

**КАРТотеКА**  
**ПОДВИЖНЫХ И МАЛОПОДВИЖНЫХ ИГР**  
**СТАРШАЯ ГРУППА**

**1. «Мышеловка»**

Играющие распределяются на две неравные группы. Меньшая группа (примерно треть играющих) образует круг – мышеловку. Остальные дети изображают мышей и находятся вне круга.

Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу то влево, то вправо, приговаривая:

Ах, как мыши надоели,

Развелось их просто страсть.

Все погрызли, все поели,

Всюду лезут – вот напасть.

Берегитесь же, плутовки,

Доберемся мы до вас.

Вот поставим мышеловки,

Переловим всех за раз!

По окончании стихотворения дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. «Мыши» вбегают в мышеловку и тут же выбегают с другой стороны. По сигналу воспитателя: «Хлоп!» - дети, стоящие в кругу, опускают руки и приседают – мышеловка захлопнута. «Мыши», не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Они тоже становятся в круг

(размер мышеловки увеличивается). Когда большая часть мышей будет поймана, дети меняются ролями, и игра возобновляется.

В конце игры воспитатель отмечает наиболее ловких мышей, которые ни разу не остались в мышеловке.

#### 1. «У кого мяч?»

Играющие образуют круг, выбирается водящий. Он становится в центр круга, а остальные дети 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 произносит: «Руки!» - и тот, к кому обращаются, должен выставить обе руки ладонями вверх, как бы показывая, что мяча у него нет. Если водящий угадал, он берет мяч и становится в круг, а игрок, у которого найден мяч, начинает водить. Игра повторяется.

#### 1. «Ловишки» (с ленточками)

Дети становятся в круг; у каждого ребенка имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга находится ловишка. По сигналу воспитателя: «Раз, два, три – лови!» - дети разбегаются по площадке. Ловишка бегает за играющими, стараясь вытянуть у кого-либо ленточку. По сигналу педагога: «Раз, два, три – в круг скорей беги!» - все строятся в круг. Воспитатель предлагает поднять руки тем, кто лишился ленточки, то есть проиграл, и подсчитывает их. Ловишка возвращает ленточки детям, игра повторяется с новым водящим.

#### 1. «Фигуры»

По сигналу воспитателя все дети разбегаются по площадке (залу). На следующий сигнал все играющие останавливаются на месте, где их застала команда, и принимают какую-либо позу. Воспитатель отмечает тех, чьи фигуры оказались наиболее удачными. Игра повторяется 2-3 раза.

#### 1. «Найди и промолчи»

Воспитатель заранее прячет какой-либо предмет и предлагает детям найти его. Тот, кто увидел предмет, подходит к воспитателю и тихонько сообщает о находке. Педагог отмечает ребят, оказавшихся самыми внимательными.

#### 1. «Мы веселые ребята»

Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне площадки проводится вторая черта. В центре площадки находится ловишка. Играющие хором произносят:

Мы, веселые ребята,

Любим бегать и скакать,

Ну, попробуй нас догнать.

Раз, два, три – лови!

После слова «лови!» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка их ловит. Ребенок, которого ловишка успеет осалить, прежде чем тот пересечет черту, считается пойманным, отходит в сторону и пропускает одну перебежку. После двух перебежек выбирается другой ловишка. Игра повторяется 3-4 раза.

### 1. «Удочка»

Играющие стоят в кругу, в центре круга воспитатель. Он держит в руках веревку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку с мешочком по кругу над самым полом (землей), а дети подпрыгивают на двух ногах вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел ног. Описав мешочком 2-3 круга, воспитатель делает паузу, подсчитывается количество задевших за мешочек и дает необходимые указания по выполнению прыжков.

### 1. «Быстро возьми»

Дети образуют круг и по сигналу воспитателя выполняют ходьбу или бег вокруг предметов (кубики, шишки, камешки), которых должно быть на один или два меньше, чем детей. На сигнал: «Быстро возьми!» - каждый играющий должен взять предмет и поднять его над головой. Тот, кто не успел поднять предмет, считается проигравшим. Игра повторяется 2-3 раза.

### 1. «Перелет птиц»

На одном конце зала находятся дети – «птицы». На другом конце зала – пособия, на которые можно «взлететь» (гимнастические скамейки, кубы и т.д.) – «деревья».

По сигналу воспитателя: «Птицы улетают!» - дети, размахивая руками, как крыльями, разбегаются по всему залу; на сигнал: «Буря!» - бегут к возвышениям и прячутся там. Когда воспитатель произносит: «Буря прекратилась!», дети спускаются с возвышений и снова разбегаются по залу («птицы продолжают свой полет»). Во время игры воспитатель в обязательном порядке осуществляет страховку детей, особенно при спуске с гимнастической стенки.

### 1. «Не попадись»

Играющие располагаются вокруг шнура, выложенного на полу в форме круга. В центре круга двое водящих. По сигналу воспитателя дети прыгают на двух ногах в круг и обратно из круга по мере приближения ловишек. Игрок, которого успели «запятнать», получает штрафное очко. Через 50 секунд игра останавливается, подсчитываются проигравшие, игра повторяется с новыми водящими.

### 1. «Не оставайся на полу»

Выбирается водящий – ловишка, который бежит вместе с детьми по всему залу (площадке). Как только воспитатель произнесет: «Лови!» - все убегают от ловишки и стараются забраться на какое-либо возвышение (скамейку, куб, пенек и т.д.). Ловишка старается осалить убегающих до того, как они успеют встать на возвышение. Дети, до которых ловишка дотронулся, отходят в сторону. По окончании игры подсчитывается количество пойманных игроков и выбирают другого водящего. Игра возобновляется.

### 1. «Гуси-лебеди»

На одной стороне зала (площадки) обозначается дом, в котором находятся гуси. На противоположной стороне зала стоит пастух. Сбоку от дома логово (примерно на середине зала), в котором живет волк, остальное место – луг. Выбираются дети, исполняющие роль волка и пастуха, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся и летают.

*Пастух:* Гуси, гуси!

*Гуси(останавливаются и отвечают хором):* 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, расправив крылья (расставив руки в стороны), летят через луг домой, а волк, выбежав из логова, старается их поймать (запятнать). Пойманные гуси идут в логово. После двух перебежек подсчитывается количество пойманных волком гусей. Затем выбираются новые водящие – волк и пастух. Игра повторяется 2-3 раза.

#### 1. «Летает – не летает»

Дети стоят по кругу, в центре воспитатель. Он называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают и не летают. Например, воспитатель говорит: «Самолет летает, стул летает, воробей летает» и т.д. дети должны поднять руки вверх, если назван летающий предмет.

#### 1. «Посадка картофеля»

Дети строятся в 3-4 колонны перед линией старта. У детей, стоящих в колонне первыми, в руках по мешочку (корзинке) с 4-5 мелкими предметами – картофелинами. Напротив колонн, в 10 м от стартовой линии, чертят кружки (лучше положить на пол кружки из картона или фанеры).

По сигналу воспитателя первый игрок каждой колонны бежит к своим кружкам и раскладывает картофелины по одной в каждый кружок, затем возвращается обратно с пустым мешком и передает его следующему игроку своей колонны. Вторые игроки бегут к кружкам, собирают картофелины в мешки, возвращаются и передают их дальше, таким образом, одни игроки сажают картошку, а другие собирают. Выигрывает команда, игроки которой быстро и без потерь выполнили задание. Игра начинается по команде воспитателя, далее игроки приступают к бегу, после того как получают в руки полный или пустой мешочек. Игра повторяется не более двух раз.

#### 1. «Затейники»

Выбирается водящий – затейник, который встает в центр круга, образованного детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу вправо, потом 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; затейник показывает какое-нибудь движение, и все игроки должны его повторить. Тот, кто лучше всех повторит движение, становится новым затейником. Игра повторяется с другим водящим (3-4 раза).

### 1. «Ловишки-перебежки»

С помощью считалки выбирается водящий, который стоит на середине площадки. Остальные играющие стоят на площадке за чертой. После слов инструктора: «Раз! Два! Три! Беги! » дети перебегают на противоположную сторону площадки за черту, а водящий ловит детей, прежде чем они перебегут площадку и встанут за черту. Отмечаются самые быстрые дети и ловкий водящий. Игра повторяется с новым водящим 2-3 раза.

### 1. «Пожарные на учении»

Дети строятся в четыре колонны лицом к гимнастической стенке – это пожарные. На каждом пролете гимнастической стенки на одинаковой высоте (на рейке) подвешивают колокольчики.

По команде инструктора: «Марш!» - дети, стоящие первыми в колоннах, бегут к гимнастической стенке, взбираются по ней, звонят в колокольчик, спускаются вниз и возвращаются в конец своей колонны. Воспитатель отмечает ребенка, который быстрее всех выполнил задание. Потом снова подается сигнал и бежит следующая группа детей и т.д. При лазанье важно показать, как выполняется хват за рейку – все пальцы хватом сверху, большой палец снизу; обращается внимание и на то, чтобы дети не пропускали реек (наступая на каждую), а с последней сходили, не спрыгивая. При проведении данной игры страховка обязательна.

### 1. «Угадай по голосу»

Играющие сидят. Один из них становится в центре круга и закрывает глаза. Воспитатель, не называя имени, указывает рукой на кого-нибудь из играющих. Тот произносит имя стоящего в центре. Последний должен угадать, кто его назвал. Если стоящий в центре угадал, он открывает глаза и меняется местами с тем, кто назвал его по имени. Если же он ошибается, воспитатель предлагает ему снова закрыть глаза, и игра продолжается. Дети разбегаются по площадке. По сигналу дети занимают свои места в кругу. Один ребенок остается в центре круга. Дети идут по кругу и говорят: «Мы немножко порезвились, По местам все разместились. Ты загадку отгадай, Кто позвал тебя, узнай!» Игра повторяется несколько раз.

Игру можно проводить в другом варианте. Дети сидят полукругом. Перед ними на некотором расстоянии спиной к детям сидит ребенок с мишкой. Педагог предлагает кому-нибудь из ребят позвать мишку. Водящий должен угадать, кто его позвал. Он останавливается перед позвавшим и рычит. Тот, кого узнали, получает мишку, садится с ним на стульчик и водит.

### 1. «Ловишки парами»

Дети строятся в две шеренги на расстоянии 3-4 шагов одна от другой, по команде воспитателя: «Беги!» - ребята первой шеренги убегают, игроки второй шеренги догоняют каждый свою пару, прежде чем те пересекут линию финиша (расстояние 10-12 м). После двух перебежек дети меняются ролями.

### 1. «Мороз Красный нос»

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, играющие располагаются в одном из домов. Водящий – Мороз Красный нос становится посередине площадки лицом к играющим и произносит:

Я Мороз — Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пустится?

Играющие отвечают хором:

Не боимся мы угроз,  
И не страшен нам мороз!

После слова «мороз» дети перебегают через площадку в другой дом, а водящий догоняет их и старается коснуться рукой, «заморозить». «Замороженные» останавливаются на том месте, где до них дотронулись, и до окончания перебежки стоят не двигаясь. Воспитатель вместе с Морозом подсчитывает количество «замороженных». После каждой перебежки выбирают нового Мороза. В конце игры сравнивают, какой водящий Мороз заморозил больше играющих.

### 1. «Охотники и зайцы»

Из числа играющих выбирается охотник, остальные дети - зайцы. На одной стороне зала (площадки) отводится место для охотника, на другой — дом зайцев. Охотник ходит по залу, делая вид, что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе в дом. Зайцы выпрыгивают из-за кустов и прыгают (на двух ногах, на правой или левой – кто как хочет) в разных направлениях. По сигналу: «Охотник!» - зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мячи (в руках у него 2-3 мяча). Зайцы, в которых он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом. После каждой охоты на зайцев охотник меняется, но выбирается не из числа пойманных. Во избежание травм данной игре лучше использовать самодельные мячи, сшитые из кусочков ткани.

### 1. «Смелые воробышки»

Дети строятся в круг, перед каждым играющим два снежка. В центре круга водящий – кошка. Дети изображают воробышков и по сигналу воспитателя прыгают в круг через снежки и прыгают обратно из круга по мере приближения кошки. Воробей, которого коснулась кошка, получает штрафное очко, но из игры не выбывает. Через некоторое время воспитатель останавливает игру и подсчитывает количество «осаленных»; выбирается новый водящий. По окончании игрового упражнения отмечают самую ловкую кошку и смелые, ловкие воробышки, не попавшие к ней в лапы.

### 1. «Хитрая лиса»

Играющие стоят в кругу на расстоянии одного шага друг от друга. В стороне, вне круга, обозначается дом лисы. По сигналу воспитателя дети закрывают глаза, а педагог обходит их с внешней стороны круга и дотрагивается до одного из играющих, который и становится водящим – хитрой лисой. Затем дети открывают глаза, хором 3 раза (с небольшим интервалом) спрашивают (сначала тихо, а потом громче): «Хитрая лиса, где ты?». После третьего вопроса хитрая лиса быстро выбегает на середину круга, поднимает вверх руку и говорит: «Я здесь!». Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит (дотрагивается рукой). После того как лиса поймает 2-3 ребят и отведет их в свой дом, воспитатель произносит: «В круг!». Игра возобновляется. Если лиса долго не может никого поймать, то выбирают другого водящего.

### 1. «Медведи и пчелы»

На одной стороне зала находится улей, а на противоположной стороне луг. В стороне располагается берлога медведей. По условному сигналу воспитателя пчелы вылетают из улья (слезают с возвышений (это может быть гимнастическая скамейка, стенка и т.д.), летят на луг за медом и жужжат. Пчелы улетаю, а медведи выбегают из берлоги и забираются в улей (влезают на возвышение), лакомятся медом. Как только воспитатель подает сигнал: «Медведи!», пчелы летят к ульям, а медведи убегают в берлогу. Не успевших спрятаться пчелы жалят (дотрагиваются рукой). Ужаленные медведи пропускают одну игру. Игра возобновляется, и после ее повторения дети меняются ролями.

Перед игрой воспитатель напоминает детям, что с возвышений нужно сойти, не спрыгивая, залезть на гимнастическую стенку следует не выше 4-5-й рейки. Педагог осуществляет страховку, оказывает необходимую помощь.

### 1. «Совушка»

На одной стороне зала обозначается гнездо совы. В гнезде помещается водящий – сова. Остальные дети изображают птиц, бабочек, жуков – разлетаются по всему залу. Через некоторое время воспитатель произносит: «Ночь!» - и все играющие останавливаются на месте в тех позах, в которых застала ночь. Сова вылетает из своего гнезда, машет крыльями и смотрит, кто шевелится. Того, кто пошевелился, сова уводит в свое гнездо. Воспитатель произносит: «День!» - и бабочки, жуки, птицы оживают и опять начинают летать, кружиться. После двух вылетов совы на охоту подсчитывается количество пойманных и выбирается новый водящий.

### 1. «Горелки»

Играющие встают в две колонны, взявшись за руки; впереди – водящий. Дети хором произносят:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Глянь на небо:

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Раз, два, три – беги!

С последним словом дети, стоящие в последней паре, опускают руки и бегут в начало колонны – один бежит справа, другой слева от колонны. Водящий пытается поймать одного из ребят, прежде чем он успеет снова взяться за руки со своим партнером. Если водящему удастся это сделать, то он берет за руки с пойманным и они становятся впереди колонны. Оставшийся без пары ребенок становится водящим. Для усиления двигательной активности и интереса можно построить детей в 2-3 колонны.

### 1. «Карусель»

Дети образуют круг, держась за шнур правой рукой, идут по кругу сначала медленно, потом быстрее и переходят на бег. Движения выполняются в соответствии с текстом, произносимым вслух:

Еле, еле, еле, еле

Закружились карусели,

А потом кру-гом, кру-гом,

Все бегом, бегом, бегом.

После того как дети пробегут 2-3 круга, воспитатель останавливает их и подает сигнал к изменению направления движения. Играющие поворачиваются кругом и, перехватив шнур другой рукой, продолжают ходьбу и бег. Затем педагог вместе с детьми произносит:

Тише, тише, не спешите!

Карусель остановите!

Раз-два, раз-два,

Вот и кончилась игра!

Движение «карусели» постепенно замедляется. На словах «Вот и кончилась игра!» дети останавливаются, кладут шнур на землю (пол) и расходятся по площадке. Игру можно повторить.

#### 1. «Стоп»

Играющие становятся в одну шеренгу или произвольно недалеко друг от друга. На противоположной стороне зала спиной к играющим стоит водящий. Он громко произносит: «Быстро шагай, смотри не зевай, стой!». На каждое слово играющие шагом продвигаются вперед (ритмично, в соответствии с произносимым текстом). На последнем слове дети останавливаются, а водящий быстро оглядывается. Тот, кто не успел остановиться, делает шаг назад. Водящий отворачивается и снова произносит текст, а дети продолжают движение. Игрок, успевший пересечь линию финиша, прежде чем водящий произнесет слово «Стой!», становится водящим. Игра повторяется.

#### 1. «Что изменилось?»

Перед детьми ставятся небольшие резиновые игрушки, предлагает внимательно посмотреть и запомнить их. По команде: «Закрыли глаза!» дети закрывают глаза, а инструктор быстро меняет игрушки местами или убирает одну. По команде: «Открыли глаза!» дети открывают глаза и отвечают, что изменилось или чего не стало. Отмечаются самые внимательные дети. Игра повторяется 2—3 раза.

#### 1. «Караси и щука»

Один ребенок выбирается щукой, остальные играющие распределяются на две группы. Одна группа образует круг – это камешки, другая группа – караси, которые попадают внутрь круга. Щука находится за пределами круга. По сигналу воспитателя: «Щука!» - она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат поскорее занять место за кем-то из играющих и присесть, спрятаться за камешки. Пойманные щукой караси уходят за круг и подсчитываются. Игра повторяется с новой щукой. По окончании игры воспитатель отмечает самых ловких водящих.

#### 1. «Пятнашки»

Выбирается водящий, который получает цветную повязку, и встает в центр площадки. После сигнала: «Лови!» - все дети разбегаются по площадке, а водящий старается догнать кого-либо из играющих и коснуться рукой. Если ему это удастся, ребенок, которого он коснулся, отходит в сторону. Через некоторое время воспитатель подает команду: «Стой!», и игра останавливается, подсчитывают количество пойманных водящим. Игра повторяется с новым водящим.

#### 1. «Бездомный заяц»

Выбираются охотник и бездомный заяц, остальные играющие – зайцы. Каждый заяц чертит себе кружочек-домик и встает в него (можно использовать плоские обручи или косички). Бездомный заяц убегает, а охотник догоняет его. Спасаясь от охотника, заяц может забежать в любой кружок; стоявший в нем ребенок должен убежать, потому что теперь он становится бездомным, и охотник будет его ловить. Как только охотнику удастся поймать (осалить) зайца, они меняются ролями. Для усиления двигательной активности можно выбрать двух охотников и двух зайцев.