



КАРТотеКА

ПОДВИЖНЫХ ИГР И

ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ

СТАРШАЯ ГРУППА

Картотека подвижных игр и игровых упражнений для старшей группы

- | | |
|--|--|
| 1. Игровая карточка - «Уголки» | 47. Игровая карточка - «Водяной» |
| 2. Игровая карточка - «Караси и щука» | 48. Игровая карточка - «Плетень» |
| 3. Игровая карточка - «Хитрая лиса» | 49. Игровая карточка - «Кто дольше не уронит» |
| 4. Игровая карточка - «Пустое место» | 50. Игровая карточка - «Жмурки с колокольчиком» |
| 5. Игровая карточка - «Бездомный заяц» | 51. Игровая карточка - «Затейники» |
| 6. Игровая карточка - «Мы веселые ребята» | 52. Игровая карточка - «Светофор» |
| 7. Игровая карточка - «Сделай фигуру» | 53. Игровая карточка - «Пройди бесшумно» |
| 8. Игровая карточка - «Затейники» | 54. Игровая карточка - «Запрещённое движение» |
| 9. Игровая карточка - «Ловишка бери ленту» | 55. Игровая карточка - «Ручеёк» |
| 10. Игровая карточка - «Парный бег» | 56. Игровая карточка - «У ребят порядок строгий» |
| 11. Игровая карточка - «Ловишка» | 57. Игровая карточка - «Салки в кругу» |
| 12. Игровая карточка - «Встречные перебежки» | 58. Игровая карточка - «Космонавты» |
| 13. Игровая карточка - «Удочка» | 59. Игровая карточка - «Салки в два круга» |
| 14. Игровая карточка - «С кочки на кочку» | 60. Игровая карточка - «Кто сделает меньше прыжков» |
| 15. Игровая карточка - «Не оставайся на земле» | 61. Игровая карточка - «Лягушки в болоте» |
| 16. Игровая карточка - «Медведь и пчёлы» | 62. Игровая карточка - «» |
| 17. Игровая карточка - «Пожарные на учении» | 63. Игровая карточка - «Попрыгунчики» |
| 18. Игровая карточка - «Попади в обруч» | 64. Игровая карточка - «Брось - догони» |
| 19. Игровая карточка - «Сбей кеглю» | 65. Игровая карточка - «Брось за флажок» |
| 20. Игровая карточка - «Сбей мяч» | 66. Игровая карточка - «Пронеси мяч, не задев кеглю» |
| 21. Игровая карточка - «Охотники и зайцы» | 67. Игровая карточка - «Забрось мяч в кольцо» |
| 22. Игровая карточка - «Школа мяча» | 68. Игровая карточка - «Кашка». <i>Бел. гульня</i> |
| 23. Игровая карточка - «Ловишки с мячом» | 69. Игровая карточка - «Іванка і Марылька». <i>Бел. гульня</i> |
| 24. Игровая карточка - «Мышеловка» | 70. Игровая карточка - «Гарлачык». <i>Бел. гульня</i> |
| 25. Игровая карточка - «Ястреб и утки» | 71. Игровая карточка - «Замарожаныя». <i>Бел. гульня</i> |
| 26. Игровая карточка - «Найди своё место» | 72. Игровая карточка - «Свінка». <i>Бел. гульня</i> |
| 27. Игровая карточка - «Гуси-лебеди» | 73. Игровая карточка - «Гаспадыня і кот». <i>Бел. гульня</i> |

28. Игровая карточка - «Два Мороза»	74. Игровая карточка - «Фарбы». <i>Бел. гульня</i>
29. Игровая карточка - «Калим –бам - бам»	75. Игровая карточка - «Вартаўнік». <i>Бел. гульня</i>
30. Игровая карточка - «Перемена мест»	76. Игровая карточка - «Свабоднае месца». <i>Бел. гульня</i>
31. Игровая карточка - «День и ночь»	77. Игровая карточка - «Паляўнічы». <i>Бел. гульня</i>
32. Игровая карточка - «Третий лишний»	78. Игровая карточка - «Рэшата». <i>Бел. гульня</i>
33. Игровая карточка - «Коршун и наседка»	79. Игровая карточка - «Каноплі». <i>Бел. гульня</i>
34. Игровая карточка - «Будь внимателен!»	80. Игровая карточка - «Шчупак». <i>Бел. гульня</i>
35. Игровая карточка - «Грибник»	81. Игровая карточка - «Іванка». <i>Бел. гульня</i>
36. Игровая карточка - «Золотые ворота»	82. Игровая карточка - «Садзі лянок». <i>Бел. гульня</i>
37. Игровая карточка - «Волк во рву»	83. Игровая карточка - «Міхасік». <i>Бел. гульня</i>
38. Игровая карточка - «Лягушка и цапля»	84. Игровая карточка - «Пасадка бульбы». <i>Бел. гульня</i>
39. Игровая карточка - «На одной ноге»	85. Игровая карточка - «Паляванне лісаў». <i>Бел. гульня</i>
40. Игровая карточка - «Ловкая пара»	86. Игровая карточка - «Золата». <i>Бел. гульня</i>
41. Игровая карточка - «Шмель»	87. Игровая карточка - «Вяроўка - змейка». <i>Бел. гульня</i>
42. Игровая карточка - «Мяч - водящему»	88. Игровая карточка - «С картой в путь»
43. Игровая карточка - «Не давай мяч водящему»	89. Игровая карточка - «Если точно идёшь, что-то найдёшь»
44. Игровая карточка - «Быстрый мячик»	90. Игровая карточка - «Спрячь предмет и опиши путь к нему»
45. Игровая карточка - «Белки в лесу»	
46. Игровая карточка - «Холодно - горячо»	

Игровая карточка № 1

Название игры: «Уголки»

Цель игры: развивать у детей быстроту реакции, смелость, умение ориентироваться в окружающей обстановке.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: игра проводится на большом участке, где много деревьев, расположенных недалеко друг от друга. Дети становятся возле них или в обозначенных на земле кружках – уголках. Один из играющих – ведущий – подходит к кому-либо и говорит: «*Мышка, мышка, продай мне свой уголок*». Та отказывается. В это время остальные дети меняются местами, а ведущий старается занять свободное место. Если это ему удалось, оставшийся без уголка становится ведущим. Если ему долго не удастся занять уголок, воспитатель говорит: «Кошка». Все одновременно меняются местами, ведущий занимает чье-либо место. Нельзя долго стоять в одном уголке.

Методические указания: до перебежки уговорится с тем, с кем хочешь поменяться местами.

Игровая карточка № 2

Название игры: «Караси и щука»

Цель игры: развивает у детей быстроту реакции, умение увертываться от водящего.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: половина всех детей образует круг – это «пруд». Расстояние между играющими – 2-3 шага. Один ребенок назначается на роль щуки. Она находится за кругом. Остальные играющие – «карасей». Те спешат занять место за кем-нибудь из играющих, образующих круг. «Щука» ловит тех, кто не успел спрятаться. После 3-4 повторений подсчитывают количество пойманных «карасей».

Дети, образующие круг и изображающие карасей, меняются ролями; назначается новый ведущий на роль щуки. Игра повторяется 3-4 раза.

Методические указания: при повторении игры выбирают новую щуку, а дети, изображающие карасей и пруд, меняются ролями.

Игровая карточка № 3

Название игры: «Хитрая лиса»

Цель игры: учить детей уменью незаметно дотрагиваться до играющего, уметь скрывать и не показывать вида, что назначен на ведущего роль; совершенствовать быстрый бег с увертыванием.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: играющие строятся в круг на расстоянии одного шага друг от друга. По сигналу воспитателя дети закрывают глаза, а воспитатель обходит детей с внешней стороны круга и незаметно дотрагивается до одного из играющих. Тот, до кого дотронется воспитатель, становится «хитрой лисой». Воспитатель предлагает детям открыть глаза и внимательно посмотреть друг на друга, пытаясь выяснить, кто из них «хитрая лиса», не выдаст ли она себя чем-нибудь. Играющие хором 3 раза произносят (с небольшими промежутками): «*Хитрая лиса, где ты?*» При этом все внимательно смотрят друг на друга. После третьего раза «хитрая лиса» быстро выбегает на середину круга, поднимает руку вверх и говорит: «Я здесь!» Все играющие разбегаются по площадке, а «лиса» их ловит. Пойманные дети садятся на скамейку. Игра заканчивается по сигналу воспитателя: «В круг!» Подсчитывается количество пойманных и непойманных детей. Игра возобновляется с новой «лисой».

Методические указания: выбирать лису может кто-либо из детей. Если лиса не может долго поймать, выбирают другого водящего.

Игровая карточка № 4

Название игры: «Пустое место»

Цель игры: учить детей уменью бегать наперегонки по кругу.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: играющие становятся в круг, положив руки на пояс, - получают окошки. Выбирается водящий. Он ходит за кругом и говорит:

«Вокруг домика хожу

и в окошечки гляжу,

К одному я подойду

И тихонько постучу».

После слова «постучу» водящий останавливается возле кого-либо из играющих и говорит: «*Тук-тук-тук!*». Тот спрашивает: «*Зачем пришел?*» Водящий отвечает: «*Бежим наперегонки*». Оба играющих бегут вокруг играющих в разные стороны. Тот, кто первым добежит до освобожденного места, занимает его, а опоздавший становится водящим. Игра продолжается.

Методические указания: бежать через круг запрещается.

Игровая карточка № 5

Название игры: «Бездомный заяц»

Цель игры: учить детей умению бегать с увертыванием, ориентироваться в окружающей обстановке.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: обручи по количеству игроков.

Содержание: из числа играющих выбирают «охотника» и «бездомного зайца». Остальные дети чертят себе кружок. Это – «домики». Каждый встает в свой «домик». По сигналу «бездомный заяц» убегает, а «охотник» его догонят. «Заяц» moet спастись от «охотника», забежав в любой кружок. Тогда «заяц», стоявший в кружке, должен тотчас же убегать, потому что теперь он становится бездомным, и «охотник» будет ловить его. Как только «охотник» осалил безумного «зайца», он сам становится «зайцем», а бывший «заяц» – «охотником».

Игру можно проводить со всей группой детей. В этом случае круги образуют, взявшись за руки, 4-5 детей. В каждом таком кружке становится по одному «зайцу». Игра проводится по прежним правилам. Через 2-3 минуты по сигналу воспитателя игра прерывается. На роль зайцев назначаются другие дети. Игра возобновляется и повторяется 4-5 раз с тем, чтобы все дети побывали в роли зайца.

Методические указания: действовать только по сигналу. Убирать несколько обручей за один раз.

Игровая карточка № 6

Название игры: «Мы, веселые ребята»

Место проведения: зал, площадка

Цель игры: учить детей умению быстро перебежать с одной стороны площадки на другую, увертываясь от водящего.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне площадки также проведена черта. Сбоку от детей на середине площадки находится ловишка. Дети хором произносят слова:

*«Мы, веселые ребята,
Любим бегать и скакать.
Ну, попробуй нас догнать,
Раз, два, три – лови!»*

Затем дети перебегают на другую стороны площадки, а ловишка догоняет их. Тот, до кого ловишка, дотронулся, прежде чем убегающий пересечет черту, считается пойманным. Он отходит в сторону. Игра продолжается.

Методические указания: если после 2-3 перебежек водящий никого не поймал, выбирается новый водящий.

Игровая карточка №7

Название игры: «Сделай фигуру»

Цель игры: развивать быстрый бег с увертыванием, воображение.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: выбираются ведущие на роль волка и продавца. Остальные дети становятся в круг и кружатся на месте. Ведущие стоят за кругом. На слова «продавца»: «На месте, фигура, замри!» – игроки замирают в разных позах. Тогда «волк» выбирает одну «фигуру», ведет ее к «продавцу» и спрашивает: «Сколько стоит?» «Продавец» называет стоимость (например, два рубля). «Волк» ударяет в ладоши два раза, а «фигура» тем временем убегает. «Волк» догоняет ее.

Методические указания: к концу года игра усложняется, в неё вводятся групповые фигуры из двух, трёх человек.

Игровая карточка №8

Название игры: «Затейники»

Цель игры: развивать фонематический слух, умение сохранять тишину, когда говорит один ребенок.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: играющие становятся в круг, водящий выходит на середину круга и говорит:

*Мы немножко порезвились,
По местами все разместились.
Ты, Алеша, отгадай,
Кто позвал тебя, узнай.*

С окончанием слов дети останавливаются. Педагог показывает на кого-нибудь из играющих. Тот называет водящего по имени. Водящий, не открывая глаз, должен отгадать, кто его позвал. Если он отгадал, открывает глаза и меняется с ним местами. Если водящий ошибся, снова закрывает глаза, игра повторяется. Дети идут по кругу в другую сторону.

Методические указания: каждый затейник должен сам придумать движения и не повторять тех, которые уже показывали до него.

Игровая карточка № 9

Название игры: «Ловишка, бери ленту!»

Цель игры: учить детей умению увертываться от водящего; развивает быстроту, ловкость.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: ленты по количеству игроков.

Содержание: дети становятся в круг. Каждый получает цветную ленточку и закладывает ее за пояс. В центре круга – ловишка. По сигналу «Беги!» дети разбегаются по площадке (если она большая, надо обозначить границы, стремясь вытянуть у них ленточку. По сигналу дети становятся в круг. Ловишка подсчитывает количество взятых лент, возвращает их детям. Игра возобновляется с новым ловишкой. Во время игры не разрешается ленточку придерживать руками. Лишившийся ленточки выходит из игры на один ход.

Методические указания: ленту не придерживать руками.

Игровая карточка № 10

Название игры: «Парный бег»

Цель игры: упражнять детей в умении бегать парами, взявшись за руки.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: кегли (булавы, набивные мячи).

Содержание: дети стоят в звеньях парами на одной стороне площадки за чертой.

На другой стороне площадки расставлены кегли (булавы, набивные мячи) по числу звеньев. Педагог подает сигнал, по которому первая пара звена, держась за руки, бежит до стоящего впереди предмета, огибает его и возвращается в конец своего звена. По следующему сигналу бежит вторая пара и т. п. Пара, отпустившая руки, считается проигравшей.

Методические указания: пара, разъединившая руки, считается проигравшей.

Игровая карточка №11

Название игры: «Ловишка»

Цель игры: учить детей умению увертываться от водящего; развивает быстроту, ловкость.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: дети произвольно располагаются на площадке. Ведущий – ловишка, назначенный воспитателем или выбранный играющими, становится на середине площадки. Педагог говорит: «Раз, два, три – лови!» По этому сигналу все дети разбегаются по площадке, увертываются от ловишки, который старается догнать одного из играющих и коснуться его рукой запятнать). Тот, кого ловишка коснулся рукой, отходит в сторону. Игра заканчивается, когда ловишка поймает 3-4 играющих. Затем выбирается новый ловишка. Игра повторяется 4-5 раз.

Для того чтобы дети лучше ориентировались, ловишке можно выдавать какой-либо отличительный знак – повязать на руку ленточку, приколоть бант, надеть шапочку с султанчиком и т. п. Если ловишка оказался неловким и долгое время никого не может поймать, воспитатель останавливает игру и назначает другого водящего.

Методические указания: ловить можно только в кругу.

Игровая карточка №12

Название игры: «Встречные перебежки»

Цель игры: учить детей умению быстро перебегать с одной стороны площадки на другую.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: синие и желтые ленточки на две подгруппы детей.

Содержание: группа делится пополам. Играющие становятся на противоположных сторонах площадки за линиями в шеренгу на расстоянии не менее шага друг от друга. У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета – синие, желтые. По сигналу педагога «синие», дети с синими ленточками бегут на противоположную сторону. Стоящие напротив дети протягивают вперед ладошки и ждут, когда бегущие прикоснутся к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону площадки, останавливается за чертой, поворачивается и поднимает руку вверх. И т. д.

Методические указания:

Игровая карточка № 13

Название игры: «Удочка»

Цель игры: учить детей умению перепрыгивать горизонтально вращающуюся скакалку.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: верёвка длиной 3-4 м, к которой привязан мешочек с песком.

Содержание: для игры нужна веревка длиной 3-4 м, на конце которой привязан мешочек с песком. Играющие становятся в круг. Водящий в середине круга вращается веревку с мешочком, которой скользит по полу. Дети внимательно следят, чтобы он не задел их, и как только мешочек приближается к ногам, подпрыгивают. Тот, кого заденет мешочек или веревочка, становится в середину круга и начинает ее вращать. При вращении веревки отходить от своего места не разрешается. Тот, кто это сделает, выбывает из игры.

Методические указания: при вращении верёвки нельзя сходить с места.

Игровая карточка № 14

Название игры: «С кочки на кочку»

Цель игры: учить детей умению прыгать в длину с места, сильно отталкиваясь и мягко приземляясь на полусогнутые ноги.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: плоские обручи.

Содержание: на земле чертят две линии – это два «берега», между которыми «болото» длиной 30 м. Играющие распределяются парами. Педагог чертит на «болоте» кружки (можно использовать плоские обручи) на разное расстоянии друг от друга: 30, 40, 50, 60, 70, 80 см – это «кочки». Двое детей по сигналу прыгают с «кочки» на «кочку», стараясь перебраться на «берег». Тот, кто оступился, остается в «болоте». Выходит следующая пара. Когда все выполняют задание, воспитатель назначает, кому выводить детей из «болота». Тот подает увязшему руку и показывает прыжками путь выхода из «болота». Прыгать можно одной или двух ног, выбирая маршрут по желанию. Нельзя становиться ногой между «кочками»; тот, кто нарушил правило, остается в «болоте», пока его не выручат; выручать можно после того, как все переправятся на «берег».

Методические указания: нельзя становить ногой между кочками.

Игровая карточка №15

Название игры: «Не оставайся на земле»

Цель игры: упражнять детей в умении взбираться на возвышающиеся предметы.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: предметы высотой 25-30см для влезания, яркий платочек или ленточка для ловишки.

Содержание: выбирается ловишка. Дети размещаются в разных местах площадки. По заданию воспитателя они вместе с ловишкой ходят, бегают, прыгают в определенном темпе и ритме, обусловленном музыкальным сопровождением (ударами в бубен, хлопками и т. п.). Как только раздастся сигнал воспитателя «лови», все убегают от ловишки и взбираются на возвышающиеся предметы. Ловишка старается осалить убегающих. Дети, до которых ловишка дотронулся, сразу отходят в сторону. Игру повторяют 2-3 раза, затем подсчитывают пойманных и выбирают нового ловишку. Игра возобновляется.

Ведущий следит, чтобы с возвышения дети спрыгивали на обе ноги, приучает детей разбегаться по всей площадке, подальше от предметов, на которое они должны взобраться.

Методические указания: детей, занявших места на возвышении, салить нельзя.

Игровая карточка №16

Название игры: «Медведь и пчелы»

Цель игры: упражнять детей в умении лазать по гимнастической лестнице переменным шагом, развивает координацию движений рук и ног, быстроту реакции, смелость.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: возвышения: кубы, ящики, скамейки, наклонные доски.

Содержание: гимнастическая лестница – «улей», на противоположной стороне – «луг», в стороне – «берлога». Несколько детей – «медведи» – находятся в «берлога». Остальные – «пчелы» - влезают на лестницу. По сигналу «пчелы» вылетают (слезают) и летят на «луг». «Медведи» в это время выбегают из «берлоги» и забираются в «улей» (влезают на лестниц). На сигнал «Медведи!» «пчелы» летят в «улей». «Медведи» за это время должны успеть убежать в «берлогу». Не успевших вовремя слезать, «пчелы» «жалют» - дотрагиваются рукой. После двух повторений дети меняются ролями. В игре участвуют столько ребят, чтобы все они могли свободно разместиться на лестнице (на одном пролете 2-3 ребенка).

Методические указания: запрещается хватать медведя руками, можно только дотрагиваться до него.

Игровая карточка № 17

Название игры: «Пожарные на учении»

Цель игры: упражнять детей в умении лазать по гимнастической лестнице удобным для них способом, развивать быстроту, ловкость.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: гимнастические лестницы, колокольчик.

Содержание: дети стоят лицом к гимнастической лестнице на расстоянии 4-5 шагов от нее в 3-5 колоннах (по числу пролетов). На каждом пролете наверху подвешен колокольчик (погремушка). По сигналу дети, стоящие первыми в колоннах, бегут к стенке, влезают на нее и звонят колокольчиком. Затем слезают и идут в конец колонны. Отмечают того, кто позвонил первым. Затем то же самое проделывают дети, стоящие в колонне следующими. По окончании игры определяется колонна, в которой насчитывается большее количество выигравших.

Методические указания: спускаться до конца, не спрыгивать.

Игровая карточка № 18

Название игры: «Попади в обруч»

Цель игры: упражнять детей в умении бросать мяч в движущуюся цель, в катании обруча друг другу; развивать глазомер, ловкость.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: по одному мячу и по одному обручу на каждую четверку игроков.

Содержание: для игры необходимо распределить детей по четыре человека. Каждая четверка становится парами напротив друг друга. По сигналу педагога двое из них, стоящие по диагонали, катят обруч друг другу, а вторая пара в это время старается перебросить мячик друг другу, не задев при этом обруч. Спустя некоторое время дети меняются местами. Выигрывает та пара, в которой дети оказались самыми меткими и ловкими.

Методические указания: перебрасывать мяч друг другу любым способом.

Игровая карточка №19

Название игры: «Сбей кегли»

Цель игры: упражнять детей в катании мяча с попаданием в цель; развивает глазомер, силу мышц рук.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: мячи и по 2-4 кегли или булавы для каждого игрока.

Содержание: играющие встают за линию. В 2-3 м от нее напротив каждого ребенка поставлены кегли или булавы. В руках у детей мячи. По сигналу они прокатывают мячи по направлению к кеглям, стараясь сбить их. По следующему сигналу идут за мячами, поднимают упавшие кегли и катят мячи еще 2 раза. Отмечаются те ребята, которые сбили большее количество кеглей.

Методические указания: большой мяч катят двумя руками, маленький – одной, чередуя движения правой и левой рукой.

Игровая карточка №20

Название игры: «Сбей мяч»

Цель игры: упражнять детей в бросании снежков в горизонтальную цель любым способом; развивает глазомер, силу мышц рук.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: 3-4 ящика, 3-4 кольца от серсо, 3-4 больших мяча, по два мешочка одного цвета для каждой колонны, разноцветные флажки.

Содержание: посередине площадки на линии кладут два волейбольных мяча. На одной стороне площадки обозначена черта. Двое детей, взяв по 2-3 снежка, бросают их, стараясь попасть в мяч и закатить его подальше от черты. Выигрывает тот, кто делает это первым.

Методические указания: бросать из-за черты по сигналу.

Игровая карточка № 21

Название игры: «Охотники и зайцы»

Цель игры: упражнять детей в умении бросать мяч в движущуюся цель; развивает ловкость, меткость.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: 2-3 маленьких мяча.

Содержание: выбирают охотника, остальные дети – зайцы. Зайцы сидят в кустах (по гимнастическим скамейкам, бревнам). В 3-4 м от кустов чертят круг – дом охотника. У него 2-3 маленьких мяча (снежка). Зайцы выбегают из кустов и прыгают по площадке перед домом охотника. По сигналу «Охотник!» зайцы убегают, а охотник стреляет в них – бросает мячи (бросать можно только в ноги). Те, в кого охотник попал мячом, отходят к домику охотника. После 1-2 повторений выбирают нового охотника.

Методические указания: мяч бросать, целясь в ноги зайцев.

Игровая карточка № 22

Название игры: «Школа мяча»

Цель игры: упражнять детей в умении подбрасывать, ударять и ловить мяч.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: небольшие мячи для каждого игрока.

Содержание: подбросить мяч вверх и поймать его одной рукой. Ударить мяч о землю и поймать его одной рукой. Подбросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши (1-3 раза) и поймать его двумя руками. Ударить мяч о стену и поймать его одной рукой. Ударить мяч о стену, после того как он упадет на пол и отскочит, поймать его одной рукой. Ударить мяч о стену, хлопнуть в ладоши и поймать его одной рукой. В парах: ударить мяч о стену так, чтобы он отскочил под углом в сторону партнера, которой должен поймать его. Ударить мяч о стену снизу вверх и поймать его. Ударить мяч о стену, бросив из-за спины, из-за головы, из-под ноги, из-под руки, и поймать его.

Методические указания: в ходе игры ребёнок, допустивший ошибку, передаёт мяч другому игроку (если играют парами или группами).

Игровая карточка №23

Название игры: «Ловишка с мячом»

Цель игры: упражнять детей в умении метать в движущуюся цель; развивает ритмичность движений, меткость, ловкость.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: обруч, мяч.

Содержание: дети становятся в круг. С помощью обруча или кольца обозначаются центр круга. По сигналу дети передают мяч из рук в руки, ритмично произнося текст:

Раз, два, три – мяч скорей бери!

Четыре, пять, шесть – вот он здесь!

Семь, восемь, девять – бросай, кто умеет.

Тот, у кого оказался мяч в руках, говорит: «Я!». Он выходит на середину и бросает мяч, стараясь осалить разбегающихся в стороны детей. Ребенок, которого осалили, получает штрафное очко. Выигрывают те дети, у которых меньше штрафных очков.

Методические указания: передавать мяч, точно согласуя движения с ритмом произносимых слов.

Игровая карточка №24

Название игры: «Мышеловка»

Цель игры: развивать у детей ловкость, быстроту.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Играющие делятся на две равные подгруппы. Одна образует круг — «мышеловку», остальные дети — «мыши» — находятся за кругом. Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и ходят по кругу, приговаривая:

«Ах, как мыши надоели, Все погрызли, все поели, Берегитесь же, плутовки, Доберемс мы до вас. Вот поставим мышеловки, Переловим всех сейчас!»

Дети останавливаются, поднимают сцепленные руки. «Мыши» вбегают в «мышеловку» и выбегают из нее. По сигналу «Хлоп!» дети опускают руки — «мышеловка» захлопнулась. «Мыши», не успевшие выбежать по сигналу, считаются пойманными. Они становятся в круг и вместе с другими также изображают «мышеловку». При повторе игры подгруппы меняются ролями.

Методические указания: после того как мышеловка захлопнулась, мышам нельзя подлезать под руки стоящих по кругу или пытаться разорвать сцепленные руки.

Игровая карточка № 25

Название игры: «Ястреб и утки»

Цель игры: развивать у детей ловкость, быстроту, смелость; учить их умению увертываться от водящего во время перебежек из круга в круг.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: На площадке на расстоянии 5—10 шагов рисуют два круга — это «озера». С помощью считалки выбирают «ястреба», он встает между «озерами». Остальные дети — «утки». Они плавают в своих «озерах». По сигналу «утки» меняются местами. В это время «ястреб» ловит «уток». В «озере» «уток» ловить нельзя. Пойманные «утки» выбывают из игры. Игра возобновляется после смены «ястреба». Для выбора «ястреба» можно использовать следующую считалочку:

*Жил в реке один налим,
Два ерша дружили с ним.
Прилетали к ним три утки
По четыре раза в сутки.
И учили их считать:
Раз-два-три-четыре-пять!*

Методические указания: В «озере» «уток» ловить нельзя.

Игровая карточка № 26

Название игры: «Найти свое место»

Цель игры: развивать быстроту в беге наперегонки.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Играющие становятся в круг. Водящий находится за кругом с платочком в руке. Он пробегает за стоящими в кругу детьми, кладет кому-нибудь из них на плечо платок и продолжает бежать. Тот, у кого оказался платок, бежит навстречу водящему. В это время дети, стоящие в кругу, раздвигаются, как бы заполняя освободившееся место. Водящий и ребенок с платком должны отыскать это место и встать туда. Кто из детей остановится верно, тот и победитель, он остается в кругу, а опоздавший становится водящим.

Методические указания: Если водящий 3 раза подряд был в этой роли, его заменяют.

Игровая карточка №27

Название игры: «Гуси-лебеди»

Цель игры: учить детей умению бегать с ускорением, перебежать с одной стороны площадки на другую, увертываясь от водящего.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: На одной стороне площадки находится дом для «гусей», на противоположной стороне стоит «пастух». Сбоку от дома располагается логово «волка». Остальное место площадки — «луг». Назначаются или выбираются «пастух» и «волк», они занимают свои места. «Гуси» пасутся на лугу.

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. Так летите, как хотите, Только крылья берегите!

«Гуси», вытянув руки в стороны, летят домой, и «волк» старается их поймать (осалить). В конце игры подсчитываются пойманные «гуси».

Методические указания: Игра продолжается после смены «волка» и «пастуха».

Игровая карточка №28

Название игры: «Два Мороза»

Цель игры: развивать быстрый бег с увертыванием, ловкость.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: На противоположных сторонах площадки линиями отмечаются два дома. Расстояние между ними — 20—30 шагов (8—15 м). Играющие располагаются на одной стороне площадки. Выбираются два Мороза. Они становятся посередине площадки лицом к детям.

«Мы два брата молодые, Два Мороза удалые:

Я Мороз — Красный нос, Я Мороз — Синий нос.

Кто из вас решится. В путь-дороженьку пуститься?»

Все играющие: *«Не боимся мы угроз, И не страшен нам мороз!»*

Все играющие перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а «Морозы» стараются их заморозить, т. е. коснуться рукой. Замороженные останавливаются и так стоят до окончания перебежки всех остальных играющих. Затем подсчитываются замороженные. Игра продолжается с новыми ведущими. В конце подводятся итоги и определяется пара Морозов, которая больше других заморозила детей.

Методические указания: пойманные должны остаться на том же месте, где их поймали-заморозили.

Игровая карточка № 29

Название игры: «Калим-бам-ба»

Цель игры: учить детей умению бегать по прямой с ускорением.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Дети делятся на две команды. На двух противоположных сторонах площадки на расстоянии 20—40 шагов на земле чертятся две линии, за которыми в шеренги становятся команды. Дети в шеренгах берутся за руки и ведут переключку:

Калим-бам-ба!

Зачем слуга?

Пришить рукава!

На чьи бока?

Пятого, десятого, Сережу сюда!

После того когда дети назвали имя конкретного ребенка, он бежит по направлению к противоположной команде и стремится разорвать сцепленные руки детей. Если разорвал цепочку, то выбирает одного из детей (из разорванного звена) и ведет в свою команду. Игра продолжается.

Методические указания: Каждый раз переключку начинает та команда, ребенок которой был вызван.

Игровая карточка № 30

Название игры: «Перемена мест»

Цель игры: учить детей умению быстро бегать в прямом направлении, развивать выносливость, внимание, координацию движений.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Две команды по 8—10 человек выстраиваются шеренгами лицом друг к другу на противоположных сторонах площадки за линиями городов (дистанция 10—12 м) и расходятся на ширину вытянутых рук. По сигналу бегут навстречу друг другу, стараясь как можно быстрее оказаться за чертой противоположного города, затем поворачиваются лицом к центру площадки и строятся в шеренгу. Побеждает команда, сделавшая это быстрее.

Методические указания: следить, чтобы дети не столкнулись друг с другом.

Игровая карточка №31

Название игры: «День и ночь»

Цель игры: развивать быстроту реакции, выдержку.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Участники игры делятся на две команды: «День» и «Ночь». Их дома находятся на противоположных сторонах площадки, за чертой. Посредине площадки проводят еще одну черту. На расстоянии одного шага от нее по ту и другую стороны выстраиваются команды спиной друг к другу. Педагог говорит: «Приготовиться!». А затем дает сигнал той команде, которая должна ловить. Если он сказал «День», то дети из команды «Ночь» бегут в свой дом, а дети из команды «День» поворачиваются и ловят их, но только до границы дома убегающих. Подсчитывается количество пойманных. Затем все снова выстраиваются и ждут нового сигнала.

Методические указания: Педагог может назвать одну и ту же команду два раза подряд.

Игровая карточка №32

Название игры: «Третий лишний»

Цель игры: учить детей умению быстро бегать по кругу, убегая от ловишки; ориентироваться в окружающей обстановке.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Играющие становятся по кругу парами в затылок друг другу и лицом в центр круга. Между парами должно быть расстояние 1—2 шага. Двое водящих находятся за кругом. Один из водящих убегает, другой — догоняет. Если убегающий встал впереди какой-нибудь пары, то его салить нельзя, а нужно ловить того, кто стал лишним, т. е. кто стоит сзади пары. Если догоняющему удалось осалить убегающего, то они меняются ролями. Убегающий не имеет права бежать через круг. Вбежав в него, он должен тотчас же встать к какой-нибудь паре. Нарушивший это правило, становится водящим.

Методические указания: Если игроков мало, то играющие встают в круг по одному. Тогда лишним считается не третий, а второй.

Игровая карточка № 33

Название игры: «Коршун и наседка»

Цель игры: учить увертываться от водящего; развивать ловкость.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: В игре участвует 8—10 детей. Одного из играющих выбирают «коршуном», другого — «наседкой». Остальные дети — «цыплята», они становятся за «наседкой», образуя колонну. Все держатся друг за друга. В стороне находится «гнездо коршуна». По сигналу он вылетает из «гнезда» и старается поймать «цыпленка», стоящего последним в колонне. «Наседка», вытягивая руки в стороны, не дает «коршуну» схватить «цыпленка». Все «цыплята» следят за движениями «коршуна» и быстро двигаются за «наседкой». Нельзя разрывать колонну, держать «коршуна» руками. Пойманный ребенок временно выходит из игры.

Методические указания: наседка не касается руками коршуна.

Игровая карточка № 34

Название игры: «Будь внимателен!»

Цель игры: учить детей умению быстро бегать в прямом и обратном направлении; развивать внимание, ориентировку в пространстве, ловкость.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: любой предмет (кубик, погремушка, флажок).

Содержание: На одной стороне площадки 5—6 играющих. На противоположной стороне в 8—10 метрах напротив каждого лежат по три предмета (например, кубик, погремушка, флажок). На сигнал «Беги!» играющие устремляются к предметам. Примерно на середине пути следует сигнал, какой из трех предметов нужно взять, например кубик. Дети берут названный предмет и бегут с ним на исходную линию. Выигрывает прибежавший с нужным предметом первым.

Методические указания: Если ребенок взял не тот предмет, ему нужно вернуться и заменить предмет на названный.

Игровая карточка №35

Название игры: «Грибник»

Цель игры: упражнять детей в беге с увертыванием, учить умению осаливать, закреплять знания о съедобных грибах.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Одного ребенка назначают на роль грибника. Остальные участники игры делятся на пары. Один ребенок в паре — «дерево», другой — «гриб». «Грибник» ходит по лесу и говорит:

*« По грибы я в лес пошел, Но грибов там не нашел.
Где же спрятались они: Под деревья или за пни?»*

Дети-«грибы» отвечают:

—«А вот и мы! Только ты нас собери!»

После слова «собери!» «грибы» стараются убежать от «грибника». «Грибник» пятнает их и отправляет в «лукошко» — специально отведенное место до тех пор, пока не прозвучит сигнал «Спрятались грибы!». Оставшиеся «грибы» снова прячутся за «деревья». В конце игры «грибник» подсчитывает количество собранных «грибов».

Методические указания: называть грибы и указать, какие грибы съедобные.

Игровая карточка №36

Название игры: «Золотые ворота»

Цель игры: развивать быстрый бег, ловкость.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: На земле чертят маленький кружок. В центре его ставят флажок на подставке. Дети становятся по кругу парами, берутся за руки и поднимают их вверх, образуя ворота. Один ребенок в кругу — ведущий. Он идет в «золотые ворота» и ребром ладони разъединяет руки одной из пар. При этом все говорят:

*«Тра-та-та! Тра-та-та! Отворяем ворота.
В золотые ворота проходите, господа!
Первый раз прощается, второй запрещается,
А на третий раз не пропустим вас!»*

Дети, руки которых разъединил ведущий, бегут к кружку. Тот, кто первым возьмёт флажок, становится ведущим, а проигравший встаёт в пару.

Методические указания: следить за правильностью выполнения игры.

Игровая карточка № 37

Название игры: «Волк во рву»

Цель игры: учить детей умению прыгать в длину с разбега, отталкиваясь одной ногой.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Посередине площадки проводят две линии на расстоянии 70—100 см 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 через «ров» («волк» не трогает «коз»), по сигналу «Козы, домой» бегут в «дом», перепрыгивая через «ров». Волк, не выходя из «рва», ловит «коз», касаясь их рукой. Пойманные отходят в конец «рва». После 2—3 перебежек всех пойманных возвращают в «дом». Назначается другой «волк» из числа тех, кто не попался. Игра продолжается.

Методические указания: можно ввести второго волка; сделать два рва, в каждом по одному волку.

Игровая карточка № 38

Название игры: «Лягушки и цапля»

Цель игры: упражнять детей в умении прыгать на двух ногах с продвижением вперед и в ходьбе, высоко поднимая колени.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: В середине площадки обозначают болото. С помощью считалки выбирают двух цапель:

«Ква-ква-ква, Начинается игра,

Кве-кве-кве, Прилетели цапли две».

«Цапли» занимают места на противоположных сторонах болота. Остальные — «лягушки». Они прыгают на двух ногах по всей площадке со словами:

«Мы, зеленые лягушки, Веселимся на опушке.

Здесь у нас рядом пруд — Цапли в нем нас не найдут».

После слов «не найдут» «лягушки» прыгают в болото, а «цапли» стараются их запятнать. «Цапли» подсчитывают количество пойманных «лягушек». Игра продолжается с новыми «лягушками» и «цаплями».

Методические указания: лягушки двигаются прыжками на двух ногах.

Игровая карточка №39

Название игры: «На одной ноге»

Цель игры: учить детей умению прыгать на одной ноге, при этом продвигаться вперед и осаливать игроков.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: платочек.

Содержание: Дети расходятся по всей площадке, закрывают глаза, руки за спиной. Ведущий проходит среди них и незаметно одному в руки кладет платочек. На слова «Раз, два, три, смотри!» дети открывают глаза. Стоя на месте, они внимательно смотрят друг на друга. Ребенок с платочком в руке неожиданно поднимает его вверх и говорит: «*Это я!*». Участники игры, прыгая на одной ноге, стараются уйти от ребенка с платочком. Тот, кого он коснулся рукой, становится водящим. Он берет платочек, поднимает его вверх, быстро говорит слова: «*Это я!*». Игра продолжается. Ребенок с платочком, как и все играющие, должен прыгать на одной ноге.

Методические указания: Когда меняются водящие, играющим разрешается стать на обе ноги.

Игровая карточка №40

Название игры: «Ловкая пара»

Цель игры: упражнять детей в умении перебрасывать мяч друг другу; развивать точность, быстроту, координацию движений.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: мячи для каждой пары игроков.

Содержание: На земле рисуют шесть параллельных линий на расстоянии 1 м одна от другой. Дети встают в две шеренги парами друг против друга между третьей и четвертой линией, считая справа. На сигнал «*Начали!*» каждая пара играющих по три раза подряд перебрасывает друг другу мяч. Если при этом мяч не упал, один из партнеров переходит за следующую линию (делает шаг назад) — расстояние между ними увеличивается. Таким образом, после трех бросков то один, то другой играющий отходит назад на одну линию до тех пор, пока оба не окажутся у последних границ. Если кто-либо из пары уронит мяч, то три броска нужно повторить сначала.

Методические указания: если мяч упал, счёт начинается сначала.

Игровая карточка № 41

Название игры: «Шмель»

Цель игры: упражнять детей в умении катать мяч друг другу без остановки; развивать внимание, точность.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: мяч.

Содержание: Играющие садятся по-турецки в круг. Внутри круга находится мяч. Игроки руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч («ужаленный»), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует до тех пор, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в игру, а вновь «ужаленный» поворачивается спиной к кругу.

Методические указания: мяч откатывать только руками; нельзя ловить и задерживать мяч.

Игровая карточка № 42

Название игры: «Мяч — водящему»

Цель игры: упражнять детей в умении перебрасывать друг другу способом снизу двумя руками; развивать быстроту, ловкость.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: 2-3 мяча.

Содержание: Играющие образуют 3—4 круга с равным числом детей. Внутри каждого круга водящий. Он по очереди бросает мяч каждому играющему. Когда мяч вернется к водящему от последнего игрока, он поднимает его вверх. Чья команда первой это сделает, та и выигрывает.

Методические указания: можно менять исходное положение игроков.

Игровая карточка №43

Название игры: «Не давай мяча водящему»

Цель игры: упражнять детей в умении перебрасывать мяч; развивать меткость, ловкость.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: мяч.

Содержание: Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. Выбирают одного или двух водящих, которые идут в середину круга. Дети перебрасывают или перекатывают мяч между собой. Водящий в кругу старается дотронуться до мяча. Если ему это удастся, то он меняется местами с игроком, бросившим мяч.

Методические указания: следить за правильностью выполнения игры.

Игровая карточка №44

Название игры: «Быстрый мячик»

Цель игры: упражнять детей в умении подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками, не прижимая к груди; отбивать мяч от пола одной рукой; развивать ритмичность движений, согласованность действий.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: мячи по количеству игроков.

Содержание: Дети, стоящие по всему залу, перебрасываются мячами, выполняя ритмичные движения, и произносят текст:

Разноцветный, быстрый мячик

Без запинки скачет, скачет.

Часто-часто, низко-низко

От земли к руке так близко.

Скок и скок, скок и скок,

Не достанешь потолок.

Скок и скок, стук и стук,

Не уйдешь от наших рук.

На 1, 5, 6-ю строчки — подбрасывать мяч вверх и ловить его; на 2, 3, 4, 7, 8-ю — отбивать мяч от пола. Выигрывает тот, у кого мяч ни разу не упадет.

Методические указания: бросать, отбивать и ловить мяч ритмично, в соответствии с текстом.

Игровая карточка № 45

Название игры: «Белки в лесу»

Цель игры: упражнять детей в умении лазать удобным способом; развивать быстроту реакции, ловкость, внимание.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: гимнастическая лестница, переносные снаряды для лазанья: лесенка-стремянка, пирамида с прицепными досками и лесенками, скамейки, доски, положенные на крупные кубы.

Содержание: Игра проводится в спортивном зале или на площадке, где есть гимнастическая лестница, к ней дополнительно расставляются переносные снаряды для лазанья: лесенка-стремянка, пирамида с прицепными досками и лесенками, скамейки, доски, положенные на крупные кубы, и др.— это «деревья». На них размещаются играющие — «белки». Выбирается водящий — «охотник». Он становится в круг — «домик»,— начерченный в противоположной части площадки. По сигналу педагога «Берегись!» «белки» меняются местами: быстро слезают, спрыгивают со снарядов и влезают на другие. В это время «охотник» их ловит. Пойманными считаются «белки», которых водящий осалит рукой, пока они на полу, а также те, которые остались на прежних местах. Они отходят к «домику» «охотника» и одну игру пропускают. После нескольких повторений игры педагог назначает на роль «охотника» другого ребенка.

Методические указания: по сигналу переходить на другой снаряд.

Игровая карточка № 46

Название игры: «Холодно – горячо»

Цель игры: развивать внимание; упражнять в разных видах ходьбы.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Дети ходят по площадке в разных направлениях обычной ходьбой под счет воспитателя или удары в бубен. На сигнал «Горячо!» идут на носках, на сигнал «Холодно!» - в полуприседе.

Методические указания: слушать сигнал педагога.

Игровая карточка №47

Название игры: «Водяной»

Цель игры: упражнять детей в умении узнавать на ощупь.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Выбирается один ребенок на роль водяного. Играющие становятся в круг, взявшись за руки. Педагог завязывает глаза «водяному» и ставит его в центр круга. Дети идут по кругу и говорят:

*«Водяной, водяной,
Что сидишь ты под водой?
Выгляни хоть чуточку,
На одну минуточку».*

С окончанием текста дети останавливаются. Педагог указывает на одного ребенка, который подходит к «водяному». Она говорит: «Водяной, узнай на ощупь, кто попал в водяное царство?». Ребенок угадывает, и игра продолжается.

Методические указания: если ребёнок долго не может угадать, ему открывают глаза.

Игровая карточка №48

Название игры: «Плетень»

Цель игры: развивать внимание, выдержку.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Участники строятся в две шеренги лицом друг к другу на расстоянии 10-15 м и берутся за руки. По сигналу педагога двигаются навстречу друг другу и образуют круг на середине площадки, где выполняют различные танцевальные движения («пружинку», хлопки, «каблучок», и др.). На сигнал педагога «Плетень!» дети должны вернуться на прежние места и построиться в две шеренги, образуя «плетень». Выигрывает та команда, которая быстрее выполнит задание.

Методические указания: слушать сигнал педагога.

Игровая карточка № 49

Название игры: «Кто дольше не уронит?»

Цель игры: упражнять детей в умении выполнять стойки на одной ноге; развивать чувство равновесия.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: мешочки с песком.

Содержание: Играющие стоят на полу на одной ноге, вторая нога согнута в колене. На него кладут мешочек с песком и стараются устоять, не теряя равновесия. Выигрывает тот, кто за определенный промежуток времени не опустит ни разу согнутую ногу на пол.

Методические указания: если ребёнок, опустил ногу на пол, он временно выбывает.

Игровая карточка № 50

Название игры: «Жмурки с колокольчиком»

Цель игры: учить детей умению ходить тихо, увертываясь от водящего.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: платочек, колокольчик.

Содержание: Дети становятся в круг, взявшись за руки. В центре — двое водящих. Одному из них завязывают глаза— это «жмурка». Другому дают колокольчик. Ребенок с колокольчиком ходит внутри круга и звонит. «Жмурка» пытается его поймать.

Методические указания: внимательно слушать колокольчик, и идти только на сигнал.

Игровая карточка №51

Название игры: «Затейники»

Цель игры: развивать фонематический слух, умение сохранять тишину, когда говорит один ребенок.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Играющие становятся в круг, водящий выходит на середину круга, закрывает глаза. Дети идут по кругу и говорят:

*«Мы немножко порезвились,
По местам все разместились.
Ты, Алеша, отгадай,
Кто позвал тебя, узнай».*

С окончанием слов дети останавливаются. Педагог показывает на кого-нибудь из играющих. Тот называет водящего по имени. Водящий, не открывая глаз, должен отгадать, кто его позвал. Если он отгадал, открывает глаза и меняется с ним местами. Если водящий ошибся, снова закрывает глаза, игра повторяется. Дети идут по кругу в другую сторону.

Методические указания: во время бега по кругу не размыкать руки.

Игровая карточка №52

Название игры: «Светофор»

Цель игры: развивать внимание, память, выдержку.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: кольца красного, жёлтого, зелёного цвета.

Содержание: Две команды выстраиваются шеренгами: одна «права, другая слева от ведущего, который держит в руках «светофор». Когда педагог показывает карточку с зеленым цветом, дети маршируют на месте, с красным — стоят неподвижно, с желтым — хлопают в ладоши. Игрок, перепутавший сигнал, делает шаг назад. Выигрывает та команда, у которой к концу игры останется на месте больше участников.

Методические указания: можно придумать другие упражнения.

Игровая карточка № 53

Название игры: «Пройди бесшумно»

Цель игры: учить детей умению ходить тихо, осторожно; развивать слуховое восприятие.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: платочки.

Содержание: Несколько детей становятся парами друг против друга на расстоянии вытянутых рук. Им завязывают глаза. Остальные играющие стараются по идиому пройти между парами бесшумно, осторожно, можно пригнувшись. При малейшем шорохе стоящие в «воротах» поднимают руки, чтобы задержать проходящего. Побеждает тот, кто сумел благополучно пройти через «ворота».

Методические указания: следить за правильностью выполнения игры.

Игровая карточка № 54

Название игры: «Запрещенное движение»

Цель игры: развивать координацию движений, внимание.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Дети становятся в круг. Педагог показывает движение, которое по правилам игры является запрещенным и его повторять за воспитателем нельзя. Если в процессе выполнения различных движений ребенок повторил запрещенное движение за воспитателем, то он получает штрафное очко, делает шаг назад и продолжает играть. Победителями считаются те дети, которые не получили ни одного штрафного очка.

Методические указания: запрещённое движение надо менять через 4-5 повторений.

Игровая карточка №55

Название игры: «Ручеек»

Цель игры: создать эмоциональное, бодрое настроение.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Дети становятся парами друг за другом, берутся за руки и держат их высоко над головой. Игрок, кому пара не досталась, идет к истоку «ручейка» и, проходя под сцепленными руками, ищет себе пару. Взявшись за руки, новая пара продвигается в конец «ручейка». А тот, кто теперь остался без пары, идет снова к началу «ручейка».

Методические указания: игра продолжается 2 минуты.

Игровая карточка №56

Название игры: «У ребят порядок строгий»

Цель игры: учить находить своё место в игре.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: игроки строятся в 3-4 круга в разных частях площадки, берутся за руки.

По команде шагают врассыпную по площадке и говорят:

У ребят порядок строгий,

Знают все свои места.

Ну, трубите веселее:

Тра-та-та, тра-та-та!».

С последними словами дети строятся в круги. Отмечаются те, кто быстро и без ошибок построился в круги.

Методические указания: можно строится в колонны или шеренги.

Игровая карточка № 57

Название игры: «Салки в кругу»

Цель игры: развивать быстроту реакции, ловкость, выдержку; учить детей умению бегать с увертыванием на ограниченной территории.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: палка.

Содержание: Группа детей делится на две команды. По первому сигналу (один удар в бубен, один свисток)

команды становятся в 2 круга: внутренний и внешний. По второму сигналу команды двигаются приставными шагами в разные стороны. По третьему сигналу играющие внешнего круга разбегаются, ребята из внутреннего круга стараются их осалить. По истечении некоторого времени игру останавливают, подсчитывают число осаленных. Команды меняются ролями.

Методические указания: салка во время игры не должен перебежать через палку и выбегать за круг.

Игровая карточка № 58

Название игры: «Космонавты»

Цель игры: развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: обручи (на 2-3 меньше, чем игроков).

Содержание: На площадке - «ракетодроме» раскладывают обручи -«ракеты». «Ракет» должно быть на 2-3 меньше, чем игроков. Дети, взявшись за руки, идут по кругу и приговаривают:

«Ждут нас быстрые ракеты

Для прогулок по планетам.

На какую захотим,

На такую полетим!

Но в игре один секрет:

Опоздавшим - места нет!»

Как только будет сказано последнее слово, все разбегаются по «ракетодрому» и стараются скорее занять места в любой «ракете». Выигрывают те дети, которым удалось совершить 3-4 полета.

Методические указания: занимать места в ракетах только после того, как прозвучит последнее слова текста.

Игровая карточка №59

Название игры: «Салки в два круга»

Цель игры: учить детей умению выполнять галоп в правую и в левую стороны; развивать внимание и ловкость, умение ориентироваться в окружающей обстановке.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: Дети образуют два круга: внутренний и внешний. По сигналу они двигаются боковым галопом в противоположных направлениях. Затем по сигналу воспитателя останавливаются, и все играющие внутреннего круга стараются осалить стоящих во внешнем круге раньше, чем те успеют присесть. Игра повторяется, при этом дети внутреннего и внешнего круга выполняют галоп в другую сторону. Осаливать и приседать можно только после сигнала. По окончании игры пойманные дети встают во внутренний круг, и игра продолжается.

Методические указания: ловить и приседать можно только после сигнала.

Игровая карточка №60

Название игры: «Кто сделает меньше прыжков!»

Цель игры: учить детей прыгать в длину с места, сильно отталкиваться двумя ногами и мягко приземляться.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: На площадке обозначают две линии на расстоянии 5-6 м одна от другой. Несколько детей встают возле первой линии и по сигналу прыгают до второй линии, стараясь достичь ее, сделав наименьшее число прыжков.

Методические указания: ноги широко не расставлять, приземляться на обе ноги; можно увеличить дистанцию до 10м.

Игровая карточка № 61

Название игры: «Лягушки в болоте»

Цель игры: учить детей умению прыгать на двух ногах с продвижением вперед; быстро реагировать на сигнал педагога; развивать ловкость.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: На земле чертят большой прямоугольник. На двух его противоположных сторонах на расстоянии 50-60 см друг от друга чертят кружки - это «кочки». В стороне - «журавль» в своем «гнезде». «Лягушки», расположившись на «кочках», говорят:

Вот с насиженной гнилушки. В воду шлепнулись лягушки.

Стали квакать из воды: Ква-ке-ке, ква-ке-ке, Будет дождик на реке.

С окончанием слов «журавль» ловит «лягушек». Чтобы спастись от него, «лягушки» прыгают в воду, где их ловить нельзя. Как только «журавль» отходит подальше, «лягушки» прыгают на «кочку». По условиям игры прыгать с «кочки» в «болото» можно только одним прыжком, мягко приземляясь на обе ноги; ловить «лягушек» можно на «кочке» или за границами «болота». Пойманная «лягушка» идет в «гнездо» «журавля». После того как «журавль» поймает несколько «лягушек», выбирают нового «журавля» из тех, кто ни разу не был пойман.

Методические указания: прыгать с кочки в болото можно только одним прыжком, мягко приземляясь на обе ноги.

Игровая карточка № 62

Название игры: «»

Цель игры:

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь:

Содержание:

Методические указания:

Игровая карточка №63

Подвижная игра: «Попрыгунчики»

Цель игры: научить детей прыгать через препятствия разными способами.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: не требуется.

Содержание: На земле на расстоянии 50 – 60 см одна от другой чертят линии. Дети друг за другом перепрыгивают линии на двух ногах разными способами: прямо, боком правым и левым с между скоком на месте.

Методические указания: величина круга зависит от числа играющих.

Игровая карточка №64

Название игры: «Брось – догони»

Цель игры: обучение в игровой форме бросанию и ловле мяча, развитие ловкости и быстроты реакции, умения играть в коллективе.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: 2 верёвки, 2 стойки, мячи по количеству игроков.

Содержание: В руках у стоящего первым в колонне ребенка мяч. По сигналу воспитателя (хлопок в ладоши, свисток и т. п.) дети бросают снизу мяч двумя руками вверх и вперед и бегут за ним. Дети догоняют и ловят мяч. Потом они становятся за вторую черту, снова также бросают и ловят мяч, но уже у первой черты. Поймав мяч, ребенок передает его следующему в колонне, а сам становится последним. Второй ребенок повторяет то же самое и передает мяч очередному ребенку. Так продолжается до тех пор, пока все дети не выполнят это упражнение.

Методические указания: догонять и поднимать свой мяч, перепрыгнув верёвку.

Игровая карточка № 65

Название игры: «Брось за флажок»

Цель игры: учить детей метать мешочки вдаль правой, левой рукой из-за головы, стараться, чтобы мешочек улетел как можно дальше. Развивать силу броска, глазомер. Укреплять мышцы плечевого пояса.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: мешочки с песком на подгруппу игроков, флажки.

Содержание: Дети стоят в две шеренги друг за другом, в руках у первой шеренги мешочки с песком. Впереди на расстоянии 4-5м. стоят на одном уровне несколько флажков. Дети одновременно бросают мешочки из-за головы двумя руками или одной рукой, стараясь забросить их за линию флажков. Затем дети поднимают мешочки, бегут и передают своей паре. Бросает следующая шеренга, результаты сравниваются.

Методические указания: результат броска отмечается по месту падения мешочка.

Игровая карточка № 66

Название игры: «Пронеси мяч, не задев кеглю»

Цель игры: продолжать учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперёд.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: 10 кеглей, 2 мяча, 2 ракетки.

Содержание: Участники делятся на две команды. Линии старта и финиша отмечаются на расстоянии 14 - 16 м одна от другой, вдоль линии по центру устанавливаются две-три кегли. Направляющие команд зажимают между ногами (выше коленей) волейбольный или набивной мяч. По сигналу направляющие начинают продвигаться вперед прыжками, огибая кегли таким образом, чтобы не задеть их и, достигнув противоположной линии старта, передают мячи направляющим встречных колонн. Так действуют все игроки. Участники, закончившие эстафету, становятся в конец колонны. Выигрывает команда, игроки которой быстрее закончат эстафету.

Методические указания: мяч руками не поддерживать.

Игровая карточка №67

Название игры: «Забрось мяч в кольцо»

Цель игры: продолжать учить детей бросать мяч в вертикальную цель (кольцо). Развивать глазомер, точность броска.

Место проведение: площадка на улице, физкультурный зал.

Инвентарь: мячи, баскетбольное кольцо.

Содержание: Команды построены в одну колонну по одному перед баскетбольными щитами на расстоянии 2 – 3 метра. За сигналом первый номер выполняет бросок мяча по кольцу, затем кладет мяч, а второй игрок тоже берет мяч и бросает его в кольцо и так далее. Выигрывает та команда, которая больше всех попала в кольцо.

Методические указания: бросать мяч в корзину заданным способом.

Игровая карточка №68

Назва гульні: “Кашка”

Мэта гульні: удасканалваць навыкі бегу па крэзе; развіваць увагу.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: лыжка (хустачка, шышка, каменьчык).

Змест: дзеці выбіраюць вядучага - кашавара і становяцца тварам у круг. Кашавар бяжыць за спінамі дзяцей і непрыкметна падкідае да ног каго небудзь “лыжку”. Пасля гэтага бяжыць яшчэ круг і падштурхоўвае іграка, якому падкінута лыжка, гаворачы: “Кашку вары!”. Ігрок становіцца ў сярэдзіну круга, дзе павінен знаходзіцца да канца гульні. Калі ігрок заўважыў падкінутую яму лыжку, ён падымае яе і сам становіцца кашаварам. Па меры таго як дзеці ідуць варыць кашку, круг звужаецца. Гульня заканчваецца, калі ў крузе застанецца не больш як чатыры іграка.

Метадычныя указанні: ігракі ў крузе павінны заўважыць падкінутую лыжку, толькі паваротам галавы

Игровая карточка № 69

Назва гульні: «Іванка і Марылька»

Мэта гульні: развіваць узгодненнасць рухаў, выхоўваць пачуццё калектывізму.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: дзве хусцінкі.

Змест: з ліку тых, хто гуляе, выбіраюць дзячынку Марыльку. Яна з хустачкай у руцэ становіцца у сярэдзіну круга. Дзеці, узяшыся за рукі, ідуць па кругу і спяваюць: Дзячынка Марылька ходзіць па кругу, шукае іванку. Пасля таго як дзеці закончылі спяваць, яна спыняецца каля хлопчыка і запрашае яго выйсці у круг. Хлопчык Іванка са словамі «гоп-гоп-гоп» выбягае на сярэдзіну круга прыгаворваючы:

Як тупну нагой, да прытупну другой- (тупае нагамі)

Кругом пакружуся (кружыцца)

Усім людзям пакажуся (выконвае танцавальныя рухі).

Марылька танцуе вакол Іванкі і махае хустачкай. Дзеці дружна пляскаюць у далаш і прыгаворваюць:

Танцуй, танцуй, Іванка, хоць да ранку,

Толью Марыльку з сабой забяры. Іванка бярэ Марыльку за руку, вядзе яе на свае месца у крузе. Затым выбіраецца другая дзячынка Марылька і гульня працягваецца.

Метадычныя ўказанні: выконваць усё па тэксту.

Игровая карточка № 70

Назва гульні: «Гарлачык»

Мэта гульні: практыкаваць у бегу, ва ўменні дзейнічаць па сігналу, хутка арыентавацца у навакольным. Развіваць увагу.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: медальёны-гарлачыкі.

Змест: дзеці сядзяць у крузе на кукішках. Гэта «гарлачыкі». Па кругу ходзіць пакупнік. Спышушыся каля каго-небудзь, ён пытаецца:

— Колькі каштуе «гарлачык»?

Дзіця адказвае: *За «гарлачык» гэты Дай нам зусім крышку:*

Каб ніколі не хварэць — Маннай кашы лыжку.

Пасля гэтых слоў дзіця-гарлачык паднімаецца на ногі і бяжыць па кругу у адным напрамку, а пакупнік—насустрэч яму. Кожны імкнецца заняць свабоднае месца. Той, хто спазняецца, становіцца пакупніком.

Метадычныя ўказанні: дзеці павінны бегчы па крузе ў розных напрамках.

Игровая карточка №71

Назва гульні: «Замарожаныя»

Мэта гульні: удасканаліваць навыкі бегу, змяняючы тэмп і напрамак.

Выхоўваць смеласць, сумленнасць.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: не патрабуецца.

Змест: па лічылцы:

Дзед Мароз, Дзед Мароз

Бабу снежную прынёс,

Баба, баба, снежавуха,

Не хапай мяне за вуха!

Дзеці выбіраюць Дзеда Мароза і разбягаюцца па пляцоўцы. Дзед Мароз бяжыць за імі і імкнецца дакрануцца да аднаго з дзяцей рукой, замарозіць яго. Замарожаны павінен спыніцца і расставіць рукі у бакі. Гульня заканчваецца, калі будуць замарожаны ўсе дзеці. Затым выбіраюць новага Дзеда Мароза і пачынаюць гульню спачатку.

Метадычныя ўказанні: замарожаны павінен расставіць рукі ў бакі і не рухацца.

Игровая карточка №72

Назва гульні: «Свінка»

Мэта гульні: практыкаваць у забіванні мяча у цэль. Развіваць спрыт, хуткасць рэакцыі, дакладнасць рухаў.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: мяч.

Змест: з ліку тых, хто гуляе, выбіраецца водзячы. У цэнтры нарысаванага круга выкопваецца яма-хлеу, побач з якім кладзецца мяч—свінка. Дзеці становяцца за лінію круга і прыгаворваюць:

— *Куба — куба — кубака, гонім свінку да хляўка!*

Пасля гэтых слоў водзячы палкай ці нагой адждвае свінку як мага далей убок. Усе бягуць да свінкі, перакідваюць яе адзін аднаму нагамі і спрабуюць загнаць у хлявок. Водзячы, перашкаджае ім і выкідвае свінку з круга. Калі дзецям удаецца закінуць свінку у хлеу, выбіраецца новы водзячы, і гульня працягваецца.

Метадычныя ўказанні: дзеці не павінны кранаць мяч рукой; той, хто водзіць, не мае права выходзіць за межы круга.

Игровая карточка № 73

Назва гульні: «Гаспадыня і кот»

Мэта гульні: практыкаваць у бегу з лоуляй і выкрутамі, развіваць спрыт, вынослівасць.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: не патрабуецца.

Змест: дзеці выбіраюць па лічыльцы маці, дачку і ката. Усе астатнія — збаночкы

Маці гаворыць:

— Вось там, каля бяроз, будзе склеп. А вось тут — наш дом. Ідзьце ўсе, збаночкы у дом!

Збаночкі прыйшлі і спыніліся. Маці гаворыць:

— Дапамажы мне, дачушка, збаночкі ў склеп аднесці! Маці бярэ двух дзяцей за рукі, дачка таксама бярэ двух дзяцей за руку, і ўсе ідуць ад дома да склепа — гэта яны збаночкі нясуць.

Так і ходзяць маці з дачкою, пакуль не перанясуць у склеп усе збаночкі. У склепе збаночкі стаяць або сядзяць на кукшках.

— Ну, дачка,— гаворыць маці,— я на работу пайду, а ты дома сядзі ды наглядвай за катом, каб ён у склеп не залез, збаночкі не перакуліў.

Сказала і адышла ўбок. Дачка сумна адной сядзець, пайшла яна да сябровак. А кату тольш гэта і трэба. Азірнуўся у адзін бок, у другі і пайшоў да склепа. Пачаў збаначкі перакульваць, кране лапкай і скажа:

— У гэтым — смятанка! У гэтым — малако! У гэтым — тварог! У гэтым — юслае малако! У гэтым — масла!

Вярнулася маці і дачка і пачалі лавіць ката. Ды дзе там — не даецца кот у рукі. Тады падымаюцца ўсе збаночкі і пачынаюць лавіць ката. Бегаюць ды прыгаворваюць:

— Не выкруціцца, кот!
Пападзешся, кот!

Давайце яго, свавольшкі, сеткаю лавіць! — гаворыць Маці.

Хутка ўсе за рукі узяліся — атрымалася сетка. Пачалі касу сеткаю лавіць. Ён туды, ён сюды — ды не змог на тэты раз уцячы: трату у сетку.

Пачаў прасцца:

— Адпусце мяне! Не буду перакульваць збаночкі!

Граў круг шырэйшы. Усе гавораць кату:

— Патанцуй, паскачы, тады адпусцім!

Метадычныя ўказанні: дзеці-збаночкі пачынаюць лавіць ката толькі тады, калі іх аб гэтым просіць маці.

Игровая карточка №74

Назва гульні: «Фарбы»

Мета гульні: практыкаваць у бегу з лоўляй і выкрутамі, развіваць памяць, кемлівасць.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: не патрабуецца.

Змест: дзеці выбіраюць гаспадару фарбаў і адгадчыка Несцерку.

Усе астатнія дзеці — фарбы.

Несцерка адыходзіць ўбок, а гаспадар і фарбы ціхенька згаворваюцца, хто якой фарбай будзе. Назву фарбам можа даваць гаспадар, або яны выбіраюць самі.

Кожны з тых, хто гуляе, выбірае сабе які-небудзь колер (зялёны, чырвоны, белы і г. д.). Гаспадар павінен добра запомніць, хто якая фарба.

Калі назвы дадзелены, фарбы і гаспадар прысядаюць на кукшкі і робяць выгляд, што засьпаюць.

Тут да фарбаў падыходзіць Несцерка, стукае некалькі разоў нагой і гаворыць:

— Стук-стук!

Гаспадар прачынаецца і пытаецца:

— Хто тут?

—

— Несцерка! Чаго прыйшоў? Па фарбу? Па якую?

Несцерка называе які-небудзь колер, напрыклад:

— Па сінюю!

Калі такога колеру сярод фарбаў няма, гаспадар гаворыць:

— Такой фарбы ў нас няма!

А ўсе фарбы пляскаюць у ладкі і прыгаворваюць:

Пайдзі за сіняю лясок, Знайдзі сіні чабаток. Панасі, панасі, і нам прынясі.

Пасля гэтых слоў Несцерка адыходзіць ўбок, потым вяртаецца і працягвае з гаспадаром ранейшую гутарку:

— Стук-стук!

— Хто там? Несцерка! Чаго прыйшоў? Па фарбу? Па якую? Па белую!

Калі белая фарба ёсць, гаспадар яму гаворыць:

— Ёсць белая фарба, бяры яе!

«Фарба» уцякае, а Несцерка яго ловіць.

Метадычныя ўказанні: фарба павінна бегчы ў загадзя абзначанае месца.

Игровая карточка № 75

Назва гульні: «Вартаўнік»

Мэта гульні: развіваць хуткасць рэакці, уменне арыентавацца ў навакольных абставінах, смеласць, спрыт.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: не патрабуецца.

Змест: выбраны па лічылцы вартаўнік падыходзіць да аднаго з дзяцей, якія стаяць свабодна па усёй пляцоўцы. Дзіця адразу ж прысядае на кукішкі, а вартаўнік кладзе яму руку на галаву — ахоувае яго. Другой рукой ён імкнецца запляміць дзяцей, якія бегваюць па пляцоўцы і стараюцца дакрануцца да таго, хто сядзіць на кукішках.

Метадычныя указанні: вартаўнік павінен пляміць дзяцей, не адымаючы адной рукі з галавы дзіцяці, што сядзіць.

Игровая карточка № 76

Назва гульні: «Свабоднае месца»

Мэта гульні: развіваць хуткасць бегу, спрыт, вынослівасць.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: палачка, хустачка.

Змест: дзеці становяцца у круг шчыльна адзін каля аднаго. Водзячы выклікае двух дзяцей, якія стаяць побач, яны робяць крок назад і становяцца спіной адзін да аднаго. Па сігналу: «Раз — два—тры — бяжы!» дзеці бягуць у розныя бакі па кругу, стараючыся хутчэй стаць на свабоднае месца. Той, хто хутчэй дабег да свайго месца і заняў яго, лічыцца пераможцам. Затым водзячы выклікае двух іншых ігракоў і г. д.

Метадычныя указанні: бегчы дазваляецца толькі са знешняга боку круга.

Игровая карточка №77

Назва гульні: «Паляўнічы»

Мэта гульні: удасканаліваць навыкі хуткага бегу, развіваць увагу, назіральнасць, смеласць, сумленнасць.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: не патрабуецца.

Змест: па лічылцы дзеці выбіраюць паляўнічага і двух-трох сабак. Усе астатнія— зайцы. Зайцы хаваюцца за кустамі, у ямах і іншых месцах. Выходзіць паляўнічы і крычыць: «Бах! Бах!» Сабакі бягуць ва ўсе бакі, знаходзяць зайцаў і выганяюць іх на адкрытае месца. Кожнага з дзяцей-зайцаў паляўнічы павінен сустрэць словамі «Бах! Бах!» інакш яны схаваюцца і іх трэба будзе шукаць зноў. Зайцы, знойдзеныя паляўнічым, павінны выйсці з гульні.

Метадычныя указанні: пераможцамі лічацца тыя зайцы, якіх паляўнічы на працягу 5 мінут не знайшоў.

Игровая карточка №78

Назва гульні: «Рэшата»

Задача: развіваць хуткасць і дакладнасць рухаў. Выхоўваць смеласць, сумленнасць.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: гімнастычная палка, хустачка.

Змест: дзеці становяцца у адзін рад. Дзіця, якое стаіць спераду, бярэ у рукі палку, а усе астатнія трымаюць адзін аднаго рукамі за пояс. Адзін з дзяцей — водзячы не становіцца ў рад, ён бярэ хустачку, скручвае ў трубочку і на адным яе канцы завязвае невялікі вузельчык. Зрабіўшы, такім чынам, лёгенькі скрутачак, ён павінен стукнуць ім па плячах апошняга іграка. Але той не чакае гэтага. Ён зрываецца з месца, бяжыць да першага у радзе, бярэ у яго палку і становіцца перад ім, г. зн. хаваецца за палкай. Калі гэта іграку зрабіць удаецца, водзячы падбягае да дзіцяці, якое стала апошнім, і імкнецца ударыць яго. Так гуляюць да той пары, пакуль не падойдзе чарга бегчы іграку, які ў пачатку гульні стаяў спераду з палкай ў руках. Тады скрутачак перадаецца гэтаму іграку, і гульня працягваецца.

Метадычныя указанні: калі ігрок не паспее схавацца за палкай, і атрымлівае скрутачак па плячах, ён павінен бегчы яшчэ раз вакол рада дзяцей.

Игровая карточка № 79

Назва гульні: «Каноплі»

Мэта гульні: выпрацоуваць навыкі хуткага бегу, уменне адгадаць тактычныя прыёмы праціўніка, фарміраваць вытрымку.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: не патрабуецца.

Змест: ігракі па дамоуленасці выбіраюць гаспадара, становяцца у шарэнгу і бяруцца за рукі. Гаспадар ідзе уздоўж шарэнгі, спыняецца каля аднаго з ігракоў і пачынае з ім дыялог:

— *Прыходзь да мяне каноплі палोць.*

— *Не хачу!*

— *А кашу есці?*

— *Хоць зараз!*

— *Ах ты, гультай!*—і у гэты жа час бяжыць у любы канец шарэнгі.

Адначасова і ігрок бяжыць у тым жа напрамку, але за спінамі ігракоў. Хто першы — гаспадар ці гультай — возьме за руку апошняга ў шарэнзе, той становіцца з ім побач, а ігрок, які застаўся, займае месца гаспадара.

Метадычныя указанні: пасля слоў “*Ах ты, гультай!*” гаспадар можа зрабіць некалькі падманлівых рухаў.

Игровая карточка № 80

Назва гульні: «Шчупак»

Мэта гульні: удасканалваць навыкі руху калонай, мяняючы тэмп і напрамак. Развіваць спрыт, увагу, пачуццё прасторы.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: не патрабуецца.

Змест: дзец лічацца і выбіраюць шчупака і матку. Шчупак адыходзіць убок, а ўсе становяцца за маткай і моцна трымаюцца за яе і адзін за аднаго. Шчупак кідаецца то ў адзін, то ў другі бок і імкнецца схапіць самага апошняга у калоне. Тыя доўгім хвастом стараюцца увільнуць ад шчупака. Гульня працягваецца да таго часу, пакуль не будуць схоплены ўсе, хто стаяў за маткаю.

Метадычныя указанні: ігрок лічыцца злоўленым, калі шчупак дакранаецца да яго рукой.

Игровая карточка №81

Назва гульні: «Іванка»

Мэта гульні: развіваць трапнасць і дакладнасць рухаў, хуткасць рэакцыі. Фарміраваць пачуццё адказнасці.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: не патрабуецца.

Змест: на зямлі рысуюць круг дыяметрам 5-6 м — лес, а у сярэдзіне круга квадрацік — дом лесавіка. У квадрацік змяшчаюць Іванку (ляльку, мяч, кубік) і выбіраюць лесавіка. Астатнія ігракі — лебедзі. Лебедзі, залятаючы ў лес, спрабуюць забраць Іванку, а лесавік — злавіць лебедзя рукой або дакрануцца да яго галінкай. Лебедзь, якому ўдасца вынесці з лесу Іванку, становіцца лелесавіком, і гульня пачынаецца спачатку.

Метадычныя указанні: Злоўленыя лебедзі выбываюць з гульні.

Игровая карточка №82

Назва гульні: «Садзі лянок»

Мэта гульні: развіваць каардынацыю рухаў, хуткасць, уменне арыентавацца ў навакольных абставінах.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: не патрабуецца.

Змест: перад пачаткам гульні дзеці выбіраюць вядучага. Затым на зямлі рысуюць кружкі — «гнёзды, якіх павінна быць на 2 — 3 менш чым ігракоу. Усе становяцца ў агульны круг і бяруцца за рукі. Вядучы ходзіць па кругу і робіць розныя рухі: прысядае, падскоквае і г. д. Дзеці, не разбіраючы рук, павіны паўтараць яго дзеянні. Нечакана вядучы камандуе «Садзі лянок!» Кожны імкнецца заняць «гняздо».

Метадычныя указанні: ». Той, хто яго не зойме, лічыцца пасаджаным, і яго садзяць у гняздо, дзе ён знаходзіцца да канца гульні. Затым гульня паўтараецца.

Игровая карточка № 83

Назва гульні: “Міхасік”

Мэта гульні: практыкаваць ва ўменні ўзгадняць рухі з характарам мелодыі; развіваць спрыт, хуткасць, настойлівасць.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: 6-7 пар абутку.

Змест: па крузе ставяцца 6-7 пар абутку (гэта лапці), 7-8 удзельнікаў становяцца вакол лапцей. Дзеці гавораць:

“Ты Міхасік, не зывай!

Хутка лапці абудвай!”

Гучыць беларуская народная мелодыя. Дзеці, выконваючы танцавальныя рухі, перамяшчаюцца па крузе. Па сігнале (змаўкае музыка) кожны стараецца хутка надзець лапці. Дзеці, якія засталіся без абутку, выбываюць з гульні.

Метадычныя ўказанні: пры кожным паўторы гульні адна пара лапцей прымаецца.

Игровая карточка № 84

Назва гульні: “Пасадка бульбы”

Мэта гульні: развіваць спрыт, хуткаснасiлавыя якасці, арыентаванне ў прасторы, увагу.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: бульбіны (кубікі на кожнага ўдзельніка), 2-3 абручы.

Змест: дзеці падзяляюцца на 2-3 каманды па 8-10 чалавек. Строяцца ў калоны на чале з капітанамі, кожны атрымлівае бульбіну. На адлегласці 8-10 метраў на падлозе пакладзены абручы. Гэта поле. Па сігнале капітаны бягуць і садзяць бульбу – кладуць яе ў абруча, вяртаюцца назад. Гульнію па чарзе працягваюць наступныя члены каманды. Выйграе каманда, якая першай скрнчыць пасадку бульбы.

Метадычныя ўказанні: калі бульба выкаціцца з абруча. Ігрок вяртаецца і кладзе яе на месца.

Игровая карточка №85

Назва гульні: “Паляванне на лісаў”

Мэта гульні: практыкаваць у бегу з лоўляй і адхіленнем, ва ўменні хутка арыентавацца ў навакольным.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: не патрабуецца.

Змест: па дамоўленасці дзеці выбіраюць паляўнічага і пяць лісаў. Астатнія, узяўшыся за рукі, утвараюць чатыры маленькія кругі. гэтыя кругі раўнамерна размяшчаюцца па пляцоўцы. Кожны круг – гэта лісіная нара, дзе жыве адзін ліс. Сярод нор бегае ліс, у якога нямае нары. На яго палое паляўнічы. Як толькі ліс залазіць у якую-небудзь нару, то яе гаспадар павінен адразу ж пакінуць яе і ўцякаць ад паляўнічага ў другую нару. Злоўлены ліс становіцца паляўнічым.

Метадычныя ўказанні: у кожнай нары павінен жыць толькі адзін ліс.

Игровая карточка №86

Назва гульні: “Золата”

Мэта гульні: развіваць хуткасць рухальнай рэакцыі, спрыт, назіральнасць.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар: маленькая рэч (золата).

Змест: дзеці садзяцца ў рад. Адно дзіця – водзячы. Ён дзеліць золата, непрыкметна хаваючы яго ў руках каго-небудзь з дзяцей. Потым водзячы адыходзіць на 3-4 крокі і крычыць: “Золата, да мяне!”.

Той, у каго схавана золата, павінен усхапіцца і бегчы да вадзячага. Але ўсе ўважліва сочаць адзін за другім і імкнуцца затрымаці іграка з золатам. Калі таму не ўдаецца выскачыць з рада, кожны застаецца на сваім месцы. Калі ж іграку з золатам удаецца вырвацца, ён становіцца водзячым, а водзячы займае яго месца. Гульнію працягваецца.

Метадычныя ўказанні: дзеці не павінны падаваць выгляду, што золата ў іх няма.

Игровая карточка № 87

Назва гульні: “Вяроўка-змейка”

Мэта гульні: развіваць хуткасць рухальнай рэакцыі, спрыт, каардынацыю рухаў.

Месца правядзення: пляцоўка на вуліце, фізкультурны зала.

Інвентар:вяроўка.

Змест: на зямлі чэрцяць вялікі круг, вакол якога садзяцца ўсе дзеці. За кругам ходзіць вядучы. Нечакана ён кідае на сярэдзіну круга вяроўка-змейку. Усе бягуць, імкнучыся як мага хутчэй стаць на яе. Каму месца не хопіць, выбывае з гульні.

Метадычныя указанні: нельга штурхаць іншых, імкнучыся на вяроўку.

Игровая карточка № 88

Название игры: «С картой в путь»

Цель игры: развивать внимание, наблюдательность, умение ориентироваться в пространстве.

Место проведение: площадка на улице.

Инвентарь: карта маршрута, предмет для поиска, самодельные условные знаки.

Содержание: педагог заранее в лесу (на территории учреждения дошкольного образования), там, где будет проводиться игра, через каждые 5-10 шагов устанавливает условные знаки: стрелка - идти прямо; стрелка с поворотом - идти вправо или влево; две стрелки накрест – дальше прохода нет; изображение 7на табличке предмета – будьте внимательны, предмет спрятан совсем близко.

Педагог сообщает участникам игры, что спрятал какой-либо предмет и предлагает найти его с помощью карты.

Методические указания: дети заранее знакомятся с условными знаками.

Игровая карточка №89

Название игры: «Если точно идёшь, что-то найдёшь»

Цель игры: упражнять в ориентировке в пространстве; развивать внимание, сообразительность.

Место проведение: площадка на улице.

Инвентарь: любой знакомый детям предмет.

Содержание: педагог заранее прячет какой –нибудь знакомый предмет. Дети становятся в шеренгу и выполняют в точности каждое упражнение, которое называет педагог, например: сделать пять шагов назад, два шага вправо, повернуться направо, четыре шага вперёд, покружиться на месте, присесть, начать поиск. Нашедший предмет делает круг почёта под аплодисменты играющих.

Методические указания: выполнять с точностью указания педагога.

Игровая карточка №90

Название игры: «Спрячь предмет и опиши путь к нему»

Цель игры: развивать наблюдательность, внимание, умение точно описать ситуацию.

Место проведение: площадка на улице.

Инвентарь: игрушка.

Содержание: водящий прячет какой –нибудь предмет, а затем объясняет дорогу к нему. Нашедший считается победителем. Если предмет не будет найден, водящий сам направляется к нему, повторяя при этом объяснение.

Методические указания: как можно точнее объяснять дорогу к спрятанному предмету.