

***Карточка***

***подвижных игр***

***для детей подготовительной группы***







## «Цветные автомобили»

**Цель:** учить детей бегать по площадке врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. Закрепить знания основных цветов: красный, синий, жёлтый, зелёный. Развивать умение действовать по сигналу, выдержку.

**Ход игры.**

**1 вариант.**

По краям площадки располагаются дети цветными кружками в руках - «рули». Воспитатель в центре с цветными флажками. Он поднимает флажок какого-нибудь цвета, дети имеющие «руль» такого же цвета бегают по площадке в любом направлении. Когда флажок опускается, все дети возвращаются на места. Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, бегают другие дети. Можно поднять одновременно два или три флажка.

**2 вариант.**

По залу расставляются флажки или фишки разного цвета – это гаражи, дети находят свой гараж по цвету. По сигналу воспитателя – солнце встало, автомобили накачивают шины, заправляются бензином и выезжают на работу, дети начинают передвигаться по всему залу, не наталкиваясь друг на друга. В это время воспитатель меняет местами гаражи. По сигналу воспитателя – солнце садится за горизонт, дети должны найти свой гараж.





### *«Мы весёлые ребята»*

**Цель:** учить детей перебегать с одной стороны площадки на другую сторону по сигналу, стараясь, чтобы Ловишка не осалил. Развивать умение действовать по сигналу, ловкость, быстроту движений.

**Ход игры:**

#### **1 вариант.**

Дети стоят на одной стороне площадки за чертой, на противоположной стороне также обозначается линия. Сбоку от детей примерно на середине между линиями, находится Ловишка. Дети говорят:

«Мы весёлые ребята,  
любим бегать и играть,  
ну попробуй нас догнать.

Раз, два, три, лови!»

После этого дети перебегают на другую сторону, Ловишка салит, дотрагиваясь до бегущих. После 2-3 перебежек подсчитывают пойманных, выбирают нового ловишку. Игра повторяется.

#### **2 вариант.**

Перебегая, дети могут бежать с захлестом голени, боковым галопом, прямым галопом.



### *«Кто скорее добежит до флажка»*

**Цель:** учить детей бегать с одной стороны площадки на другую, преодолевая препятствия. Развивать умение действовать по сигналу, быстроту движений.

**Ход игры:**

**1 вариант.**

4-5 детей встают на одной стороне площадки. На противоположной стороне (расстояние 12-15м) на скамейках стульях лежат флажки. По сигналу – «Раз, два, три – беги!» дети бегут к флажкам и поднимают их. Отмечается тот, кто сделал это первым. Затем ребята идут на место, выходят следующие 4-5 детей.

**2 вариант.**

Бежать, преодолевая препятствие – подлезть под верёвку, пролезть в обруч, пройти по скамейке.

## «Найди себе пару»

**Цель:** учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, по сигналу находить себе пару. Закрепить разные виды бега. Воспитывать чуткое отношение друг к другу.

**Ход игры:**

**1 вариант.**

Для игры необходимы флажки двух цветов по количеству детей. Каждый ребенок получает по одному флажку. По сигналу воспитателя – удар в бубен, дети разбегаются по площадке. По другому сигналу – два удара в бубен, дети, имеющие одинаковые флажки, становятся рядом. Ребёнку оставшемуся без пары говорят:

«Ты Сережа не зевай себе пару выбирай»

Затем по сигналу дети разбегаются по площадке и игра повторяется.

Во время бега дети должны держать свои флажки поднятыми вверх.

**2 вариант.**

Играющие ходят по площадке парами, когда начинает звучать музыка дети разбегаются в любом направлении. Когда музыка остановится, дети должны быстро найти себе пару.

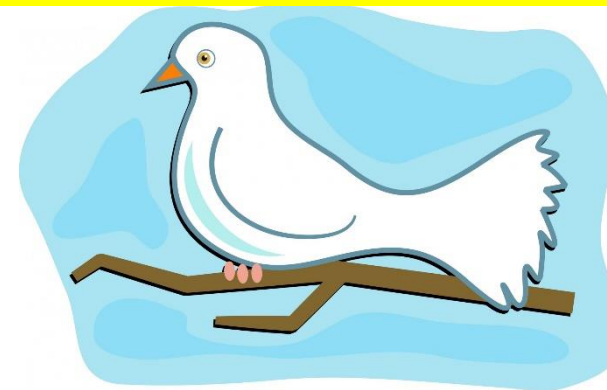
Каждый раз пару менять.

**3 вариант.**

Использовать разные виды бега.



## «Догони голубя»



**Цель:** учить детей бегать за предметом в рассыпную, не наталкиваясь друг на друга. Развивать умение действовать по сигналу, ловкость.

Воспитывать выдержку.

**Ход игры:**

**1 вариант.**

У водящего голубь или стрела из бумаги (лист размером 15\*20см), игроки становятся за линию впереди водящего. Он командует: «Марш!» - и бросает стрелу вперед. Дети бегут и стараются поймать её. Бежать, не оглядываясь назад, поймавший стрелу становится водящим.

**2 вариант.**

Можно использовать два голубя (2 стрелы).



## *«У медведя во бору...»*

**Цель:** учить детей бегать на противоположную сторону площадки, не наталкиваясь друг на друга, имитировать движения соответствующие словам. Развивать воображение, быстроту движений. Воспитывать выдержку.

**Ход игры:**

**1 вариант.**

На одном конце площадки проводится черта. Это опушка леса. За чертой на расстоянии двух-трёх шагов очерчивается место для медведя. На противоположном конце площадки обозначается линией дом детей. Выбирается медведь, остальные игроки – Дети.

Дети направляются к опушке леса, собирая грибы, ягоды, проговаривая слова:

*« У медведя во бору  
Грибы ягоды беру,  
А медведь сидит  
И на нас рычит».*

Когда игроки произнесут слово «рычит» медведь с рычанием встаёт, а дети бегут домой. Медведь старается их поймать (коснуться). Пойманного медведь отводит к себе. Игра повторяется.

**2 вариант.**

Выбирается два медведя.





### *«Бездомный заяц»*

**Цель:** учить детей быстро бегать, стараясь осалить убегающего. Развивать внимание, быстроту, реакцию.

**Ход игры:**

**1 вариант.**

Из числа играющих выбираются охотник и заяц. Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки и каждый встаёт 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 становится бездомным и охотник будет ловить его. Как только охотник осалил зайца, он сам становится зайцем, а бывший заяц – охотником.

**2 вариант.**

Круг образуют взявшиеся за руки 4-5 детей. В каждом таком кружке становится по зайцу. Игра проводится по тем же правилам что и в первом варианте.



## *«Лошадки»*

**Цель:** учить детей бегать, высоко поднимая колени в парах, не наталкиваясь друг на друга, выполнять движения в соответствии с текстом. Развивать координацию движений, умение играть в парах.

**Ход игры:**

**1 вариант.**

Дети становятся парами: один –наездник, другой – лошадка. Для игры даются вожжи. Дети бегают по залу высоко поднимая колени. Воспитатель проговаривает:

Поехали, поехали

С орехами, с орехами.

К дедке по репку,

По пареньку,

По сладеньку.

Дети бегают, прищелкивая языком. Когда воспитатель скажет: «Тпру-у-у...» дети останавливаются, меняются ролями.

**2 вариант.**

По сигналу воспитателя наездники ловят лошадок, запрягают их (надевают вожжи). По указанию воспитателя дети могут ехать тихо, рысью или вскачь. Через некоторое время лошадей распрягают и выпускают на луг, наездники садятся отдыхать. Через 2-3 повторения дети меняются ролями.



## «Ловишки»

**Цель:** учить детей быстро и легко бегать на носках, не наталкиваясь и увёртываясь, соблюдать правила игры. Развивать ловкость, внимание, дыхательную систему.

**Ход игры.**

**1 вариант.**

Дети находятся на площадке. Ловишка, назначенный воспитателем или выбранный по считалке становится на середине площадки. По сигналу: «Раз, два, три лови!» - все

дети разбегаются по площадке, увёртываются от ловишки, который старается запятнать как можно больше ребят. Кого запятнали отходит в сторону. Когда будет запятнано 3-4 играющих, выбирается новый Ловишка.

**2 вариант.**

Можно выбрать два ловишки. Нельзя ловить тех детей которые успели присесть.





### «Скок - поскок»

**Цель:** учить детей прыгать ритмично в соответствии со словами текста. Выполнять разные виды прыжков: ноги врозь вместе, одна нога вперёд, другая назад.

Развивать умение действовать согласованно в парах, чувство ритма, внимание.

#### **Ход игры:**

Дети стоят напротив друг друга двумя шеренгами на расстоянии 3-4 метра. Воспитатель произносит потешку:

*Скок-скок-поскок,  
Молодой дроздок  
По водичку пошёл,  
Молодичку нашёл.*

Одна шеренга прыгает на встречу к другой. Встав парами, дети прыгают ноги врозь вместе, или одна нога вперёд другая назад.

*Молодиченька - невеличенька,  
Сама с вершок,  
Голова с горшок.*

Останавливаются. Приседают, поднимают руки в стороны.

Те, кто прыгал, отходят назад начинают прыгать дети другой шеренги.