

Поиграйте вместе с детьми

Подвижные игры для детей старшего дошкольного возраста

«Падающая палка».

Цель: развивать быстроту движения и ловкость.

Описание игры:

Играющие становятся в круг. Водящий ставит в центре круга палку, придерживая ее рукой. Выкрикнув чье-либо имя, он отпускает руку и бежит из круга. Игрок, чье имя было названо, должен выбежать и успеть схватить палку до ее падения. Если ему удалось это сделать, он возвращается на свое место, а прежний водящий продолжает водить. Если же игрок не успеет удержать падающую палку, он меняется местами с водящим.

«Дождик».

Цель: развивать быстроту и ловкость.

Описание игры: выбирается водящий (он будет «дождиком»). Остальные участники игры становятся в круг. «Дождик» становится в центр круга. Игроки берутся за руки и ходят по кругу, хором читая стихотворение о дожде.

«Дождик» в это время бежит внутри круга в направлении, противоположном движению остальных игроков. С последними словами стихотворения ребята останавливаются и становятся лицом к середине круга. Тот игрок, который оказался напротив «дождика», говорит: «Здравствуй, дождик, зачем пришел?» «Дождик» в ответ предлагает: «Побегаем наперегонки?», после чего он и выбранный им игрок выходят за пределы круга возле «домика», то есть пустующего места в кругу, и встают спиной друг к другу. Остальные участники игры считают до трех, после чего «дождик» и выбранный им игрок бегут вдоль внешней стороны круга. Побеждает тот из них, кто, обежав весь круг, сумеет первым занять «домик». Если побеждает «дождик», то оставшийся игрок занимает его место и становится водящим. Если же «дождик» проигрывает, то есть не успевает добежать до «домика» первым, то ему приходится водить снова.

В качестве предварительной работы можно выучить с детьми стихотворение о дожде.

Дождик, дождик, капелька.

Водяная сабелька,

Лужу резал, лужу резал,

Резал, резал, не разрезал

И устал,

И перестал.

Игры на развитие ловкости

«Шалашик»

Цель игры: развить у детей ловкость движений и быстроту реакции.

Описание игры: Палки ставятся на землю так, чтобы их верхние концы сходились вместе. Получается своеобразный шалашик. Вокруг шалашика надо начертить круг, линия которого должна отходить от шалашика на расстояние 3—4 шагов.

Один из игроков берет на себя роль «сторожа»: он становится в круг возле шалашика. Остальные игроки выходят за линию круга, один из игроков берет мячик. Игроки перебрасывают друг другу мяч, стараясь при этом сбить шалашик. Задача сторожа — не пропустить гол и поймать мячик, не дать разломать шалашик. Мяч можно перебрасывать, но нельзя катить его по земле. Кроме того, игрокам, стоящим за линией круга, запрещается сходить с места. Тот, кто нарушил это правило, выбывает из игры. После того как шалашик все-таки ломается, игрок, которому удалось это сделать, сам становится сторожем, а прежний «сторож» присоединяется к остальным играющим. Играть можно до тех пор, пока это не надоест.

«Ловишки на одной ноге».

Цель: развивать ловкость, быстроту.

Описание игры: С помощью считалочки выбирается ловишка. Он становится в центре зала. Дети стоят в одной стороне. По сигналу дети перебегают, а ловишка ловит. Ловишка не может ловить ребенка, который остановился на одной ноге, обхватив колено другой ноги двумя руками. В конце игры определяют, какой ловишка самый ловкий.