



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОУРАЛЬСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА
– детский сад «Росток»
(МАДОУ детский сад «Росток»)



624130, Свердловская область, г.Новоуральск, ул. Победы, д.28Б
тел.(fax) 3-39-45, тел. 3-08-50, 3-37-77
e-mail: madou.rostok@mail.ru www/http://rostok-nu.tvoyasadik.ru
ИНН/КПП 6682003348/668201001

обособленное структурное подразделение
детский сад № 48 «Радуга»



Сборник «Подвижные игры на свежем воздухе»

Новоуральск, 2021.

Представленный сборник составлен педагогами и специалистами детского сада № 48 «Радуга», обособленного структурного подразделения МАДОУ Новоуральского городского округа – детский сад «Росток», включает в себя подвижные игры для детей дошкольного возраста, соответствующие:

- возрастным особенностям детей,
- климатическим и погодным условиям, направленными на:
 - активизацию двигательной сферы развития ребенка,
 - обучение и закрепление способов двигательной деятельности,
 - формирование элементарных навыков выполнения основных движений,
 - самостоятельную организацию детей в подвижных играх.

Представленные подвижные игры рекомендуется так же проводить с детьми в ходе организации межвозрастного взаимодействия и общения дошкольников, осуществляемого в процессе организации прогулок на свежем воздухе, что способствует развитию у воспитанников

- умения контролировать свои движения и управлять ими;
- способности подчиняться правилам и социальным нормам в ходе совместной двигательной деятельности;
- активному включению детей разного возраста в совместные игры подвижного характера.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

«Колпачок»

Задачи:

1. содействовать формированию у детей умения выполнять движения – ходьба друг за другом, взявшись за руки, согласно тексту игры;
2. способствовать развитию координации движений, формированию умения ориентироваться в игровом пространстве;
3. способствовать формированию положительного отношения к совместной двигательной деятельности, желания играть друг с другом.

Текст песенки:

Колпачок, колпачок
Тоненькие ножки,
Красные сапожки
Мы тебя кормили,
Мы тебя поили
На ноги поставили
Танцевать заставили.

Ход.

Дети становятся в круг, выбирают водящего, он будет «Колпачком». «Колпачок» встает в центр круга. Остальные дети ходят по кругу и проговаривают или пропевают слова песенки. Когда произносятся слова «мы тебя кормили, мы тебя поили», круг сужается. На слова «Танцевать заставили» дети расходятся в большой круг и хлопают в ладоши. «Колпачок» стоящий в кругу танцует. Затем дети выбирают следующего «Колпачка», игра продолжается.

«Хоровод»

Задачи:

- содействовать овладению необходимыми двигательными навыками, умениями и совершенствованию в них;
- способствовать приобщению детей к элементарным нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.

Ход.

Вокруг розовых кустов, среди травок и цветов
Кружим, кружим хоровод, ох, весёлый мы народ!
До того мы закружились, что на землю повалились.
Бух!

Дети за воспитателем проговаривают слова. Взявшись за руки, ходят по кругу.
При произнесении последней фразы приседают.

«Раз, два, три – беги!»

Задачи:

- способствовать упражнению детей в умении действовать по сигналу;
- содействовать развитию скоростных качеств;
- содействовать освоению двигательного умения бегать не наталкиваясь друг на друга;
- способствовать формированию умения соблюдать правила игры.

Правило: добежал до цели, жди следующую команду.

Ход.

Дети стоят возле воспитателя и слушают, что он скажет. Если воспитатель говорит: «Раз, два, три, к дереву беги», дети бегут к дереву и ждут воспитателя. Если воспитатель скажет: «Раз, два, три, к песочнице беги», дети бегут к песочнице и ждут воспитателя.

«Затейники»

Задачи:

- содействовать формированию у детей интереса к придумыванию, показу и повторению различных движений;
- способствовать развитию креативных возможностей и физических качеств;
- способствовать воспитанию самостоятельности и активности;
- содействовать расширению двигательного опыта и обогащению его новыми, более сложными движениями.

Правила: движения не должны повторяться.

Ход игры: Дети стоят по кругу, в центре затейник. Дети идут по кругу со словами:

«Ровным кругом
Друг за другом
Мы идем за шагом шаг.
Стой на месте
Дружно вместе
Сделаем вот так».

Дети останавливаются, затейник показывает движения. Дети повторяют его, затейник меняется.

«Бабка - Ёжка»

Задачи:

- содействовать закреплению у детей умения ходить по кругу спокойным шагом;
- способствовать формированию умения выразительно передавать игровой образ;
- способствовать формированию у детей умения соблюдать правила игры;
- содействовать упражнению в беге;

- содействовать воспитанию выдержки, развитию внимания, быстроты реакции.

Ход.

Дети стоят в кругу, считалкой выбирают ведущую – Бабку-Ёжку.

(на начальном этапе игры Бабка-Ёжка – воспитатель)

В темном лесе есть избушка, (идут по кругу)

Стоит задом наперед, (поворот вокруг себя)

В той избушке, на опушке (козырёк вправо-влево)

Бабушка – Яга живет, (руки на поясе, топнуть ногой)

Нос крючком, (*Показывают*)

Глаза большие, (*Показывают*)

Словно угольки горят (*показывают глаза*)

Ух, сердитая какая! (*топают ногой*)

Дыбом волосы стоят (*показывают торчащие волосы*)

И поломана нога, не простая - костяная, костяная (*идут прихрамывая*)

Ах ты, Бабушка – Яга...

Баба Яга кричит: «Разбегайся, кто куда!!»

Дети разбегаются, Баба – яга догоняет.

«Снежинки»

Задачи:

- способствовать упражнению детей в ходьбе и беге по ограниченной площадке;
- содействовать формированию умения внимательно слушать водящего, выполнять движения в соответствии с инструкцией;

- способствовать формированию положительного эмоционального настроения в ходе совместной со взрослыми и сверстниками игры.

Ход.

Воспитатель предлагает всем вместе превратиться в снежинок.

Произносит:

- «Снежинки кружатся» - дети бегают, кружатся, летают.

- «Снежинки сели» - присаживаются на корточки.

- «Снежинки растаяли» - падают на пол, раскинув руки.

- «Сугроб» - все собираются около воспитателя.

«Самолёты»

Задачи:

- содействовать формированию у детей умения бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга;

- способствовать развитию внимания, способности действовать по словесному сигналу;

- содействовать совершенствованию двигательных навыков и умению их использования в изменяющихся игровых ситуациях.

Ход.

Воспитатель предлагает детям приготовиться к «полёту», показав предварительно, как «заводить» мотор и как «летать».

Воспитатель говорит: «К полёту приготовиться. Завести моторы!» - дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук: «Р-р-р». После сигнала воспитателя: «Полетели!» - дети разводят руки в стороны (как крылья у самолёта) и «летят» - разбегаются в разные стороны. По сигналу воспитателя: «На посадку!» - дети садятся на скамейку.

«Поезд»

Задачи:

- содействовать формированию у детей умения ходить и бегать в колонне по одному, ускорять и замедлять движение; делать остановки по сигналу;
- способствовать развитию внимательности, формированию умения находить своё место в колонне;
- содействовать формированию уважительного отношения к партнерам по игре - не толкать товарищей, поддерживать друг друга.

Правила: Двигаться можно только после гудка.

Ход. Дети становятся в колонну по одному. Первый – «паровоз», остальные – «вагоны». Воспитатель даёт гудок, и «поезд» начинает двигаться вперёд сначала медленно, потом быстрее, быстрее, наконец, дети переходят на бег. После слов воспитателя «Поезд подъезжает к станции» дети постепенно замедляют движение – поезд останавливается. Воспитатель предлагает всем выйти, погулять, собрать цветы, ягоды на воображаемой полянке. По сигналу дети снова собираются в колонну – и поезд начинает двигаться.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

«Мяч соседу»

Задачи:

- содействовать закреплению у детей умения быстро передавать мяч по кругу;
- способствовать формированию у детей умения брать и удерживать, передавать мяч;
- содействовать развитию координации движений рук;
- способствовать развитию коммуникативных способностей.

Правила игры.

Мяч передавать соседнему игроку, никого не пропускать.

Ход.

Игроки строятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. У двух игроков, стоящих на противоположных сторонах круга, - по мячу. По сигналу дети передают мяч по кругу в одном направлении, как можно быстрее, стараясь, чтобы один мяч догнал другой. Проигрывает игрок, у которого окажется 2 мяча.

«Запрещенное движение»

Задачи:

- способствовать формированию у детей умения выполнять движения по показу;
- содействовать развитию моторной памяти, внимания, аналитических способностей;
- способствовать формированию положительного отношения к совместной со сверстниками деятельности.

Правила игры.

Кто повторил запрещенное движение, выбывает из игры. Запрещенное движение надо менять через 4-5 повторений.

Ход.

Игроки строятся в круг, в центре – педагог. Он выполняет различные движения, указав, какое из них – запрещённое. Дети повторяют все движения, кроме запрещенного.

«Золотые ворота»

Задачи:

- способствовать формированию у детей умения ходить друг за другом, меняя темп ходьбы;
- содействовать развитию внимания;
- способствовать развитию коммуникативных способностей, формированию положительного отношения к совместной игре; активизации детей в двигательной и коммуникативной деятельности.

Ход.

Из участников выбираются двое. Они будут «солнцем» и «луной». Затем «солнце» и «луна» становятся лицом друг другу, берутся за руки и поднимают их, как бы образуя ворота. Остальные играющие берутся за руки и вереницей идут через «ворота». При этом играющие поют песню:

*В золотые ворота
Проходите господа:
Первый раз прощается,
Второй раз – запрещается,
А на третий раз
Не пропустим вас!*

«Ворота» закрываются при последнем слове и «ловят» того, кто остался в них. Чтобы не быть пойманным, идущие, невольно ускоряют шаг, иногда переходят на бег, а ловящие, в свою очередь, меняют скорость речитатива. Игра становится более подвижной и веселой.

«Охотники и утки»

Задачи:

- содействовать формированию у детей умения бегать в определенном направлении, уворачиваясь от мяча;
- способствовать развитию координации движений, глазомеру, меткости броска;
- способствовать воспитанию у детей способности к самоорганизации.

Правила игры: мяч бросать в спину или ноги игрокам.

Ход.

Игроки-«утки» находятся на площадке. 2 водящих-«охотники» стоят на противоположных сторонах площадки лицом друг другу, у одного из них в руках мяч.

«Охотники» бросают мяч, стараясь попасть им в «уток». «Утки» перебегают с одной стороны площадки на другую, стараясь увернуться от мяча. Игроки, в которых попали мячом, временно выбывают из игры. Игра длится 5 мин., затем подсчитываются пойманные утки и выбираются новые водящие.

«Линеечка»

Задачи:

- содействовать формированию у детей умения строиться в шеренгу;
- способствовать развитию внимания, скоростных качеств;
- способствовать формированию положительного отношения к работе в команде.

Правила игры: строиться только в своей команде, очередность в шеренге значения не имеет.

Ход.

Игроки строятся в 2 – 3 шеренги по периметру площадки. По команде расходятся или разбегаются в разных направлениях, а по звуковому сигналу выполняют построение в шеренгу на своем месте. Отмечается команда, которая быстрее и ровнее построилась.

«Мышеловка»

Задачи:

- способствовать развитию выдержки;
- содействовать формированию у детей умения согласовывать движения со словами;
- содействовать формированию положительного отношения к совместной двигательной деятельности.

Правила игры: опускать сцепленные руки по слову «хлоп». После того, как мышеловка захлопнулась, нельзя подлезать под руки.

Ход.

Играющие делятся на 2 неравные группы. Меньшая, образует круг – мышеловку. Остальные – мыши, они находятся вне круга. Играющие, изображающие мышеловку берутся за руки и начинают ходить по кругу, приговаривая:

Ах, как мыши надоели,

Все погрызли, все поели.

Берегитесь же плутовки,

Доберемся мы до вас,

Вот посадим в мышеловку –

Переловим всех сейчас.

Дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх, образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее, по слову водящего: «Хлоп», дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают – мышеловка захлопнулась. Играющие, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Пойманные мыши переходят в круг и увеличивают размер мышеловки. Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями.

«Рыбаки и рыбки»

Задачи:

- содействовать формированию у детей умения бегать по площадке, взявшись за руки;
- способствовать развитию координации движений;
- содействовать формированию у детей согласованности двигательных действий.

Правила игры: «рыбки» не должны сталкиваться, «рыбаки» - расцеплять руки.

Ход.

Игроки - «рыбки» находятся на площадке. Пара игроков – водящие образуют «сеть» (берутся за руки – одна рука свободна). По сигналу «рыбки» бегают по площадке, а «рыбаки» догоняют «рыбок» и соединяют вокруг них руки. «Рыбка», которая попала в сеть, присоединяется к «рыбакам». Игра продолжается до тех пор, пока сеть не разорвется или пока не будут пойманы все игроки.

«Хали – хало»

Задачи:

- способствовать развитию у детей глазомера, координации движений;
- содействовать развитию аналитических способностей;
- способствовать формированию у детей умения самостоятельной организовывать подвижную игру.

Ход.

Считалочкой выбирается водящий. Водящий берет в руки мяч и загадывает остальным ребятам слово. Обычно говорят к какой категории принадлежит задуманное слово и его первую и последнюю букву. Например, водящий загадал слово «кровать». Он говорит это предмет из мебели, он начинается на букву «К» и заканчивается «Ь». Дети начинают отгадывать слово. Как только водящий услышит правильный ответ, он кричит «ХАЛИ – ХАЛО», подкидывает мяч как можно выше вверх, а сам убегает. Ребенок, правильно отгадавший слово, ловит мяч и кричит «СТОП». Водящий останавливается. Игрок должен

отгадать сколько до водящего шагов. Но шагов не простых. В каждой компании можно придумывать свои шаги.

Виды шагов в игре «ХАЛИ-ХАЛО»:

- гигантские – самые большие шаги, на всю ширину;
- нормальные – обычный шаг;
- лилипутские – очень маленькие шажочки;
- лягушачьи – в прыжках на корточках;
- зонтики – ребенок кружится в сторону водящего;
- кирпичи – шаг пятку к носку.

Ребенок с мячом делает названное количество шагов и бросает мяч в кольцо, которое делает руками водящий. Если мяч попадает в кольцо – то игрок становится водящим и игра продолжается.

«Квадрат»

Задачи:

- содействовать формированию у детей умений владения мячом;
- способствовать развитию координации движений, глазомера;
- активизировать самостоятельную двигательную деятельность детей.

Ход.

Для этой игры нужна компания из четырех человек и мяч. Для начала нужно создать игровое поле. На земле чертится квадрат произвольного размера, разделенный на четыре меньших квадрата, по одному на каждого участника. В центре поля рисуется круг, предназначенный для подачи. Игра начинается с подачи мяча игроком, которого выбирают с помощью жребия (считалки). Мяч бросается одной рукой или двумя руками в центральный круг, так, чтобы он отскочил к игроку, находящемуся по диагонали. Игрок, находящийся по диагонали, должен отбить мяч после одного касания о землю в его четверти. Отбивать мяч нужно ногами, коленом, головой. Руками трогать нельзя.

«Я знаю пять имен»

Задачи:

- содействовать упражнению детей в отбивании мяча о землю, прыжках на скакалке;
- способствовать развитию навыков обобщения, классификации.

Ход.

Ребята договариваются об очередности перехода мяча и о последовательности тем.

Первый игрок начинает отбивать одной рукой мячик об землю, приговаривая:

- Я знаю пять имен девочек. Аня – раз, Катя – два, Поля – три, Таня – четыре, Юля – пять.

Игрок должен соблюдать ритм ударов, произнося при одном ударе по мячу одно слово.

Если игрок справился с задачей, он переходит к следующей теме, заранее определенной, например: названия городов, насекомых, деревьев и др.

Если игрок сбился, упустил мяч или задумался надолго, то мяч переходит к следующему участнику.

Так же для игры можно использовать скакалку.

«Салки»

Задачи:

- содействовать упражнению детей в беге с изменением направления движения;
- способствовать развитию скоростных качеств, ловкости;
- содействовать в упражнению детей в выполнении правил игры.

Ход.

По жребью или по считалке выбирают одного водящего. Затем устанавливают границы площади игры. Все разбегаются в пределах этой площади. Водящий начинает ловить играющих в установленных пределах площадки. Кого догонит и осалит, тот становится «салкой» и объявляет, подняв руку вверх: «Я – осален!» Он начинает ловить играющих, а бывший «салка» убегает со всеми. Игра не имеет определенного конца

«Зайцы и морковка»

Задачи:

- способствовать развитию у детей скоростных качеств, ловкости, координации движений;
- активизировать детей в самостоятельной двигательной деятельности.

Ход.

На земле прочерчивают круг диаметром 8-10 метров. В круг кладут 10 морковок или любых других предметов. Круг - это "огород". Выбирается огородное "Пугало", которое будет ловить зайцев. По сигналу ведущего зайцы могут вбегать в круг и воровать морковь, а Пугало ловить зайцев. Пойманный заяц выбывает из игры. Но Пугалу разрешается ловить зайцев только тогда, когда они заберутся в огород, за пределами круга их ловить нельзя.

«Прятки»

Задачи:

- способствовать упражнению детей в беге; формированию умения ориентироваться на местности;
- содействовать развитию скоростных качеств;
- способствовать формированию у детей умения действовать в соответствии с правилами игры, адекватно воспринимать проигрыш.

Ход.

Перед началом игры нужно выбрать место для водящего. Это может быть, например, стена или дерево. Важно выбрать его так, чтобы повернувшись к нему лицом, водящий не мог видеть, куда будут прятаться играющие.

Далее считалочкой определяется тот, кто будет водить первым.

Водящий подходит к своему месту, поворачивается спиной к играющим и громко досчитывает до какого-нибудь числа (например, до десяти или двадцати). Это зависит только от договоренности между играющими. Вместо чисел можно использовать какую-нибудь считалочку.

За то время, что идет счет, все остальные участники игры должны успеть спрятаться.

Задача водящего – найти по очереди всех игроков. Как только водящий находит кого-нибудь из играющих, он должен успеть «застукать» найденного игрока, успев добежать до своего места и коснуться его рукой. При этом водящий должен назвать имя «застуканного». Если игрок успел добежать до места раньше водящего, то считается что он «выручил» сам себя.

Как только все игроки нашлись, можно начинать игру снова.

«Городки»

Задачи:

- содействовать упражнению детей в броске биты одной рукой;
- способствовать развитию координации движений, глазомера;

- содействовать формированию у детей способности договариваться, работать в команде, выполнять правила игры.

Ход.

При помощи жребия команды решают, какая из них получает правый (и будет бить первой), а какая - левый город.

Задача команд - выбить как можно больше фигур меньшим количеством ударов.

Бьют команды поочередно. В распоряжении каждого игрока имеется по две биты, и, стало быть, каждый член команды делает по два удара. После этого начинает бить другая команда.

Первый бросок по фигуре всегда производится с линии кона. Городки считаются выбитыми в тех случаях, когда они полностью вылетают или выкатываются за боковые и заднюю черты города. После удачного удара по какой-либо фигуре игроку, равно как и его товарищам по команде, можно добивать ее с линии полукона.

«День и ночь»

Задачи:

- способствовать упражнению детей на короткой дистанции;
- способствовать развитию скоростных качеств, ловкости, внимания.

Ход.

Участники делятся на две команды: «День» и «Ночь». Их дома находятся на противоположных сторонах площадки, за чертой. Посредине проводится еще одна черта. На расстоянии одного шага от нее по ту и другую сторону выстраиваются команды спиной друг к другу.

Воспитатель говорит: «Приготовиться!» - а затем дает сигнал той команде, которая должна ловить. Если он сказал «День», то дети из команды «Ночь» бегут в свой домик, а дети из команды «День» поворачиваются и ловят их, только до границы дома убегающих. Подсчитывается количество пойманных, затем все снова выстраиваются и ждут следующего сигнала.

Игра повторяется 4-6 раз. Воспитатель может назвать одну и ту же команду два раза подряд, но нужно, чтобы в общей сложности каждая команда ловила одинаковое число раз.

Выигрывает та команда, которая поймала больше детей.

«Тише едешь – дальше будешь. Стоп!»

Задачи:

- способствовать развитию скоростных качеств;
- содействовать развитию внимания, интереса к общей игре;
- способствовать формированию умения вносить в игру свои коррективы, определенную интригу.

Ход.

На земле отчерчиваются мелом две полосы на расстоянии примерно 20 метров. Все игроки становятся с одной стороны, водящий с другой стороны, и поворачивается ко всем спиной. Водящий произносит: «Тише едешь – дальше будешь. Стоп!» фразу можно произносить как угодно – намеренно затягивая слова, все предложение, или, например, начинать медленно и затем резко и быстро заканчивать ее – в общем, привносить элемент неожиданности в игру. В это время все игроки пытаются как можно дальше пробежать – пройти к финишу, на слове «стоп» замирают. После слова «стоп» водящий оборачивается. Если он увидел движение какого-то игрока (кто не успел замереть, или остановиться из-за скорости разгона) – тот выбывает из игры. Побеждает тот, кто первым доберется до финиша, и дотронется до водящего – он занимает место, и игра начинается сначала.

«Резиночки»

Задачи:

- способствовать упражнению детей в прыжках на двух и одной ногах, с выполнением «фигур» резиночки;
- способствовать развитию координации движений, выносливости;
- содействовать формированию умения выполнять правила игры, адекватно реагировать на проигрыш.

Ход:

Главный атрибут игры – бельевая резинка. Идеальное количество играющих 3 – 4 человека. Каждый участник выполняет прыжковые фигуры и комбинации на разной высоте: от уровня щиколотки (прыгают «первые») до уровня шеи (прыгают «шестые»). Как только прыгун ошибается, на его место встает другой участник, а допустивший ошибку игрок надевает на себя резинку. Если игроков четверо, пары меняются местами, когда оба игрока из одной пары поочередно допускают ошибки.

«Краски»

Задачи:

- способствовать развитию ловкости, быстроты движений;
- содействовать формированию умения менять направление во время бега.

Ход.

Участники игры выбирают хозяина и двух покупателей. Остальные игроки – краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его хозяину. Когда все краски выбрали себе цвет и назвали хозяину, он приглашает одного из покупателей.

Покупатель стучит:

- Тук! Тук!
- Кто там?
- Покупатель.
- Зачем пришёл?
- За краской.
- За какой?
- За голубой.

Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки, поноси да назад принеси!» Если покупатель угадал цвет краски, то краску забирает себе. Идет второй покупатель, разговор повторяется. И так они подходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель, который набрал больше краски. Хозяин может придумать задание сложнее, например: скачи на одной ножке по красной дорожке.

«Рыбак и рыбки»

Задачи:

- содействовать упражнению детей в прыжках на двух ногах в высоту с места;
- способствовать развитию координации движения, внимательности.

Ход.

Скакалка находится в руках у ведущего. Ведущий становится в серединку, а все участники встают вокруг него. Ведущий, держа скакалку за одну ручку, начинает крутиться и, соответственно, раскручивать ее вокруг себя. Другой конец скакалки пролетает под ногами у «рыбок».

Задача «рыбок» перепрыгивать через скакалку так, чтобы она не задела их ноги. Если задевает, то «рыбка» считается пойманной и выбывает. Победителем становится последняя «непойманная рыбка».