

Подвижные игры для детей 5-7 лет.

1. «Коршун и наседка»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры : улучшать быстроту реакции, формировать согласованность двигательных действий.

Дети строятся в колонну по одному в сцеплении, положив руки на пояс впереди стоящим игрокам. Первый игрок в колонне – «наседка», водящий – «коршун», располагается напротив игроков и старается запятнать позади наседки одного из «цыплят». Наседка не пропускает его, перемещаясь из стороны в сторону, не задерживая коршуна руками. Коршун **выигрывает**, если в течение установленного времени (30-40 с) ему удастся запятнать игрока или если разорвется цепочка. Игра повторяется с новыми водящими.

Играют 8-10 человек, игроков можно разделить на 2-3 команды.

2. «Караси и щука»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры : воспитывать внимание и сообразительность.

Участвуют 2 группы. Одна группа строится в круг – это «камешки», другая – «караси», которые «плавают» внутри круга. Водящий – «щука» находится в стороне от игроков. По команде «Щука!» водящий быстро вбегает в круг, а караси прячутся за камешки. Не успевших спрятаться карасей, щука пятнает. Пойманные караси временно выбывают из **игры**. Игра повторяется с участием другой щуки. По окончании **игры** отмечается лучший водящий.

Карасям нельзя трогать камешки руками.

3. «Гуси – лебеди»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры : воспитывать ловкость и быстроту.

Выбирают **детей на роль «волка»** и «пастуха», остальные игроки – «гуси». На одной стороне площадки (в «доме») находятся гуси, на противоположной стороне – «пастух». Сбоку «логово волка», остальное место – «луг». Пастух зовет гусей на луг.

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 перебегают через луг домой, а волк выбежав из логова, старается их догнать и запятнать.

Пойманные гуси остаются в игре, а пастух и волк – другие дети.

4. «Третий лишний»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры : воспитывать целеустремленность и активность.

Игроки строятся лицом в круг парами друг за другом. Водящие – «пятнашка» и «третий лишний» - находятся за кругом на расстоянии 2-3 шагов друг от друга. По сигналу третий лишний начинает убежать от пятнашки и останавливается впереди любой пары. Последний игрок в паре становится третьим лишним и убегает от пятнашки. Пойманные игроки занимают место в кругу и выбираются новые водящие.

Если пятнашка не может поймать третьего лишнего, то игра останавливается и выбираются новые водящие.

5. «Охотники и обезьяны»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры : закреплять лазание по гимнастической лестнице, формировать творческие способности.

Участвуют 2 команды. Одна команда – «обезьяны», ее игроки залезают на гимнастическую лестницу. Участники второй команды – «охотники» расположены на противоположной стороне площадки. Между охотниками и обезьянами проведена разделительная линия. Задача охотников – заманить обезьян в ловушку. Они придумывают движение, подходят к разделительной линии, показывают это движение обезьянам и уходят на свою территорию. Обезьяны слезают с лестницы, подходят к линии и повторяют движение. По команде «*Лови!*» обезьяны убегают и залезают на лестницу, а охотники стараются их догнать и запятнать. Игра повторяется 3-4 раза, затем игроки меняются ролями.

По окончании каждой **игры** подсчитывается количество пойманных обезьян, которые остаются в игре.

6. «Между двух огней»

Инвентарь: 3-4 мяча среднего диаметра.

Цель игры : формировать точность двигательных действий.

Участвуют 2 команды, одна из команд делится на 2 группы, каждая из которых становится на противоположные стороны площадки, остальные игроки расположены между ними. Одна группа получает 3-4 мяча. По сигналу игроки прокатывают по полу мячи с одной стороны площадки на другую, а игроки в центре стараются увернуться от мячей. Дети, которых коснулся мяч, продолжают играть, а команде засчитывается штрафное очко. Затем игроки меняются ролями. **Выигрывает команда**, получившая меньше штрафных очков.

Мячи нужно катать по полу, а не бросать.

7. «Плеть»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры : воспитывать самоорганизацию.

Игроки двух команд строятся в 2 шеренги на противоположных сторонах площадки и образуют «плеть» (согнув руки скрестно перед грудью, держат за разноименные руки соседей справа и слева). По сигналу дети опускают руки и разбегаются по залу в разных направлениях, а по команде «*Плеть*» строятся на своих местах, образуя плеть. Отмечается команда, которая быстрее построится.

Очередность игроков в шеренге можно не соблюдать.

8. «Щука в реке»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры : воспитывать взаимопомощь и товарищество.

Площадка двумя линиями делится на 3 равные части. По бокам – «реки», в центре – «протока». Игроки – «караси» находятся в реках, а водящий – «щука» - в протоке. По команде «*Караси, в реку!*» караси перебегают из одной реки в другую, а щука старается, не выходя за границы протоки, их запятнать. Пойманные караси остаются в протоке. Они берутся за руки и образуют круг – безопасное место для других карасей, куда щука не может зайти. Теперь, пробегая через протоку, карасям можно забежать в круг и выбежать из него в другую реку. Игра продолжается, пока не останется 3-4 карася. Из их числа выбирается новый водящий.

Щуке нельзя выходить за границы протоки.

9. «Пограничники и парашютисты»

Инвентарь: не требуется.

Цель игры : воспитывать самостоятельность и самоорганизацию.

Участвуют 2 команды – «пограничники» и «парашютисты». Парашютисты бегают по площадке в разных направлениях, а пограничники, взявшись за руки, образуют цепь. Задача пограничников – поймать парашютистов, сомкнув вокруг них цепь. За каждого пойманного парашютиста пограничники получают одно очко. Пойманные парашютисты остаются в игре. По сигналу команды меняются ролями. **Выигрывает команда**, набравшая большее количество очков.

!Парашютистам нельзя тянуть цепь в разные стороны. Им нужно договариваться и двигаться в определенном направлении; если разорвалась цепь – игра останавливается.

10. «Мячик кверху»

Инвентарь: мяч.

Цель игры : воспитывать быстроту, тренировать меткость.

Игроки строятся в круг, водящий находится в центре круга с мячом в руках. Со словами «*Мяч кверху!*» водящий подбрасывает мяч вверх, а дети в это время разбегаются подальше от него. Водящий ловит мяч и кричит «*Стой!*». Дети останавливаются, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в ноги ближайшего игрока. В случае меткого попадания он остается водящим на еще одну игру. В случае промаха игра повторяется с новым водящим.

Если кто-то из игроков двигается после команды «*Стой!*», то он должен сделать 3 шага в сторону водящего.