Картотека игр по физическому развитию в подготовительной группе

***«Пожарные на учениях»***

Дети становятся лицом к гимнастической стенке в 3-4 колонны *(по числу пролетов)*. Первые в колоннах стоят на черте. На каждом пролете гимнастической стенки на одинаковой высоте на рейке подвешиваютколокольчики. По сигналу воспитателя *«раз, два, три - беги»* все дети, стоящие в колоннах первыми, бегут к гимнастической стенке, влезают на нее и звонят в колокольчики. Затем они спускаются и возвращаются в конец своей колонны. Воспитатель отмечает того, кто первый позвонил. Игра продолжается. Задание должны выполнить все дети. Выигрывает та команда, у которой больше играющих, сумевших позвонить первыми.

***«Малечина-калечина»***

Цель: развивать, ловкость, выдержку, координацию движений, чувство спортивного соперничества. Играющие выбирают водящего. Все берут в руки по палочке и произносят: Малечина-калечина, Сколько часов осталось до вечера? После этих слов ставят палочку вертикально на ладонь или на кончик пальцев. Водящий считает: *«Раз, два, три.десять!»* Когда палка падает, ее следует подхватить второй рукой, не допуская полного падения на землю. Счет ведется только до подхвата второй рукой, а не до падения на землю. Выигрывает тот, кто дольше продержит палочку.

Варианты. Палку можно держать по-разному:

1. На тыльной стороне ладони, на локте, на плече, на голове.

2. Удерживая палку, приседают, встают на скамейку, идут или бегут к начерченной линии.

3. Держат одновременно две палки, одну на ладони, другую на голове.

Правила игры. Пальцами другой руки *(палочку)* малечину-калечину поддерживать нельзя.

**Подвижная игра *«Удочка»***

Цель: продолжать формировать умение подпрыгивать на двух ногах, развивать внимание, ловкость, умение быстро ориентироваться.

Ход: дети стоят по кругу. В центре круга – воспитатель. Он держит в руках веревку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку с мешочком по кругу над самой землей, а дети подпрыгивают вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел их ног.

**Подвижная игра *«Хлоп, хлоп, убегай»***

Цель: Развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве. Упражнять в беге.

Ход: играющие ходят по игровой площадке — собирают на лугу цветы, плетут венки, ловят бабочек и т. д. Несколько детей выполняют роль лошадок, которые в стороне щиплют травку. После слов ведущего:

«Хлоп, хлоп, убегай,

Тебя кони стопчут»

несколько игроков

произносят: «А я коней не боюсь,

По дороге прокачусь!»

и начинают скакать на палочках, подражая лошадкам и стараясь поймать детей, гуляющих на лугу.

Правила игры: Убегать можно лишь после слова *«прокачусь»*; тот ребенок, которого настигнет лошадка, на время выбывает из игры.

**Подвижная игра *«Капуста»***

Цель: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, умение согласовывать движения со словами, упражнять в беге, умению играть в коллективе.

Ход: рисуется круг – *«огород»*. На середину круга складываются шапки, пояса, платки и прочее. Это – *«капуста»*. Все участники игры стоят за кругом, а один из них выбирается хозяином. Он садится рядом с *«капустой»*. *«Хозяин»* изображает движениями то, о чем поет:

Я на камушке сижу, Мелки колышки тешу.

Мелки колышки тешу, огород свой горожу,

Чтоб капусту не украли, в огород не прибежали

Волк и лисица, бобер и курица,

Заяц усатый, медведь косолапый.

Играющие стараются быстро забежать в *«огород»*, схватить *«капусту»* и убежать. Кого *«хозяин»* поймает, тот выбывает из игры. Участник, который больше всех унесет *«капусты»*, объявляется победителем.

**Подвижная игра: *«Карусель»***

Цель: развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость.

Ход: дети образуют круг, берутся за руки и двигаются по кругу под слова: Еле, еле, еле, еле. Завертелись карусели. А потом, потом, потом все бегом, бегом, бегом! Мы не сели в карусели, Поиграть мы захотели! Дети разбегаются врассыпную и выполняют следующие задания: Мы не сели в карусели, А похлопать в ладоши мы захотели! Хлопают в ладоши. Мы не сели в карусели, А по дорожкам походить мы захотели! По 1-й дорожке идут, сохраняя равновесие, руки в стороны. По 2-й дорожке бегут, повторяя изгибы змейки. Мы не сели в карусели, А попрыгать мы захотели! Выполняют прыжки на двух ногах, руки на пояс.

**Подвижная игра  *«У кого платочек»***

Цель: развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве. Упражнять в ходьбе цепочкой.

Ход: игроки стоят парами друг за другом. Впереди водящий, он держит в руке над головой платочек.

Все хором:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Посмотри на небо,

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Раз, два, три! Последняя пара беги!

Дети последней пары бегут вдоль колонны *(один справа, другой слева)*. Тот, кто добежит до водящего первым, берет у него платочек и встает с ним впереди колонны, а опоздавший “горит”, т. е. водит.

**Подвижная игра *«Тихо - громко»***

Цель: развивать наблюдательность, внимание, умение слушать сигнал и действовать в соответствии с ним.

Ход: с помощью считалки выбирается водящий, он становится в центр круга и закрывает глаза. Воспитатель дает одному из играющих какой – либо предмет, который можно спрятать *(шнурок, ленточка)*. Все дети кроме водящего знают, у кого предмет. Когда водящий приближается к этому ребенку, дети начинают громко хлопать в ладоши, когда отдаляется – хлопки становятся тише. Игра продолжается до тех пор, пока

**Подвижная игра *«Коршун»***

Цель: развить умение детей действовать по сигналу педагога, бежать в прямом направлении одновременно всей группой

Ход: среди игроков распределяются роли. Один из них становится *«коршуном»*, другой *«курицей»*, все остальные *«цыплята»*. *«Цыплята»* выстраиваются в колонну по одному за *«курицей»*, держась за пояс друг друга. Игра начинается с диалога: - Коршун, коршун, что с тобой? - Я ботинки потерял. –

Эти? (*«курица»*, а в след за ней *«цыплята»* выставляют в сторону правую ногу. - Да! – отвечает *«коршун»* и бросается ловить *«цыплят»*. *«Курица»* при этом старается защитить *«цыплят»* не толкая при этом *«коршуна»*. Пойманный *«цыпленок»* выходит из игры. Игра повторяется 3 раз

**Подвижная игра*» Белкины забавы»***

Цель: учить детей бегать, не забегая за зрительные ориентиры. Развивать ловкость, быстроту движений, ориентировку в пространстве.

Ход: дети встают в 2-3 колонны. У всех шишки. Они кладут их между колен и по сигналу инструктора прыгают на двух ногах к флажку, находящемуся на расстоянии 5-6м. Затем берут шишку в руку, обегают флажок, возвращаются к линии старта. Выигрывает та колонна, которая быстрее выполнит задание

**Подвижная игра: *«Хищник — добыча»***

Цель: расширить знания детей об охоте; развивать наблюдательность, меткость, ловкость, ориентацию в пространстве, умение быстро менять направление движения.

Ход: два участника будут хищниками. Они становятся по краю игровой площадки. Один получает мячик. Остальные игроки исполняют роль добычи, на которых будет вестись *«охота»*. Они располагаются в центре. Ход игры заключается в том, что охотники перебрасывают мяч друг другу, пытаясь попасть им по участникам - добычи. Дети пытаются уворачиваться от мячика, перебегая от одной стороны площадки к другой. Если мяч коснется кого-то из игроков, то он отходит в сторону. Игра заканчивается, когда все *«утки»* будут выбиты. После этого среди детей перераспределяются роли, и игра начинается заново.

**Подвижная игра:  *«Ловкие ребята»***

Цель: учить детей прыгать в круг, перепрыгивая через мешочки с песком и обратно, стараясь, чтобы не осалил водящий. Отталкиваться и приземляться на обе ноги, на носки. Развивать ловкость, быстроту движений. Укреплять своды стоп.

Ход : дети стоят лицом в круг, у ног у каждого мешочек с песком. Водящий в центре круга. По сигналу, воспитателя дети прыгают в круг и обратно через мешочки, отталкиваясь двумя ногами. Водящий старается осалить детей, пока они не выпрыгнули из круга. Через 30-40сек воспитатель останавливает игру и считает проигравших. Выбирают нового водящего из тех, кого ни разу не коснулся Ловишки. Мешочек нельзя перешагивать, только перепрыгивать, водящий может касаться того, кто находится внутри круга, как только водящий отходит дальше, ребёнок снова прыгает.

2 вариант. Прыгать на одной ноге в круг, ввести ещё одного ловишку.

**Подвижная игра:  *«Не урони шарик»***

Цель: учить детей ходить, держа в руках 3 ребёнка ложку с шариком. Укреплять моторику рук. Развивать быстроту движений, ловкость.

Ход: дети по очереди – или одновременно 2-, несут в ложках шарики, стараясь не уронить донести до ориентира-8-9 метров. Шарик нельзя держать рукой, уронивший должен взять шарик положить в ложку и продолжить движение с того места, где шарик упал.

Усложнение: нести шарик, преодолевая препятствие: перешагивая что-либо, идти змейкой

**Подвижная игра:  *«Холодно - горячо»***

Цель: закрепить представления *«горячий, холодный»*, развивать координацию движений рук.

Оборудование: мяч.

Ход: дети садятся по кругу на полу и перекатывают мяч. Если ребенок катит другому мяч и говорит слово *«холодный»*, второй ребенок может трогать мяч. Но если ему говорят *«горячий»*, то он не должен трогать мяч. Кто ошибается и дотронется до мяча, получает штрафное очко и должен поймать мяч, стоя на одном или обоих коленях *(по усмотрению водящего)*.

**Подвижная игра:  *«Перебежки»***

Цель: упражнять детей действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве, в беге

Ход: Дети стоят за чертой на одной стороне площадки. На второй стороне площадки также проведена черта. Сбоку стоит ловишка. На слова воспитателя: *«Раз, два, три — беги!»* — дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка ловит (осаливает рукой, прежде чем они успеют пересечь черту. Проводится подсчет пойманных, и перебежка повторяется. После двух-трех перебежек выбирается другой ловушка из числа наиболее ловких и быстрых ребят, которые не были пойманы.

**Подвижная игра:  *«Гонка клюшек»***

Цель: учить детей умению регулировать свою двигательную активность, чередуя интенсивные движения с менее интенсивными.

Ход: ведение клюшки друг за другом, затем врассыпную ведут клюшку, по сигналу строятся в круг. Выполнить 1 мин. в быстром темпе. *«По кругу»* - ведение клюшки по кругу, по сигналу повернуться лицом в круг, на следующий сигнал – спиной в круг. Кто выполнит поворот быстрее. Выполнить 1 мин., в среднем темпе. *«Землемеры»* - кто скорее измерит клюшкой хоккейную площадку, при перекладывании не отрывать один конец клюшки от земли. Выполнить 1 раз в умеренном темпе. *«Попрыгунчики»* - клюшки лежат на земле параллельно. Продвигаться вперед, перепрыгивая все клюшки, а обратно перепрыгивать клюшки попеременно то на правой ноге, то на левой. Выполнить 2 раза в умеренном темпе. *«Хоккейная змейка»* - спокойная ходьба *«змейкой»* вокруг клюшек, лежащих на снегу.

**Подвижная игра:  *«Гори, гори ясно!»***

Цель: развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.

Ход: играющие становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. *«Ловящий»* становится на эту линию. Все говорят: Гори, гори ясно, Чтобы не погасло. Глянь на небо- Птички летят,Колокольчики звенят! Раз, два, три – беги!

После слова *«беги»* дети, стоящие в последней паре, бегут вдоль колонны (один слева, другой – справа, стремясь схватить за руки впереди ловящего, который старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и соединить руки.Если ловящему это удается сделать, то он образует пару и становится впереди колонны, а оставшийся – ловящий

**Подвижная игра:  *«Скользящие кегли»***

Цель: формировать ориентировку в пространстве, приучать действовать по сигналу, развивать силу броска, ловкость, внимание.

Ход: команды выстраиваются в колонну и поочередно бросают мяч клюшкой, стараясь сбить кеглю, расположенную на расстоянии 8–10 метров от линии.

Для игры иметь несколько комплектов мячей или кегль, быстро передавать следующему игроку. При наличии инвентаря задание могут выполнять все игроки сразу, постепенно меняясь с теми, кто подает инвентарь.

**Подвижная игра:  *«Светофор****»*

Цель: обогащать двигательный опыт детей, способствовать

стремлению вести здоровый образ

Ход: к санкам привязаны ленты разного цвета. По сигналу педагога *(поднятием флажка)* ребенок с привязанной к санкам лентой, цвет которой показал педагог, начинает движение до ориентира, отталкиваясь ногами. Выполнять 2 мин., в умеренном темпе.

**Подвижная игра:  *«Попади в ведро»***

Цель: развивать глазомер, моторику рук.

Ход: дети стоят в кругу, у каждого ребенка в руках снежок. По сигналу дети бросают снежок в ведро, которое находится в центре круга левой, а затем правой рукой. Выполнить 3 раза в среднем темпе.

**Подвижная игра:  *«Мороз- красный нос»***

Цель: развитие ловкости, быстроты, воспитание выдержки, терпения.

Ход: на противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, и в одном из них располагаются играющие. На середине площадки лицом к ним становится водящий — Мороз-Красный нос *(взрослый)*. Он произносит;

Я Мороз-Красный нос!

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

Играющие хором отвечают: *«Не боимся мы угроз, и не страшен нам Мороз!»* После этого они бегут через площадку в другой дом, а Мороз догоняет и старается их заморозить *(коснуться рукой)*. *«Замороженные»* останавливаются на том месте, где их настиг Мороз, и стоят так до окончания перебежки. Игра повторяется несколько раз.

**Подвижная игра:  *«Ловишки – елочки»***

Цель: формировать позитивные установки в различных видах двигательной деятельности.

Ход: это *«зимний»* вариант обычных пятнашек, салок. Конечно, в эту игру можно играть и летом, но зимой она будет намного целесообразнее. Нельзя салить тех ребят, которые стали спиной друг к другу и, вытянув руки в стороны вниз, изображают елочку. А тех, кого осалили, выходят из игры. Эту игру лучше всего использовать под Новый год. И, конечно же, в эту игру можно играть и на улице, и в помещении.

Правила: нельзя салить тех, кто встал спиной друг к другу и вытянув руки в стороны – вниз, изображая елочку.

**Подвижная игра:  *«Метель, ветер, вьюга»***

Цель: развитие чувства ритма, умения ориентироваться в пространстве.

Ход: взявшись за руки, дети образуют круг вокруг снеговика и изображают снежинки. По сигналу взрослого они идут сначала медленно, потом всё быстрее, в конце концов — бегут. После того как играющие пробегут по кругу несколько раз, взрослый предлагает им изменить направление движения, говоря: *«Ветер изменился, полетели снежинки в другую сторону»*. Играющие замедляют движение, останавливаются и начинают двигаться медленно, а потом всё быстрее и быстрее, пока взрослый не скажет: *«Совсем стих ветер, снежинки спокойно падают на землю»*. Движение снежной карусели замедляется, дети останавливаются и опускают руки. После небольшого отдыха игра возобновляется.

**Подвижная игра:  *«Охотники и звери»***

Цель: упражнять в умении метать в подвижную цель, перелазить *(перепрыгивать)* через препятствие, быстро бегать.

Ход: из числа играющих выбирается охотник, остальные – звери. Они сидят в кустах – за рейками, шнуром, укрепленными на высоте, доступной детям для перешагивания (перепрыгивания, или за гимнастической скамейкой, поставленной на ребро. На расстоянии 3-4 м от кустов чертится круг – дом охотника. Он получает 2-3 мяча диаметром 50-60 мм *(зимой вместо мячей можно использовать снежки)*.Игра начинается с того, что зайцы выпрыгивают из кустов и свободно бегают на площадке перед домом охотника. По сигналу: *«Охотник!»* - звери убегают, а охотник стреляет в них, т. е. бросает в них мячами *(снежками)* в одного, другого, третьего. … Те, в кого охотник попал мячом, отходят к домику охотника. После повторения игры *(2-3 раза)* подсчитываются пойманных зверей, выбирается другой охотник, и игра продолжается. Бросать мячи или снежки можно только в ноги бегущим. Нарушивший правило исключается из игры.

**Подвижная игра:  *«Быстрые и меткие»***

Цель: учить детей метать мешочки в горизонтальную цель, удобным способом, бегать наперегонки. Развивать глазомер, точность броска, ловкость.

Ход : 2-4 детей бегут на перегонки, у каждого в руках по два мешочка с песком. Добежав до линии, которая находится на расстоянии 20м от старта, дети должны остановиться и бросить мешочки в круги диаметром - 1м, нарисованные в 3 метрах от линии финиша. Затем дети должны быстро вернуться на линию старта. Побеждает тот, кто забросил мешочки и быстрее вернулся на место.

2 вариант. Дети до линии финиша бегут, обегая кегли.

**Подвижная игра:  *«Встречная эстафета»***

Цель: Учить детей выполнять задание точно, качественно. Развивать у детей координацию движений, ловкость, быстроту, умение передавать эстафету.

Ход: играющие делятся на несколько команд. Каждая, в свою очередь, делится пополам. Команды выстраиваются друг против друга за линиями. Игрокам, возглавляющим команды на одной стороне площадки, даётся по эстафетной палочке *(теннисному мячу)*. По команде "Марш!" игроки с палочкой начинают бег. Подбежав к головным игрокам противостоящих команд, передают им эстафету и встают сзади. Получивший эстафету бежит вперёд и передаёт её следующему игроку, стоящему напротив, и т. д. Эстафета заканчивается, когда команды поменяются местами на площадке. Выигрывают те, кто закончил перебежки раньше.

Правила игры: 1. Эстафета начинается по команде.

2. Необходимо обегать колонну справа налево и после этого передавать эстафету игроку, который вышел на полшага вправо. 3. Чтобы увеличить нагрузку, можно проводить игру с двойными перебежками: игрок, оказавшийся на противоположной стороне, после передачи ему эстафеты снова бежит туда, откуда начинал бег.

**Подвижная игра:  *«Тетёрка»***

Цель: познакомить детей с народными играми Белгородчины, развивать ловкость, быстроту, выносливость, формировать навык правильной осанки.

Ход: выбирается *«тетерка»*. Одна часть игроков – ее детки, другая образует круг капкан *(по три человека)*. *«Тетерка»* с детками *(соединены в цепочку)* проходят через капканы со словами песенки: Тетерка шла, Маковая шла, По каменю, По зараменю. Сама шла, Всех детей провела, А самого хорошего оставила. На последних словах капканы *«захлопываются»*. Игра продолжается до тех пор, пока не будут переловлены все детки. Дети, попавшие в круг, образуют капкан.

**Подвижная игра:  *«Замри»***

Цель: учить детей бегать по площадке врассыпную, слушая предупредительные сигналы. Развивать умение быстро перемещаться по залу, ловкость, быстроту действий.

Ход: играющие становились на некотором расстоянии друг от друга. Водящий с мячом стоял посередине и подбрасывал высоко вверх мяч, называя любое из имен. Названный должен был поймать мяч икрикнуть: *«Замри!»*. До выкрика все разбегались, но при этой команде должны были замереть. Водящий бросал мяч в любого из участников игры. И тот становился водящим. Игра повторялась вновь

**Подвижная игра:  *«Золотые ворота»***

Цель: развивать, развивать быстроту, ловкость, глазомер, совершенствовать ориентировку в пространстве. Упражнять в ходьбе цепочкой.

Ход: пара игроков встают лицом друг к другу и поднимают вверх руки – это ворота. Остальные игроки берутся друг за друга так, что получается цепочка. Все дети говорят:

Ай, люди, ай, люди, наши руки мы сплели.

Мы их подняли повыше, получилась красота!

Получились не простые, золотые ворота!

Игроки-ворота говорят стишок, а цепочка должна быстро пройти между ними. Дети – *«ворота»*говорят: Золотые ворота пропускают не всегда.

Первый раз прощается, второй - запрещается.

А на третий раз не пропустим вас!

С этими словами руки опускаются, ворота захлопываются. Те, которые оказались пойманными, становятся дополнительными воротами. "Ворота" побеждают, если им удалось поймать всех игроков.

Правила игры: Игра продолжается до тех пор, пока не останется три-четыре не пойманных играющих, опускать руки надо быстро, но аккуратно.

**Подвижная игра:  *«Третий - лишний»***

Цель: совершенствовать навыки детей бегать с ускорением. Развивать быстроту реакции, ловкость, внимательность.

Ход: количество игроков не ограничено, как можно больше. Все встают в круг лицом, попарно -один человек, а за спиной другой. Одна пара становится ведущей -один из пары бежит, другой догоняет. Бегают по внешнему кругу. Тот, кто убегает, может спастись от погони, встав к любой паре третьим. Вставать нужно перед первым игроком пары, тогда стоящий у него за спиной игрок становится третьим, третьим лишним и должен убегать от погони. Тот, кого догонит и коснется рукой догоняющий, сам становится им, и теперь сам должен убегать.

**Подвижная игра:  *«Птицелов»***

Цель: познакомить с новой русской народной игрой. Учить детей подражать крику птиц. Закрепить умение ориентироваться в пространстве с закрытыми глазами.

Ход: играющие выбирают себе названия птиц, крику которых они могут подражать. Встают в круг, в центре которого – птицелов с завязанными глазами. Птицы ходят, кружатся вокруг птицелова и произносят нараспев:

В лесу, во лесочке,

На зеленом дубочке,

Птички весело поют,

Ай! Птицелов идет!

Он в неволю нас возьмет,

Птицелов хлопает в ладоши, играющие останавливаются на месте, и водящий начинает искать птиц. Тот, кого он нашел, подражает крику птицы, которую он выбрал. Птицелов угадывает название птицы и имя игрока. Играющий становится птицеловом.