

**Журнал взаимодействия инструктора по физической культуре
и воспитателя подготовительной группы.**

Сентябрь	Двигательная активность детей в группе	Двигательная активность детей на прогулке
1 неделя	-прыжки на двух ногах через набивные мячи. -ходьба на носках с разным положением рук. Игра малой подвижности: «Вершки и корешки»»	- переброска мячей двумя руками из-за головы. -бег в колонне по одному и парами. Подвижная игра: «Ловишки»; «Ловкие ребята»
2 неделя	-прыжки в высоту (достань до предмета) -перебрасывание мяча через шнур друг другу на расстоянии 4м. Игра малой подвижности: «Летает- не летает»	- прыжки между предметами положенными в одну линию, дистанция 6-8 м - равномерный бег с соблюдение дистанции Подвижная игра: «Ловишки»; «Не оставайся на полу»
3 неделя	-ходьба с перекатом с пятки на носок. -отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте. Игра малой подвижности: «Великаны и гномы»	- ходьба и бег с чётким фиксированием поворотов. - подбрасывание мячей одной рукой и ловля его двумя руками Подвижная игра: «Не оставайся на полу»; «Удочка»
4 неделя	- прыжки из обруча в обруч. -ходьба с высоким поднимание колена. Игра малой подвижности: «Всё наоборот»	- ходьба и бег по кругу в чередовании по сигналу воспитателя. -прыжки на одной ноге через линию вперёд назад. Подвижная игра: «Удочка»; «Не попадись».

Октябрь	Двигательная активность детей в группе	Двигательная активность детей на прогулке
1 неделя	<ul style="list-style-type: none"> -броски малого мяча в вверх и ловля его двумя руками -ходьба по верёвке боком приставным шагом, руки на пояс. <p>Малоподвижная игра: «Лошадки»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ходьба и бег между предметами. - прыжки через короткую скакалку разными способами. <p>Подвижная игра: «Не попадись» «Перелёт птиц»</p>
2 неделя	<ul style="list-style-type: none"> -ползание на ладонях и ступнях (по-медвежьей) в прямом направлении. -ходьба в полуприсяде. <p>Малоподвижная игра: «Эхо»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ходьба и бег с изменением направления движения по сигналу. -отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперёд. <p>Подвижная игра: «Перелёт птиц»; «Не оставайся на полу»</p>
3 неделя	<ul style="list-style-type: none"> - ходьба с высоким подниманием колена. - ползание на четвереньках между предметами «змейкой» (расстояние 1 м один от другого). <p>Малоподвижная игра: «Лево-право»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - бег ,выбрасывая прямые ноги вперёд. -ведение мяча между предметами <p>Подвижная игра: «Не оставайся на полу»; «Удочка»</p>
4 неделя	<ul style="list-style-type: none"> - ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой. -прыжки на двух ногах между предметами. <p>Малоподвижная игра: «Угадай по голосу»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - бег в рассыпную - броски мяча с места в корзину. <p>Подвижная игра: «Удочка»; «Ловишки с ленточками»</p>

Ноябрь	Двигательная активность детей в группе	Двигательная активность детей на прогулке
1 неделя	-ходьба по канату боком, приставным шагом двумя способами: пятки на полу, носки на канате, носки или середина стопы на канате. -прыжки на двух ногах через шнуры подряд без паузы. Малоподвижная игра: «Четыре стихии»	- ходьба и бег в колонне по одному по кругу с ускорением и замедление темпа движений. -метание в цель из разных положений. Подвижная игра: «Ловишки с ленточками» ; «Догони свою пару»
2 неделя	- прыжки на правой и левой ноге с продвигаясь вперёд вдоль каната, руки произвольно. -ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой. Малоподвижная игра: «Сиди, сиди, Яша»	- прыжки через короткую скакалку, вращая её вперёд. -броски мяча друг другу двумя руками из-за головы. Подвижная игра: «Догони свою пару» ; «Фигуры»
3 неделя	-лазанье под дугу -ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами. Малоподвижная игра: «Краски»	-ходьба и бег «змейкой» между предметами. -ведение мяча в прямом направлении, между предметами. Подвижная игра: «Фигуры» ; «Перелёт птиц»
4 неделя	- ходьба в сочетании с другими видами движений. -прыжки на двух ногах с зажатым между ног мешочком с песком. Малоподвижная игра: «Колечко»	-бег сильно сгибая ноги назад. -забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди Подвижная игра: «Перелёт птиц» ; «Хитрая лиса»
Декабрь	Двигательная активность детей в группе	Двигательная активность детей на прогулке
1 неделя	-ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи. -прыжки на двух ногах между предметами, огибая их. Малоподвижная игра: «Три, тринадцать, тридцать»	- ходьба с различными положениями рук, бег в рассыпную. -бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. Подвижная игра: «Хитрая лиса» ; «Совушка»
2 неделя	-ходьба с широким и мелким шагом. -прыжки на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперёд. Малоподвижная игра: «Свободное место»	- ходьба и бег с изменением темпа движения. -метание снежков в цель. Подвижная игра: «Совушка» ; «Салки с ленточкой»
3 неделя	- ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между	-ходьба и бег с остановкой по сигналу воспитателя.

	предметами. -перебрасывание набивных мячей друг другу. Малоподвижная игра: «Найди мяч»	-подбрасывание мячей правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками. Подвижная игра: «Салки с ленточкой»; «Попрыгунчики воробышки».
4 неделя	-ходьба с перешагиванием через набивные мячи, поднимая высоко колени ,руки за голову. -ползание на четвереньках «змейкой» между предметами. Малоподвижная игра: «Эхо»	-ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону - передача мяча в шеренге. Подвижная игра: Попрыгунчики воробышки»; «Охотники и соколы»
Январь	Двигательная активность детей в группе	Двигательная активность детей на прогулке
2 неделя	-отбивание мяча одной рукой по ходу движения. -прыжки через препятствия с энергичным взмахом рук Малоподвижная игра: «Сосед подними руку»	-ходьба и бег между кирпичиками. -метание снежков на дальность. Подвижная игра: «День-ночь»; «Два мороза»
3 неделя	- ходьба на наружных сторонах стоп. -прыжки в длину с места Малоподвижная игра: «Стоп»	-бег с высоким подниманием колен. -прыжки на двух ногах на месте Подвижная игра: «Два мороза»; «Совушка»
4 неделя	-лазанье под шнур правым и левым боком, не касаясь верхнего края. -переброска мячей друг другу. Малоподвижная игра: «Лево-право»	-ходьба и бег с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры) -подбрасывание малого мяча в вверх и ловля его двумя руками. Подвижная игра: «Совушка»; «Удочка»
Февраль	Двигательная активность детей в группе	Двигательная активность детей на прогулке
1 неделя	-ходьба с высоким подниманием колен, широким свободным шагом, руки на пояс. -прыжки на двух ногах через короткие шнуры. Малоподвижная игра: «У кого мяч»	- бег между расставленными в линию предметами. -прыжки между предметами на правой ,затем на левой ноге. Подвижная игра: «Удочка»; «Паук и мухи»;
2 неделя	-ходьба с перекатом с пятки на носок -подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. Малоподвижная игра: «Колечко»	-ходьба и бег с выполнением упражнений для рук - переброска мячей друг другу Подвижная игра: Паук и мухи»; «Ключи»
3 неделя	- прыжки в длину с места. -ползание на четвереньках между набивными мячами. Малоподвижная игра:	-ходьба со сменой темпа движения. -метание мешочков правой и левой рукой в обручи, лежащие на расстоянии 2-2,5 м.

	«Съедобное – не съедобное»	Подвижная игра: «Ключи» ; «Не оставайся на полу»;
4 неделя	- ходьба перешагивая через набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на пояс. -бросание мяча в верх и ловля его одной рукой. Малоподвижная игра: «Узнай, кто позвал»	- ходьба и бег на носках. -прыжки с ноги на ногу между предметами поставленными в ряд. Подвижная игра: «Не оставайся на полу»; «Жмурки»
Март	Двигательная активность детей в группе	Двигательная активность детей на прогулке
1 неделя	-прыжки на двух ногах вперёд способом ноги врозь, ноги вместе. - передача мяча прямыми руками исходное положение стойка на коленях, сидя на пятках. Малоподвижная игра: «Флюгер»	- бег с высоким подниманием колен. -бросание малого мяча вверх и ловля его двумя руками. Подвижная игра: «Жмурки»; «Ключи»
2 неделя	- ходьба с высоким подниманием колен, широким свободным шагом, руки на пояс. -ползание под шнур, не касаясь руками пола. Малоподвижная игра: «Свободное место»	- ходьба и бег по кругу с изменениями направления движения. -прыжки через короткую скакалку вращая её вперёд. Подвижная игра: «Ключи»; «Затейники»
3 неделя	- ходьба между предметами с мешочком на голове. -ползание в прямом направлении на четвереньках. Малоподвижная игра: «Если нравится тебе делай так»	-бег с препятствиями, ходьба в колонне по два. -ведение мяча в разных направлениях. Подвижная игра: «Затейники»; «Волк во рву».
4 неделя	- ходьба по прямой на носках между набивными мячами, руки за голову. -лазанье под шнур прямо и боком, не задевая шнур (высота 40см) Малоподвижная игра: «Эхо»	- ходьба и бег в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя. -ходьба по бревну боком приставным шагом. Подвижная игра: «Волк во рву»; «Совушка»
Апрель	Двигательная активность детей в группе	Двигательная активность детей на прогулке
1 неделя	- прыжки на двух ногах вдоль шнура, продвигаясь вперёд. -броски малого мяча одной рукой вверх и ловля его двумя руками. Малоподвижная игра: «Краски»	-бег с высоким подниманием колен -прыжки на двух ногах, затем перепрыгивание через предмет и снова прыжки на двух ногах. Подвижная игра: «Совушка» ; «Хитрая лиса»
2 неделя	-ходьба с высоким подниманием колен. - лазанье под шнур в группировке.	- бег выбрасывая прямые ноги вперед. - прыжки в длину с разбега Подвижная игра: «Хитрая лиса»;

	Малоподвижная игра: «Угадай что делали»	«Мышеловка»
3 неделя	- ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове перешагивая через предметы. - прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Малоподвижная игра: «Ладшки»	- ходьба и бег между предметами - прыжки через короткую скакалку на месте, вращая её вперёд, назад скрестно. Подвижная игра: «Мышеловка»; «Затейники».
4 неделя	- прыжки через шнуры на правой и левой ноге попеременно. - ходьба по шнуру, приставляя пятку одной ноги к носку другой Малоподвижная игра: «Великаны и гномы»	- бег с высоким подниманием колен - перебрасывание мячей друг другу. Подвижная игра: «Затейники»; «Салки с ленточкой»
Май	Двигательная активность детей в группе	Двигательная активность детей на прогулке
1 неделя	- ходьба парами, с перекатом с пятки на носок. - прыжки на двух ногах между предметами. Малоподвижная игра: «Тик-так-тук»	- ходьба и бег парами - броски мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. Подвижная игра: «Салки с ленточкой»; «Совушка»
2 неделя	- ходьба с высоким подниманием колен. - лазанье под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола, в группировке сложившись в «комочек» Малоподвижная игра: «Вершки и корешки»	- ходьба и бег в колонне по одному, по кругу, в рассыпную - метание мешочков на дальность. Подвижная игра: «Совушка»; «Воробьи и кошка»
3 неделя	- прыжки между предметами на правой и левой ноге - ходьба с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом. Малоподвижная игра: «Сиди, сиди, Яша»	- прыжки на двух ногах между кеглями - забрасывание мяча в кольцо с расстояния 1 м. Подвижная игра: «Воробьи и кошка»; «Охотники и утки»
4 неделя	- броски мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. - ходьба с перешагиванием через набивные мячи. Малоподвижная игра: «Почта»	- ходьба и бег с изменением направления движения. - прыжки через короткую скакалку. Подвижная игра: «Охотники и утки»; «Не оставайся на земле»

Картотека подвижных игр в подготовительной группе для детей 6-7 лет

«Ловишки» Дети стоят по кругу, взявшись за руки.	«Ловкие ребята» Играющие распределяются на тройки и
--	---

<p>Ловишка – в центре круга, на руке повязка. По сигналу воспитателя «Раз – два – три – лови!»</p> <p>Дети разбегаются и увёртываются, а ловишка догоняет. Пойманный временно отходит в сторону. Игра продолжается, пока ловишка не поймает 2-3 детей.</p>	<p>встают треугольником (расстояние между детьми 1.5 м). Один ребёнок в тройке бросает мяч вверх двумя руками, второй- должен подхватить его и снова бросить вверх, третий игрок ловит мяч и бросает его вверх, поймать мяч должен первый игрок и т.д.</p>
<p>«Не оставайся на полу».</p> <p>Выбирается ловишка, который вместе с детьми бегают по всему залу (площадке). Как только воспитатель произнесет: «Лови!» — все убегают от ловишки и взбираются на предметы (скамейки, кубы, и т. д.). Ловишка старается осалить убегающих. дети, до которых ловишка дотронулся, отходят в сторону. По окончании подсчитывают количество пойманных и выбирают ловишек. Игра возобновляется.</p>	<p>«Удочка»</p> <p>Играющие стоят по кругу, в центре — воспитатель. Он держит в руках веревку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку с мешочком по кругу над самой землей (полом), а дети подпрыгивают на двух ногах вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел их ног. Описав мешочком два-три круга, воспитатель делает паузу, во время которой подсчитывается количество задевших за мешочек и даются необходимые указания по выполнению прыжков.</p>
<p>«Не попадись»</p> <p>Играющие располагаются вокруг шнура, положенного в форме круга. В центре — двое водящих. По сигналу воспитателя дети прыгают на двух ногах в круг и выпрыгивают по мере приближения ловишек. Кого успели запятнать, получает штрафное очко. Через 40—50 с игра останавливается, подсчитываются проигравшие, и игра повторяется с новыми водящими.</p>	<p>«Перелет птиц».</p> <p>Дети-«птицы» собираются на одной стороне площадки. На другой стороне расположены гимнастические скамейки-«деревья». По сигналу: «Полетели!» - птицы разлетаются по всему залу, расправляя крылья (руки в стороны) и помахивая ими. По сигналу: «Буря!» - «птицы» занимают места на гимнастических скамейках как можно быстрее. Воспитатель говорит: «Буря прошла», «птицы» спокойно «спускаются с деревьев» и продолжают «летать». Игра повторяется 3-4 раза.</p>

«Ловишки» (с ленточками).

Дети строятся в круг; у каждого имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга стоит ловишка. По сигналу воспитателя: «Раз, два, три — лови!» — дети разбегаются по площадке. Ловишка бежит за играющими, стараясь вытянуть у кого-нибудь ленточку. По сигналу воспитателя: «Раз, два, три — в круг скорей беги!» — все строятся в круг. Воспитатель предлагает поднять руки тем, кто лишился ленточки, т. е. проиграл, и подсчитывает их. Ловишка возвращает ленточки Детям, и игра повторяется, с новым водящим.

«Хитрая лиса».

Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага один от другого. В стороне, вне круга, обозначается дом лисы. По сигналу воспитателя дети закрывают глаза, а он обходит их с внешней стороны круга и дотрагивается до одного из играющих, который и становится водящим - хитрой лисой. Затем дети открывают глаза, хором три раза (с небольшим интервалом) спрашивают (сначала тихо, а потом громче): «Хитрая лиса, где ты?» После третьего раза играющий, выбранный хитрой лисой, 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 и отведет к себе в дом 2—3 детей, воспитатель произносит: «В круг!» - и игра возобновляется.

Если лиса долго не может никого поймать, то выбирают другого водящего.

«Догони свою пару»

Играющие становятся на одной стороне площадки: одна группа детей впереди, вторая — позади (расстояние между ними не менее трех шагов). По сигналу воспитателя первые быстро убегают на другую сторону площадки, вторые их ловят (осаливают). Перебежав на другую сторону площадки, дети меняются ролями. Игра повторяется 3-4 раза. Заканчивается игра ходьбой в колонне по одному.

«Фигуры»

По сигналу воспитателя все дети разбегаются по площадке. 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.

«Совушка».

На одной стороне зала обозначается гнездо совушки. В гнезде помещается водящий — совушка. Остальные играющие изображают птиц, бабочек, жуков и т. д.; они разлетаются по всему залу. Через некоторое время воспитатель произносит: «Ночь!» Играющие останавливаются на месте в той позе, в какой их застала ночь. Совушка вылетает из своего гнезда, машет крыльями и смотрит, кто шевелится. Того, кто пошевелился, уводит в свое гнездо, а воспитатель произносит: «день!» Бабочки, жуки, птицы оживают и опять начинают кружиться, летать. После двух вылетов на охоту подсчитывается количество пойманных. Выбирается другая совушка.

--	--

<p>«Попрыгунчики воробышки». Воспитатель выкладывает круг из верёвки (или чертит на земле). Выбирается водящий коршун. Он становится на середину круга. Остальные дети воробышки они становятся за кругом. Воробышки прыгают в круг из круга. Коршун бегают в кругу и не даёт воробышкам там долго находиться. Воробышек, до которого водящий дотронулся, останавливается, поднимает руку, но из игры не выбывает.. Воспитатель отмечает тех кого коршун не разу не поймал.</p>	<p>«Охотники и соколы» На одной стороне зала (площадки) находятся соколы. Посередине зала стоят два охотника. По сигналу педагога «Соколы, летите!» дети перебегают на другую сторону зала, а охотники стараются их поймать (запятнать), прежде чем те пересекут условную линию. При повторении игры выбираются другие водящие, но не из числа пойманных. Игра повторяется 3 раза.</p>
<p>«День и ночь» Играющие распределяются на две команды — «День» и «Ночь». Посередине зала (площадки) проводится черта (или кладется шнур). На расстоянии двух шагов от черты спиной друг к другу становятся команды. Воспитатель говорит: «Приготовились!», затем дает одной из команд сигнал к бегу, например, произносит: «День». Дети убегают за условную черту, а игроки второй команды быстро поворачиваются кругом и догоняют соперников, стараясь запятнать их, прежде чем те пересекут условную линию. Выигрывает команда, которая успеет запятнать большее количество игроков противоположной команды</p>	<p>«Два мороза» На противоположных сторонах площадки обозначается два дома, играющие располагаются в одном из них. Двое стоящих («Мороз-Красный нос и Мороз- синий нос) становится посередине площадки лицом к играющим и произносят: Мы два брата молодые, Два мороза удалые, Я Мороз- красный нос, Я Мороз – синий нос, Кто из вас решится В путь дороженьку пуститься? Все играющие хором отвечают: Не боимся мы угроз, И не страшен нам мороз. После этого дети перебегают в другой дом, а морозы стараются их заморозить. «Замороженные» останавливаются на том месте, где до них дотронулись, и до окончания перебежки стоят не двигаясь. Морозы подсчитывают, сколько ребят им удалось заморозить.</p>

«Паук и мухи»

В одном углу зала обозначается кружком паутина, где живёт водящий – паук. Остальные дети – мухи. По сигналу воспитателя все мухи разбегаются по залу, «летают», жужжат. Паук находится в паутине.

По сигналу воспитателя «Паук!» мухи останавливаются в том месте, где их застала команда. Паук выходит и внимательно смотрит. Того кто пошевелится, паук отводит в свою паутину. После двух повторений подсчитываю количество пойманных мух.

«Ключи»

Играющие становятся в круги, начерченные в любом порядке (или выложенные из коротких шнуров) на расстоянии не менее 2 м один от другого. Выбирается водящий. Он подходит к одному из игроков и спрашивает: «Где ключи?» Тот отвечает: «Пойди к... (называет одного из детей), постучи!» В это время другие дети стараются поменяться местами. Водящий должен быстро занять свободный кружок во время перебежки. Если водящий долго не может занять кружок, он кричит: «Нашел ключи!» Тогда все играющие меняются местами, оставшийся без места становится водящим.

«Жмурки»

Жмурка выбирается при помощи считалки. Ему завязывают глаза, отводят его на середину комнаты, и поворачивают несколько раз вокруг себя. Разговор с ним:

Кот, кот. на чем стоишь?

На квашне (деревянная посуда для замешивания теста).

Что в квашне?

- Квас.

Лови мышей, а не нас!

Игроки разбегаются, жмурка их ловит. Пойманного игрока жмурка должен узнать, назвать его по имени, не снимая повязки. Тот становится жмуркой.

«Затейники»

С помощью считалочки выбирается затейник, который встает в центре 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, а затейник показывает какое-нибудь движение. Все должны его повторить.

Тот, кто лучше всех повторит движение, становится новым затейником. Игра повторяется 2—3 раза.

<p style="text-align: center;">«Волк во рву»</p> <p>Посередине зала (площадки) проводят две параллельные черты (или кладут веревки) на расстоянии 80—90 см одна от другой — это ров. С одной стороны площадки за чертой находится дом коз. Выбирают водящего — волка. Все козы располагаются в доме (за чертой). Волк становится в ров. По сигналу педагога «Волк во рву» козы бегут на противоположную сторону зала, перепрыгивая через ров, а волк старается их поймать (коснуться рукой). Пойманных коз волк отводит в сторону. Вновь подается сигнал. После двух перебежек все пойманные козы возвращаются в свой дом, и выбирается новый водящий.</p>	<p style="text-align: center;">«Мышеловка».</p> <p>Играющие делятся на две неравные группы. Меньшая (примерно треть играющих) образует круг — мышеловку. Остальные 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»</p> <p>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 по кругу, опускают руки и приседают - мышеловка захлопнута. Мыши, не успевшие выбежать из круга, читаются пойманными. Они тоже становятся в круг (и размер мышеловки увеличивается). Когда большая часть мышей будет поймана, дети меняются ролями, и игра возобновляется.</p>
<p style="text-align: center;">«Воробушки и кот»</p> <p>«Кот» располагается на одной стороне зала (площадки), а дети – «воробышки» - на другой. Дети – «воробышки» приближаются к «коту» вместе с воспитателем, который произносит: Котя, котенька, коток, Котя – черненький хвосток, он на бревнышке лежит, притворился, будто спит. На слова «Будто спит», «кот» восклицает: «Мяу!» - и начинает ловить «воробышков», которые убегают от него в свой домик (за черту).</p>	
<p style="text-align: center;">«Охотники и утки»</p> <p>Дети делятся на две равные команды — охотники и утки. Утки становятся в середину большого круга. Охотники бросают мяч (большой диаметр), стараясь осалить им уток.</p>	

Утка, которой коснулся мяч, выбывает из игры. Когда большинство (примерно треть) уток будет осалено, команды меняются ролями.

Картотека малоподвижных игр в подготовительной группе для детей 6-7 лет

«Вершки и корешки»»

Дети стоят по кругу или в шеренге. В центре или перед шеренгой стоит воспитатель с большим мячом в руках. Эту игру может вести также кто-нибудь из детей. Водящий бросает мяч, называя вершки или корешки, например.

Воспитатель: Баклажаны

Ребенок: Вершки (ловит мяч и бросает обратно).

Воспитатель: Редька.

Ребенок: Корешки (ловит мяч и бросает обратно) **Воспитатель:** Капуста.

Ребенок: Вершки (ловит мяч и бросает обратно) **Воспитатель:** Картофель.

Ребенок: Корешки (ловит мяч и бросает обратно) **Воспитатель:** Клубника.

Ребенок: Вершки (ловит мяч и бросает обратно) **Воспитатель:** Чеснок.

Ребенок: Корешки (ловит мяч и бросает обратно)

Воспитатель: Огурцы. Ребенок: Вершки (ловит мяч и бросает обратно)

Отмечаются дети, которые ни разу не ошиблись.

«Летает -не летает»

Дети садятся или становятся полукругом. Ведущий называет предметы. Если предмет летает — дети поднимают руки вверх или в стороны. Если не летает — руки у детей опущены. Ведущий может сознательно ошибаться, у многих ребят руки непроизвольно, в силу подражания, будут подниматься. Необходимо своевременно удержаться и не поднимать рук, когда назван нелетающий предмет.

«Великаны и гномы»

Ходьба в колонне по одному. На сигнал педагога «Великаны» дети идут на носочках, подняв руки вверх, затем следует обычная ходьба. На следующий сигнал «Гномы» - ходьба в полуприседе, и так в чередовании

«Всё наоборот»

Дети стоят лицом к взрослому, который ритмично меняет положение рук, и делает те же движения, только наоборот. Например, взрослый поднимает руки, а дети опускают. Взрослый отводит руки назад - дети протягивают руки вперед.

Предлагаем такие варианты движений (взрослый - дети):

-поднять руки вверх — опустить вдоль туловища;

-руки вытянуть вперед —отвести назад, за спину;

	<p>-руки опустить вдоль тела – поднять вверх;</p> <p>-руки отвести назад – вытянуть вперед;</p> <p>-правая рука вверх, левая вниз – правая вниз, левая вверх.</p>
--	---

«Лошадки»		«Эхо»
Вот река, ну река! Широка и глубока	<i>Ходьба на месте, Руки разводятся в стороны</i>	<p>Перед игрой взрослый обращается к детям: Вы слышали когда-нибудь эхо? Когда вы путешествуете в горах или по лесу, проходите через арку или находитесь в большом пустом зале, вы можете повстречать эхо. То есть увидеть-то его вам, конечно, не удастся, а вот услышать – можно. Если вы скажете: «Эхо, привет!», то и оно вам ответит: «Эхо, привет!», потому что всегда в точности повторяет то, что вы ему скажете. А теперь давайте поиграем в эхо.</p> <p>Затем назначают водящего – «Эхо», который и должен повторять то, что ему скажут.</p>
Эй, лошадки, все за мной! Поспешим на водопой	<i>Галоп на месте</i>	
Ах водица, ах, вода – И искристая, и чиста!	<i>Наклоны в стороны</i>	
Мы спешим напиться Чистой той водицы. Напились водицы, Лошадки - озорницы!	<i>Наклоны вперед - назад</i>	
А теперь все за мной, Дружно скачем мы домой	<i>Галоп на месте</i>	
«Лево-право»		«Угадай по голосу»
<p>Дети сидят на стульях кружком. В центре – водящий с мячом. Водящий бросает мяч одному из детей. Если он при этом кричит «Бери!», то ловящий мяч должен назвать имя своего соседа слева. Если же при броске прозвучало - «Отдай!», нужно назвать имя соседа справа. Кто ошибется, сменяет ведущего.</p>		<p>Играющие стоят по кругу, водящий выходит в середину круга, закрывает глаза. Дети идут по кругу и говорят слова стихотворения:</p> <p>«Мы немножко порезвились, По местам все разместились. Ты, Алеша (Наташа), отгадай, Кто позвал тебя, узнай».</p> <p>С окончанием слов дети останавливаются. Воспитатель показывает на кого-нибудь из играющих. Тот называет водящего по имени.</p>

	<p>Водящий, не открывая глаз, должен отгадать, кто его позвал. Если он отгадал, открывает, глаза и меняется с ним местом. Если водящий ошибся, снова закрывает глаза, игра повторяется. Дети идут по кругу в другую сторону.</p>
--	--

<p align="center">«Четыре стихии»</p> <p>Играющие выполняют движения в соответствии со словами: "земля" - руки вниз, "вода" - вытянуть руки вперед, "воздух" - поднять руки вверх, "огонь" - произвести вращение руками в лучезапястных и локтевых суставах. Кто ошибается, считается проигравшим.</p>	<p align="center">«Сиди,сиди,Яша»</p> <p>В центре круга ребенок с завязанными глазами. Все остальные, взявшись за руки, идут по кругу и говорят слова: «Сиди, сиди, Яша, под ореховым кустом. Грызи, грызи, Яша, Орешки коленные, милому дареные». Дети останавливаются и хлопают в ладоши: «Чок, чок, пяточок, Вставай, Яша – дурачок», – ребенок водящий встают и медленно кружиться внутри круга. «Где твоя невеста, В чем она одета, Как её зовут и откуда привезут» С последними словами «Яша» идет вперед к детям, выбирает любого, ощупывает его и пытается угадать, кого он нашел, описать его одежду и назвать по имени.</p>
---	--

<p align="center">«Краски»</p> <p>С помощью считалки выбирают «хозяина» и «покупателя». Остальные игроки — «краски». Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его «хозяину», который приглашает «покупателя». «Покупатель» подходит к играющим, и идет разговор:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Тук, тук! - Кто там? - Покупатель. - За чем пришел? - За краской. - За какой? - За синей. <p>Если синей краски нет, то «хозяин» отвечает: «Иди по дорожке, принеси мне</p>	<p align="center">«Колечко»</p> <p>Дети стоят в кругу, а водящий внутри круга. Он держит в ладонях колечко, которое незаметно пытается передать кому-то из детей. Ладоньками, сложенными в лодочку, водящий по очереди раскрывает ладошки детей. Дети внимательно следят за действиями водящего и своих товарищей. А тот, кому досталось колечко, не выдает себя. По сигналу водящего: «Колечко, колечко, выйди на крылечко!» — ребенок с колечком выбегает в центр круга и становится водящим. Если дети заметили у него колечко до сигнала, то не пускают в круг. И игру продолжает прежний водящий.</p>
---	---

синие сапожки, поноси, поноси да назад принеси! » Если же «покупатель» цвет краски угадал, то «краску» забирает себе. Когда «покупатель» отгадывает несколько «красок», он становится «хозяином», а новый «покупатель» выбирается из числа «красок»

«Три, тринадцать, тридцать»

Игроки выбирают водящего. Играющие дети становятся по кругу и размыкаются на вытянутые руки. Водящий - в середине круга. При проведении игры впервые, желательно, чтобы водящим был воспитатель.

Педагог объясняет, что если он скажет: «Три», - все играющие ставят руки в стороны; если он скажет: «Тринадцать», - все ставят руки на пояс; если он скажет: «Тридцать», - все поднимают руки вверх (можно выбрать любые движения).

Воспитатель быстро называет то одно, то другое движение. Игрок, допустивший ошибку, садится на пол. Когда останутся 1—2 игрока, игра заканчивается, они являются победителями.

«Найди мяч»

Все играющие становятся в круг вплотную, лицом к центру. Один играющий по назначению воспитателя становится в середину круга, это - водящий. Играющие держат руки за спиной. Одному из играющих воспитатель дает в руки мяч. С этого момента мяч начинают передавать друг другу за спиной. Играющий, стоящий внутри круга, старается угадать, у кого мяч. Для этого он может попросить каждого из играющих показать свои руки - сказав ему: «Руки». По этому требованию играющий мгновенно протягивает обе руки вперед, ладонями

«Свободное место»

Играющие сидят по кругу. Воспитатель вызывает двух рядом сидящих детей. Они становятся спиной друг к другу и по сигналу: «Раз, два, три - беги!» - бегут в разные стороны за кругом, добегают до своего места и садятся. Воспитатель и все играющие отмечают, кто первый занял свободное место. Затем воспитатель вызывает двух детей, и игра повторяется.

«Лево-право»

Дети сидят на стульях кружком. В центре – водящий с мячом. Водящий бросает мяч одному из детей. Если он при этом кричит «Бери!», то ловящий мяч должен назвать имя своего соседа слева. Если же при броске прозвучало - «Отдай!», нужно назвать имя соседа справа. Кто ошибется, сменяет ведущего.

«Съедобное – не съедобное»

Дети стоят в кругу. Водящий говорит задуманное им слово и бросает мяч играющему. Если слово обозначает еду (фрукты, овощи, сладости, молочные, мясные и другие продукты), то ребенок, которому бросили мяч, должен поймать его («съесть»). Когда слово обозначает несъедобные предметы, мяч не ловится. Ребенок, не справившийся с заданием, становится водящим, называет задуманное слово и бросает мяч ребенку.

кверху. Тот, у кого оказался мяч или кто уронил его, становится в середину, а на его место идет водящий.

«Сосед подними руку»

Играющие, стоя или сидя (в зависимости от уговора), образуют круг. По жребью выбирают водящего, который встает внутри круга. Он спокойно ходит по кругу, затем останавливается напротив одного из игроков и громко произносит: «Руки!» тот игрок, к кому обратился водящий, продолжает сидеть (стоять), не меняя положения. А оба его соседа должны поднять вверх одну руку: сосед справа — левую, сосед слева — правую, т.е. ту руку, находится ближе к игроку, стоящему (сидящему) между ними. Если кто-то из ребят ошибся, т.е. поднял не ту руку или вообще забыл ее поднять, то он меняется с водящим ролями. Играют установленное время. Выигрывает тот ребенок, кто ни разу не был водящим.

Игрок считается проигравшим даже тогда, когда он только пытался поднять не ту руку. Водящий должен останавливаться точно напротив игрока, к которому он обращается. В противном случае его команда не выполняется.

«У кого мяч»

С помощью считалочки выбирается водящий, который становится в центр круга. Дети стоят по кругу плотно плечом друг к другу, руки за спиной. Водящий должен угадать, у кого мяч. Игру начинает инструктор, в руке у него маленький мяч. Идя по кругу, инструктор отдает мяч в руку одному из играющих, а дети должны передавать этот мяч в одну или другую сторону по кругу так, чтобы

«Стоп»

Все играющие становятся на линии, проведенной вдоль одной стороны площадки. На противоположной стороне кружком (диаметр 2—3 шага) обозначается дом водящего. Водящий стоит спиной к детям и говорит: «Быстро шагай, смотри, не зевай! Стоп!» На каждое его слово все шагают вперед. Как только водящий произнесет: «Стоп!» — дети останавливаются, а водящий оглядывается и смотрит, кто не успел замереть на месте и шевельнулся. Он называет этих детей, они возвращаются на исходную линию. Затем водящий снова поворачивается спиной к играющим и говорит: «Быстро шагай...» Все продолжают шагать вперед с того места, где их застал сигнал «стоп». Вернувшиеся на исходную линию двигаются оттуда. Игра продолжается до тех пор, пока кто-нибудь из детей не подойдет близко к водящему и не встанет в его дом раньше, чем он скажет: «Стоп!» Тот, кому это удастся, становится водящим.

«Узнай, кто позвал»

Играющие стоят по кругу, водящий выходит в середину круга, закрывает глаза. Дети идут по кругу и говорят слова стихотворения:

«Мы немножко порезвились,

По местам все разместились.

Ты, Алеша (Наташа), отгадай, Кто позвал тебя, узнай».

С окончанием слов дети останавливаются. Воспитатель

<p>водящий не заметил</p>	<p>показывает на кого-нибудь из играющих. Тот называет водящего по имени. Водящий, не открывая глаз, должен отгадать, кто его позвал. Если он отгадал, открывает, глаза и меняется с ним местом. Если водящий ошибся, снова закрывает глаза, игра повторяется. Дети идут по кругу в другую сторону.</p>
---------------------------	---

<p style="text-align: center;">«Флюгер»</p> <p>Играющие стоят в шеренгу или в рассыпную. Воспитатель называет стороны света и для каждой из них определяет свое действие: <i>север</i> - руки на пояс; <i>юг</i> – руки на голову; <i>восток</i> - руки вверх; <i>запад</i> – руки вниз.</p> <p>Воспитатель называет только части света, дети показывают движение согласно части света.</p>	<p style="text-align: center;">«Свободное место»</p> <p>Играющие сидят по кругу. Воспитатель вызывает двух рядом сидящих детей. Они становятся спиной друг к другу и по сигналу: «Раз, два, три - беги!» - бегут в разные стороны за кругом, добегают до своего места и садятся. Воспитатель и все играющие отмечают, кто первый занял свободное место. Затем воспитатель вызывает двух детей, и игра повторяется.</p>
--	---

<p style="text-align: center;">«Если нравится тебе делай так»</p> <p>Дети, стоя в кругу и произносят слова:</p> <p>Если нравится тебе, то делай так – (два хлопка в ладоши).</p> <p>Если нравится тебе, то делай так – (два хлопка в ладоши).</p> <p>Если нравится тебе, то и другому покажи, Если нравится тебе, то делай так – (два хлопка в ладоши).</p> <p>Затем слова повторяются, но с другими движениями: дети хлопают по коленям, прижимая руки к щекам, говорят: «ай-ай», прикасаются пальцем к носу со словами: «Би-би». Можно придумать и другие забавные движения. В заключение после каждой строчки дети последовательно повторяют все движения, показанные ранее. Важно не ошибиться в последовательности и выполнять движения в быстром темпе.</p> <p style="text-align: center;">«Ладочки» (5- 7 лет)</p> <p>Двое играющих становятся друг против друга. Они одновременно хлопают в ладоши, а потом соединяют их перед</p>	<p style="text-align: center;">«Угадай что делали»</p> <p>Воспитатель выбирает одного играющего, который отходит от всех детей на 8— 10 шагов и поворачивается к ним спиной. Он должен отгадать, что делают остальные играющие.</p> <p>Дети договариваются, какое действие они будут изображать. По слову воспитателя: «Пора!»— отгадывающий поворачивается, подходит к играющим и говорит</p> <p>Здравствуйте, дети! Где вы бывали? Что вы видали?</p> <p>Дети отвечают:</p> <p>Что мы видели,— не скажем, А что делали,— покажем.</p> <p>Все дети изображают какое-нибудь действие, например, играют на гармонии, скачут на лошадках и т. д.. Спрашивающий отгадывает. Если он не отгадал, тот проигрывает. Дети говорят ему, что они делали, и придумывают новое действие. Он отгадывает снова. Затем на его место выбирается другой</p>
--	--

собой (правую с левой, левую с правой). Потом ладони соединяют накрест - правую с правой, левую с левой. Затем хлопок - и снова ладони вместе! Сначала эти движения проделываются медленно, а потом все быстрее и быстрее до тех пор, пока ладони не спутаются. Тогда игра начинается сначала.

играющий, и игра повторяется.

«Тик- так- тук»

Тик — так — тук»

Дети стоят врассыпную.

Воспитатель подает сигнал: «Тик!» —

дети делают наклоны влево- вправо;

по сигналу: «Так!» — останавливаются, а

по сигналу: «Тук!» — подпрыгивают на

месте. Тот, кто ошибся, выходит из игры.

Сигналы повторяются 5—8 раз.

Последовательность сигналов должна меняться.

По окончании игры следует отметить самого внимательного игрока.

«Почта»

Игра начинается с переключки водящего с игроками:

-Динь, динь, динь!

-Кто там?

-Почта.

-Откуда?

-Из страны сказок.

-А что там делают?

Умываются, танцуют, рисуют, бегают, причесываются, приседают, улыбаются.

Играющие имитируют или выполняют названное действие.