяч, считается подстреленным выходит из круга. Затем игроки меняются ролями.

*Правила:* охотникам нельзя сходить с места, если кто-то из зверей поймал мяч, он не считается выбывшим.

### **«Догони свою пару»**

*Цель:* упражнять в беге с ускорением. Развивать

*Описание игры:* дети встают в две шеренги; расстояние между шеренгами 3-4 шага. По сигналу воспитателя выполняется бег на противоположную сторону площадки (дистанция 15 – 20). Игрок второй шеренги старается догнать игрока первой, прежде чем тот пересечет условную линию. Воспитатель подсчитывает количество проигравших. При повторении игрового задания дети меняются ролями.

*Правила:* за линией ловить нельзя.

### **«Не оставайся на полу»**

*Цель:* упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции, развивать координацию движений в прыжках.

*Описание игры:* с помощью считалки выбирается водящий. Он бежит вместе с детьми по залу (площадке). Как только воспитатель произнесет: «Лови!», все дети разбегаются и стараются забраться на любое возвышение (гимнастические скамейки, кубы, гимнастическая стенка). Водящий старается их поймать. Ребята, до которых он дотронулся, отходят в сторону. По окончании игры подсчитывают количество проигравших и выбирается новый водящий.

*Правила:* забираться на возвышение только после сигнала.