

*Карточка малоподвижных игр
старшая группа*



Игра №1 «У кого мяч?»

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в круг. Упражнять в игре сообща.

Ход игры: Играющие образуют круг. Выбирается водящий. Он становится в центр круга, а остальные плотно придвигаются друг к другу, руки у всех за спиной.

Воспитатель дает кому-либо мяч (диаметр 6—8 см, и дети за спиной передают его по кругу. Водящий старается угадать, у кого мяч.

Он говорит: «*Руки!*»— и тот, к кому обращаются, должен выставить вперед обе руки ладонями вверх, как бы показывая, что мяча у него нет. Если водящий угадал, он берет мяч и становится в круг, а тот, у кого найден мяч, начинает водить. Игра повторяется 2—3 раза.

Игра №2 «Летает-не летает»

Цель: Развивать у детей умение слушать внимательно, закрепить навык построения в круг.

Ход игры: Дети стоят по кругу, в центре — воспитатель. Он называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают и не летают. Называя предмет, воспитатель поднимает вверх руки. Например, воспитатель говорит: Птица летает, стул летает, самолет летает» и т. д. дети должны поднять руки вверх, если назван летающий предмет

Игра №3 «Затейники»

Цель: формировать умение идти ровным кругом, совершать игровые действия в соответствии с текстом.

Ход игры: Выбирается водящий — затейник, который встает в центр круга, образованного детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу вправо (*влево*) и произносят:

«Ровным кругом друг за другом
Мы идем за шагом шаг.
Стой на месте! дружно вместе
Сделаем вот так.»

дети останавливаются, опускают руки, а затейник показывает какое-нибудь движение, и все должны его повторить. Игра повторяется с другим водящим (3—4 раза).

Игра №4 «Угадай по голосу»

Цель: Упражнять детей в построении в круг; ориентироваться в пространстве, развивать слуховое внимание

Ход игры: Водящий встает в центр зала и закрывает глаза. Дети образуют круг, не держась за руки, идут по кругу вправо и произносят:

Мы собрались в ровный круг. Повернемся разом вдруг,
А как скажем; «Скок-скок-с кок», Угадай, чей голосок.

Слова «скок-скок-скок» произносит один ребенок (по указанию воспитателя).

Водящий открывает глаза и пытается угадать, кто сказал эти слова. Если он отгадает, этот игрок становится на его место. Если водящий не угадал, то при повторении игры вновь выполняет эту роль. Дети идут по кругу в другую сторону.

Игра №5 «Найди и промолчи»

Цель: Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу. Развивать качество внимательности

Ход игры: Воспитатель заранее прячет какой-либо предмет и предлагает его найти. Тот, кто увидел, подходит к воспитателю и тихонько говорит. Когда большинство детей справятся с заданием, педагог отмечает тех, кто оказался самый внимательный. Ходьба в колонне по одному.

Игра №6 «Найди предмет»

Цель: развивать у детей выдержку, наблюдательность

Ход игры: дети сидят вдоль стены. Воспитатель показывает детям флажок и говорит, что он его спрячет. Затем воспитатель предлагает детям встать и отвернуться к стене. Убедившись, что никто из детей не смотрит, воспитатель прячет флажок, после чего говорит «пора». Дети начинают искать спрятанный флажок. Кто первый найдет – тот его прячет. Повторить игру 3-4 раза.

Игра №7 «Статуи»

Цель: развивать координацию движений, слух, физические качества, умение играть по правилам.

Ход игры: Игру лучше играть большим мячом. Игроки становятся по кругу и перебрасывают мяч друг другу. Кто не поймает мяч, продолжает игру, стоя на одной ноге. Если в такой позе ему удастся поймать мяч, то встает обратно на обе ноги; он становится на обе ноги. Если же совершается еще одна ошибка, игрок становится на одно колено. При третьей ошибке он опускается на оба колена. Если в этом положении игрок поймает мяч, он встает в исходное положение, и он продолжает игру, стоя на обеих ногах. А если постигнет неудача, придется выбыть из игры.

Игра №8 «Чем все закончилось»

Цель: развивать память, умственные способности. Пополнять словарный запас ребенка.

Ход игры: В игре используется сказочный сюжет. Читается начало сказки, далее дети или ребенок индивидуально, должны продолжить его.

Игра №9 «Что пропало»

Цель: развивать внимание, память.

Ход игры: на стол перед детьми выкладываются различные предметы, детям дается некоторое время запомнить их. После предметы закрываются ширмой, и убирается один или сразу несколько предметов, ширма убирается, и дети говорят какие из предметов пропали.

Игра №10 «Шмель»

Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий. Развивать слуховое внимание через игру.

Мяч откатывать только руками; нельзя ловить, задерживать мяч.

Ход игры: играющие сидят по кругу. Внутри круга по земле перекачивается мяч. Играющие 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, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг.

Игра № 11 «Водяной»

Цель: Развивать координацию движений, слух, физические качества.

Дедушка - Водяной!

Что сидишь ты под водой?

Выйди, выйди хоть на час.

Угадай кого из нас!

Ход игры: дети стоят в кругу, водяной в центре. Дети идут по кругу и говорят слова, после слов: - выйди, выйди... водяной идет с закрытыми глазами, руки вперед, кого заденет, того и угадывает.

Игра №12 «Холодно горячо»

Цель: Развивать слуховые качества, физические качества.

Ход игры: водящий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого водящий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят: холодно...тепло...горячо...помогая найти спрятанный предмет.

Игра №13 «Скажи наоборот»

Цель: учить быстро, находить слова противоположные по значению, развивать память, умственные способности. Пополнять словарный запас ребенка.

Ход игры: Дети стоят по кругу, бросают и ловят мяч с названием слов-антонимов.

Игра №14 «Тишина»

Цель: Учить детей двигаться по сигналу, развивать слуховые качества.

Ход игры:

Тишина у пруда,
Не колышется вода,
Не шумят камыши,

Засыпайте малыши.

Дети идут в колонне по одному.

После слов дети останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза. Тот, кто пошевелится, встает в конце колонны.

Игра №15 «Раки»

Цель: Развивать активность детей в двигательной деятельности. Поощрять детей в игре. Развивать физические качества.

Ход игры:

Тики-таки, тики-таки,
Ходят в нашей речке раки.
Ходят задом наперед,
ищут раки в речке брод,
Стали раки воду пить —
Выходи, тебе водить!

Играющие разбираются по парам, становятся по кругу. Каждый в паре поворачивается спиной друг к другу и подает руки. С началом текста все пары двигаются в одном направлении по кругу так, что первый в паре идет прямо по направлению движения и ведет за руки второго, идущего задом наперед (это рак). По окончании текста игра повторяется со сменой направления.

Игра №16 «У ребят порядок строгий»

Цель: Развивать умение действовать сигналу, физические качества.

Ход игры:

У ребят порядок строгий,
Знают все свои места.
Ну, трубите веселей:
Тра - та - та, тра - та - та!

Дети ходят по залу врассыпную. По сигналу дети строятся в колонну.

Игра №17 «Солнышко и дождик»

Цель: координация речи с движением, развитие общих речевых навыков, обогащение словаря, развитие творческого воображения и двигательной подражательности, обучение элементам пантомимы.

Ход игры:

Смотрит солнышко в окошко,
Светит в нашу комнату.
Мы захлопаем в ладоши
Очень рады солнышку.
Топ, топ, топ, топ / 2р.
Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп / 2р.

На сигнал воспитателя "дождь идет" дети приседают - "прячутся".

Игра №18 «Флажок»

Цель: Упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий. Развивать слуховое внимание через игру.

Ход игры:

Дети стали в кружок,
Увидали флажок,
Кому дать, кому дать,
Кому флаг передать?
Выйди, Оля, в кружок,
Возьми, Оля, флажок!
Выйди, выйди, возьми,
Выше флаг подними!

Дети стоят по кругу, в центре один ребёнок с флажком. После слов: "выйди, выйди..." названной ребенок выходит в середину и берет флажок. Первый ребенок встает в круг, игра повторяется.

Игра №19 «Найди пару»

Цель: развивает навыки классифицирования и сортировки, зрительно-двигательную координацию, моторику рук, мыслительные навыки.

Ход игры: На стол выкладывают предметы, которые сочетаются друг с другом по каким-либо признакам. Перемешивают их. Детям предлагается взять любой предмет и найти к нему пару, а также объяснить, потом почему он считает эти предметы парными.

Собираются различные предметы, которые сочетаются друг с другом (карандаши, бумага, носок и ботинок, замок и ключ и т.д.). Раскладывают предметы на столе и перемешивают. Детей усаживают либо, деля на команды, либо в парах за стол, или по одному.

Взрослый выбирает любой предмет и просит ребенка найти ему пару (или ребенок выбирает предмет самостоятельно). Если ребенок находит пару, ее откладывают в сторону.

Берут следующий предмет и повторяют тоже самое. Игра продолжается до тех пор, пока все предметы не будут собраны по парам. Вместо предметов можно использовать картинки с предметами.

Игра №20 «Как живешь»

Цель: развивать у детей умения правильно описывать движения и

проговаривать одновременно, мыслительные навыки, координацию

движения.

Ход игры: Выбирается ведущий. Ребенок показывает движения, а остальные дети повторяют за ним. Игру можно усложнить разделить детей на команды и под руководством взрослого команды выполняют движения. Во время игры можно включить негромкую музыку.

Как живешь? Вот так!
Показать большие пальцы обе их рук, направленные вверх.
Как идешь? — Вот так!
Маршировать.
Как бежишь? — Вот так?
Бег на месте.
Ночью спишь? — Вот так!
Ладони соединить и положить на них голову (щекой)
Как берешь? — Вот так!
Прижать ладонь к себе.
А даешь? — Вот так!
Выставить ладошку вперед.
Как шалишь? — Вот так!
Надуть щеки и кулачками мягко ударить по ним.
Как грозишь? — Вот так!
Погрозить пальцем вперед, или друг другу.

Игра №21 «Водяной»

Цель: Развивать координацию движений, слух, физические качества.

Ход игры:

Дедушка - Водяной!
Что сидишь ты под водой?
Выйди, выйди хоть на час.
Угадай кого из нас!

Запрещается подглядывать. Можно усложнить игру - выбрать 2 водяного
Дети стоят в кругу, водяной в центре. Дети идут по кругу и говорят слова, после слов: - выйди, выйди... водяной идет с закрытыми глазами, руки вперед, кого заденет, того и угадывает.

Игра №22 «Лови - бросай»

Цель: учить детей ловить мяч, брошенный воспитателем двумя руками, не прижимая к груди. Бросать обратно двумя руками снизу, от груди точно в руки. Развивать силу, координацию движений, точность броска.

Ход игры:

Дети стоят по кругу, воспитатель в центре. Он бросает детям мяч и ловит от них говоря «Лови, бросай, упасть не давай!» текст произносится, не спеша чтобы успеть поймать и бросить мяч. Мяч не прижимать к груди, ловить двумя руками.

2 вариант.

Расстояние увеличить с 1 метра до 2 метров.

Игра №23 «Докати обруч до флажка»

Цель: учить детей катать обручи до зрительного ориентира рукой, не давая ему упасть. Развивать ловкость, моторику рук, координацию движений.

Ход игры: Дети с обручами стоят у линии, по сигналу воспитателя катят обручи, подгоняя рукой к флажку на подставке. Кто докати свой обруч до флажка ни разу не уронив получает значок из картона. Когда все соберутся у флажка, обручи катят к другому месту, куда переставят флажок. В конце игры подсчитываются значки.

2 вариант.

Катать обруч друг другу в парах.

Игра №24 «Подбрось повыше»

Цель: учить детей бросать мяч вверх двумя руками, ловить, не прижимая к груди. Развивать мелкую моторику рук, глазомер, силу броска.

Ход игры:

Несколько детей берут по мячу и встают на любое место площадки. Бросают мяч над головой двумя руками, как можно выше и стараются поймать слёта или от скока от земли.

Игра №25 «Скользкая цель»

Цель: учить детей бросать мешочки в горизонтальную цель снизу с расстояния 2-2,5м, принимая правильное исходное положение. Развивать глазомер, силу, точность броска.

Ход игры: На площадке ставят невысокий стол. Игроки встают вокруг на расстоянии 2-2,5м. по очереди бросают мешочки с песком, так чтобы они не упали, а остались лежать на нём.

Игра №26 «Брось дальше»

Цель: учить детей бросать большие мячи двумя руками, маленькие одной рукой, стараясь бросить как можно дальше. Укреплять мышцы плечевого пояса.

Ход игры: Несколько детей встают у линии, им предлагается бросить мяч как можно дальше. Если даны большие мячи, дети бросают их двумя руками из-за головы или от груди. Маленькие мячи бросают поочередно правой и левой рукой.

2 вариант.

Там, где мяч упадёт воспитатель делает отметку и предлагает бросить ещё дальше, отмечается тот, кто смог бросить дальше.

Игра №27 «Ворота»

Цель: учить детей ходить парами по залу, площадке, делать ворота, поднимая руки вверх, действовать согласованно. Воспитывать дружеские взаимоотношения. Развивать внимание.

Ход игры:

Дети идут по площадке парами, держась за руки. На сигнал воспитателя «ворота», останавливаются и поднимают руки вверх. Последняя пара проходит под воротами и останавливается впереди. Ходьба продолжается.

Игра №28 «Великаны - карлики»

Цель: учить детей ходить широкими, мелкими шагами, слушать внимательно звуковой сигнал. Развивать быстроту реакции.

Ход игры:

Дети идут в колонне, на сигнал воспитателя, «Великаны», дети идут широкими шагами, на сигнал «Карлики» мелкими шагами.

Игра №29 «Стань первым»

Цель: учить детей ходить в колонне друг за другом, по сигналу идти названному ребёнку в начало колонны кратчайшим путём. Развивать умение действовать по сигналу, ориентировку в пространстве, внимательность.

Ход игры:

Дети идут в колонне за ведущим. Воспитатель называет имя одного из детей, все останавливаются, а названный ребенок обгоняет колонну, становится первым, ходьба продолжается.

Игра №30 «Шире шаг»

Цель: учить детей перешагивать несколько линий, делая широкие шаги, сохраняя равновесие. Развивать ловкость, равновесие.

Ход игры:

Воспитатель чертит несколько линий или кружков на расстоянии 35-40см. дети перешагивают через линии или из кружка в кружок.

2 вариант.

Дети бегут, перешагивая через линии.

Игра №31 «Сбей кеглю»

Цель: добиваться улучшений координаций движений: развивать меткость, внимание, умение предать силу броску.

Ход игры:

Дети распределяются на две подгруппы и встают друг за другом. Перед каждой подгруппой проводят черту. В 2-3 метрах от нее ставят 5-6 кеглей на расстоянии 10-15 см одна от другой. Дети каждой группы по очереди подходят к черте и энергично катят шар (мяч, стараясь сбить кеглю. Когда все дети выполнят упражнение, подсчитывают, какая группа сбила больше кеглей.

Игра №32 «Удочка»

Цель: упражнять в прыжках на месте; развивать ловкость, координацию движений, внимание.

Ход игры:

Игра проводится в зале или на площадке. Играющие становятся в круг, в центре стоит водящий с веревочкой в руках. Водящий начинает вращать веревочку так, чтобы мешочек скользил по полу под ногами подпрыгивающих игроков. Задевший мешочек становится в центр круга и вращает веревочку, а бывший водящий идет на его место. Выигрывает тот,

кто ни разу не задел веревочку. При вращении веревочки нельзя отходить со своего места.

Игра №33 «Мяч водящему»

Цель: учить выполнять действия по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча, ловле его; развивать координацию движений, ловкость.

Ход игры:

Участвующие в игре дети делятся на две равные подгруппы (по 5-6 человек в каждой) и строятся в колонны. Расстояние между колоннами – 3-4 шага. Перед колоннами проводится линия. На расстоянии 3 м. от неё чертится вторая линия, параллельная первой.

Выбираются два водящих, которые становятся за второй линией против колонн. По условному сигналу оба водящих бросают мяч впереди стоящим в своих колоннах. Поймав мяч, играющий кидает его обратно водящему, а сам становится в конец колонны. Водящий бросает мяч второму играющему, а получив мяч обратно, - третьему и т. д. Выигрывает та колонна, в которой последний играющий раньше вернёт мяч водящему.

Игра №34 «Брось за флажок»

Цель: развивать глазомер.

Ход игры:

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