

## Картотека подвижных игр для детей среднего возраста.

<p style="text-align: center;"><b>«Мы ребята смелые...(разведчики)»</b></p> <p><b>Оборудование:</b> шнуры (верёвки), доски, кубики, кирпичики.</p> <p><b>Цель:</b> Воспитывать выдержку и дисциплинированность. Тренироваться ползать на четвереньках между предметами – в прямом направлении, по доске, по наклонной доске. Слушать внимательно задания взрослого, ползти друг за другом, не толкаясь. Формировать навыки ориентировки в пространстве.</p> <p><b>Ход игры:</b> Взрослый читает стихотворение, а дети ползают и ходят, изображая разведчиков.</p> <p><i>Мы ребята смелые, Ловкие, умелые. Проползем здесь и там – по дорогам (в прямом направлении) По мостам (по доске) Влезем на гору высоко (по наклонной доске) Видно нам с нее далёко. А потом найдем дорожку И пройдем по ней немножко (ходьба по извилистой «дорожке», обозначенной шнурами).</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>«Пробеги тихо»</b></p> <p><b>Оборудование:</b> стул.</p> <p><b>Цель:</b> Учить детей бесшумно передвигаться в пространстве.</p> <p><b>Ход игры:</b> Выбирается ведущий, он присаживается на стул, закрывает глаза. По сигналу остальные участники должны перебраться бесшумно, мимо водящего, из одного пункта назначения в другой. На слова водящего: «Стой!», бегущие останавливаются. Не открывая глаз, водящий говорит, кто бежал, (сколько человек, и т.д.). Выигрывает тот, кто пробежала тихо и кого водящий не смог «обнаружить».</p> <p>Дети делятся на группы из 4-5 человек, распределяются на три группы и выстраиваются за чертой. Выбирают водящего, он садится посередине площадки и закрывает глаза. По сигналу одна подгруппа бесшумно бежит мимо водящего на другой конец площадки. Если водящий услышит, он говорит «Стой!» и бегущие останавливаются.</p>
<p style="text-align: center;"><b>« Самолеты»</b></p> <p><b>Оборудование:</b> обручи разного цвета 3- 4 шт.</p> <p><b>Цель:</b> Учить легкости движений, действовать по сигналу.</p> <p><b>Ход игры:</b> Перед игрой необходимо отработать все движения самолета. Дети становятся в обручи, в свои аэродромы. По сигналу: «К полету готовы! Завести моторы!». Дети делают вращательные движения руками перед грудью. После сигнала «Полетели!» разводят руки в стороны и разбегаются по залу. По сигналу: «На посадку!» играющие направляются на свой «аэродром» (обруч).</p>	<p style="text-align: center;"><b>«Через ручеек»</b></p> <p><b>Оборудование:</b> 2 шнура, массажные коврики.</p> <p><b>Цель:</b> Развить у детей ловкость, упражнять в равновесии, упражнять в прыжках на двух ногах.</p> <p><b>Ход игры:</b> Все играющие сидят на стульях, а в шести шагах от них кладутся два шнура, расстояние между ними должно быть два метра - это и есть “ручеек”. В четырех местах ручейка располагаются коврики. Это - "камушки". Дети должны по ним перебраться на другой берег, не замочив ноги. Коврики расположены в ручейке так, чтобы дети могли обеими ногами прыгать с одного камня на другой. По сигналу «Пошли!» дети должны перебраться через ручей, тот кто оступился должен отойти в сторону - «посушить обувь». Проигравшим считается тот, кто ступил ногой в ручеек - «замочил обувь». Можно усложнить игру, увеличив расстояние между шнурами, и проходить через ручеек на одной ноге.</p>
<p><b>«Салют»</b></p>	<p><b>«Жмурки»</b></p>

<p><b>Оборудование:</b> разноцветные мячи.</p> <p><b>Цель:</b> Упражнять детей в подбрасывании мяча снизу вверх и умении ловить его двумя руками.</p> <p>Развивать двигательные функции, фиксацию зрения.</p> <p><b>Ход игры:</b> Детям раздают мячи разных цветов. Взрослый вместе с детьми произносит:</p> <p><i>Это не хлопнушки: Выстрелили пушки. Люди пляшут и поют. В небе – праздничный салют!</i></p>	<p><b>Оборудование:</b> повязка на глаза.</p> <p><b>Цель:</b> учить внимательно слушать текст; развивать координацию в пространстве.</p> <p><b>Ход игры:</b> Жмурка выбирается при помощи считалки. Ему завязывают глаза, отводят на середину площадки, и поворачивают несколько раз вокруг себя. Разговор с ним: - Кот, кот, на чем стоишь? - На мосту. - Что в руках? - Квас. - Лови мышей, а не нас! Игроки разбегаются, а жмурка их ловит. Пойманного игрока жмурка должен узнать, назвать его по имени, не снимая повязки. Тот становится жмуркой.</p>
<p style="text-align: center;"><b>«Собираем урожай»</b></p> <p><b>Оборудование:</b> корзинки, маленькие мячи двух цветов.</p> <p><b>Цель:</b> Воспитывать выдержку и дисциплинированность.</p> <p>Упражнять в метании мяча в горизонтальную цель левой и правой руками.</p> <p>Развивать глазомер, глазодвигательные функции, фиксацию зрения.</p> <p><b>Ход игры.</b> На расстоянии 2 м. от детей стоят корзинки, рядом с детьми лежат маленькие мячи двух цветов. Взрослый объясняет детям, что они – зайцы, а мячи – это овощи, которые нужно собрать в корзинки.</p> <p><i>Соберут зайчата ловко С грядок сочную морковку И хрустящую капусту. В огороде будет пусто.</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>«Гори, гори ясно»</b></p> <p><b>Цель:</b> развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.</p> <p><b>Ход игры:</b> играющие становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. «Ловящий» становится на эту линию. Все говорят:</p> <p style="text-align: center;"><i>Гори, гори ясно, Чтобы не погасло. Глянь на небо- Птички летят, Колокольчики звенят! Раз, два, три – беги!</i></p> <p>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 удастся сделать, то он образует пару и становится впереди колонны, а оставшийся – <b>ловящий</b>.</p>
<p style="text-align: center;"><b>«Птички и кошка»</b></p> <p><b>Оборудование:</b> стул.</p> <p><b>Цель:</b> учить двигаться по сигналу, развивать ловкость.</p> <p><b>Ход игры:</b> В большом кругу сидит «кошка», за кругом – «птички». «Кошка» засыпает, а «птички» впрыгивают в круг и летают там, присаживаются, клюют зерна. «Кошка» просыпается и начинает ловить «птиц», а они убегают за круг. Пойманных «птичек» кошка отводит в середину круга. Все вместе подсчитывают, сколько их.</p>	<p style="text-align: center;"><b>«Кот на крыше»</b></p> <p><b>Оборудование:</b> мел.</p> <p><b>Цель:</b> развивать координацию движений; развивать ритмичную, выразительную речь.</p> <p><b>Ход игры:</b> Дети становятся в круг. В центре – «кот». Остальные дети – «мышь». Они тихо подходят к «коту» и, грозя друг другу пальцем, говорят хором вполголоса: Тише мышь, тише мышь... Кот сидит на нашей крыше. Мышка, мышка, берегись. И коту не попадись! После этих слов «кот» гонится за мышками, те убегают. Нужно</p>

	<p>отметить чертой мышкин дом – норку, куда «кот» не имеет права забегать.</p>
<p><b>«Шел король по лесу»</b>  <b>Цель:</b> Развить быстроту, ловкость, внимание.  <b>Ход игры:</b> Дети становятся в круг, взявшись за руки и произносят слова с движениями.          Шел король по лесу, По лесу, по лесу.          (Ходьба по кругу.) Нашел себе принцессу,          Принцессу, принцессу. Давай с тобой          попрыгаем, Попрыгаем, попрыгаем.          (Прыжки на двух ногах на месте.) И          ножками подрыгаем, Подрыгаем,          подрыгаем. (Выбрасывают прямые ноги          вперед.) И ручками похлопаем, Похлопаем,          похлопаем. (Хлопают в ладоши.) И          ножками потопаем,Потопаем, потопаем.          (Топают ногами на месте.)</p>	<p><b>«Совушка»</b>  <b>Оборудование:</b> маска совы.  <b>Цель:</b> Научить неподвижно стоять некоторое время, внимательно слушать.  <b>Ход игры:</b> Участники игры произвольно располагаются на площадке. В стороне («в дупле») сидит или стоит «Сова». Взрослый говорит: <i>«День наступает – все оживает»</i>. Все дети свободно двигаются по площадке, выполняя различные движения. По сигналу: <i>«Ночь наступает, все замирает, сова вылетает»</i>, все дети должны немедленно остановиться в том положении, в котором их застали эти слова, и не шевелиться. «Сова» медленно проходит мимо играющих и внимательно осматривает их. Кто пошевелится или засмеется, того «сова» отправляет к себе в «дупло». Через некоторое время игра останавливается, и подсчитывают, сколько человек «сова» забрала к себе. После этого выбирают новую «сову» из тех, кто к ней не попал. Выигрывает та «сова», которая забрала себе большее число играющих.</p>