



*Подвижные
игры
для детей
6-7 лет*

Игра «Круг»

Цель: развитие координации движений, развитие мускулатуры ног, повышение активности.

Оборудование. Отсутствует.

Ход игры. Ребенок как можно выше прыгает на одном месте. После того как взрослый дает команду: «Кругом», малыш в прыжке делает поворот на 180°. Потом опять прыгает на одном месте и ждет новой команды.

Игра «Прыжки на одной ноге»

Цели и задачи: совершенствование координации движений, развитие мускулатуры ног;

повышение активности.

Оборудование. Мел.

Ход игры. Ребенок прыгает через линию на правой ноге в разные стороны, продвигаясь вперед до конца дистанции. Затем на левой ноге возвращается аналогичным способом к началу старта.

Игра «Прыжки с мячом»

Цель: развитие мускулатуры ног, развитие координации движений, повышение активности.

Оборудование. Мяч, мел.

Ход игры. Ребенок прыгает вдоль линии с зажатым между ног мячом в разные стороны, с помощью прыжков продвигаясь вперед до конца отмеренной дистанции. При этом мяч должен оставаться между ногами и не выпадать, затем взять мяч в руки и бегом вернуться назад к старту.

Медведь и пчёлы

Цель: развитие мускулатуры ног, развитие координации движений, повышение активности

Количество играющих: 4 и более человек.

Ход игры: Дети делятся на «медведей» и «пчел».

Перед началом игры «пчелы» занимают места в своих «ульях» (лесенки, скамеечки и т. д.).

По команде ведущего «пчелы» улетают на луг за медом. В это время «медведи» забираются в «ульи» и лакомятся медом.

По сигналу «Медведи!» «пчелы» с жужжанием бросаются к своим домикам и «жалят» не успевших убежать «медведей».

Поймай шарик

Инвентарь: столовая ложка, мячик небольшого размера или картофелина.

Попросите ребенка без помощи свободной руки поднять с пола мячик ложкой.

Оборудование: газета на каждую пару, магнитофон.

Паук

Количество играющих: 4 — 8 человек.

Оборудование: веревки (ленты, скакалки), мел.

Ход игры: на линии старта чертят два круга. Ребята делятся на две группы, обе группы встают в круги. Теперь обвяжите каждую группу веревками, получатся два «паука».

По команде «Марш!» оба «паука» начинают наперегонки продвигаться к финишу, где начерчены два других круга, в которые они должны встать.

Достань яблочко

Количество играющих: 1- 6 человек.

Оборудование: нитки, яблоки.

На ветках деревьев или на других предметах на разной высоте развесьте яблоки. Попросите детей попрыгать и достать яблоки.

Солнышко

Количество играющих: 10 и более человек.

Для игры требуется ровная площадка, на которой обозначен круг диаметром около двух метров. Выбирают водящего и разбиваются на группы по 3-4 человека.

Каждая группа выстраивается по одному в затылок друг другу — это солнечные лучи.

Группы стоят лицом к центру круга примерно на одном расстоянии друг от друга. Последний игрок в каждом «луче» стоит на очерченной линии.

Водящий бежит вокруг «солнца», становится в затылок последнему игроку в каком-либо «луче» и «салит» его.

Тот передает удар стоящему перед ним игроку, и так по цепочке вплоть до первого игрока.

Когда первый в «луче» осален, он должен пробежать вдоль своей колонны за «солнышко», обежать его снаружи и встать в затылок последнему игроку в другом «луче» и т. д.

Горелки с платочком

Количество играющих: от 5 и более человек

Оборудование: платок.

Участники игры стоят парами друг за другом. Впереди — водящий, он держит в руке над головой платок. Дети говорят:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Глянь на небо,

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Дети последней пары бегут вдоль колонны (один справа, другой слева). Тот, кто добежит до водящего первым, берет его за руку и встает с ним впереди колонны, а опоздавший «горит», то есть водит.

Солнышко и дождик

Количество играющих: 1-6 человек

Оборудование: зонт.

Дети ходят врассыпную, хлопают в ладоши, притоптывают под текст:

Смотрит солнышко в окошко,

Светит в нашу комнатку.

Мы захлопали в ладошки,

Очень рады солнышку!

По сигналу ведущего: «Дождик пошел, скорей домой!» все бегут и прячутся под зонтик, который держит взрослый.

Живой узел

Количество играющих 3 — 8 и более человек.

Цель игры: развязать узел, не расплекая рук. Дети берут друг друга за руки в произвольном порядке. Каждый игрок должен держать за руки двух разных игроков, нельзя держать за обе руки одного игрока. В результате группа должна выглядеть как живой узел: руки всех игроков переплетены.

Распутав узел, играющие должны встать в круг, держась за руки (иногда может получиться два круга).

Рыбаки и рыбки

Количество играющих: 6 и более человек

В начале игры одного участника выбирают «рыбаком». Остальные — «рыбки». «Рыбак» гоняется за «рыбой».

Пойманная «рыба» берет «рыбака» за руку и тоже становится «рыбаком».

«Невод» «рыбака» постепенно разрастается, и, в конце концов, в нем оказывается вся «рыба».

«По ровненькой дорожке»

Количество играющих: 1-6 человек.

Дети идут за взрослым и повторяют за ним стишки:

По ровненькой дорожке

Бежали наши ножки.

По камешкам, по камешкам

И в ямку «бух!».

Встали мы на ножки

На ровненькой дорожке.

Но вот наш дом,

В нем мы живем.

При словах: «По ровненькой дорожке» дети идут обычным шагом, при словах: «По камешкам» — подпрыгивают на обеих ногах. При словах: «В ямку бух!» — присаживаются, затем встают и снова идут.

Услышав слова: «Вот наш дом», все бегут на свои места и садятся на стулья.