

Подвижные игры для детей 6-7 лет

Игра – это важная часть жизни каждого ребенка, которая занимает большую часть его времени. В процессе игры дети познают окружающий мир, его предметы и их свойства. В игре дети получают полезную информацию о разных сторонах жизни, моделируют поведение окружающих их людей. Наибольшей частью детских игр являются – подвижные игры.

Подвижные игры – развивают основные движения детей такие как: бег, ходьбу, различные виды прыжков. Также способствуют развитию координации движений, внимания, быстроты реакции, сообразительности.

- Подвижные игры малой интенсивности

1. «5 шагов»

Цель: развитие сообразительности и быстроты реакции.

Описание: по очереди участвуют несколько игроков, детям надо сделать пять шагов в быстром темпе и на каждый шаг, без пауз и заминок нужно произносить любое имя, женское или мужское. Выигрывает тот игрок, который справился с заданием лучше и быстрее всех. Игру можно усложнять, например, называть не имена, а зверей, рыб, птиц, насекомых, растения и так далее.

2. «Передай мяч соседу»

Цель: развитие быстроты реакции и координации движений.

Описание: игрокам предлагается посторониться в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. У двух игроков, стоящих на противоположных сторонах круга - по мячу. По сигналу дети передают мяч по кругу в одном направлении, как можно быстрее, стараясь, чтобы один мяч догнал другой. Проигрывает игрок, у которого окажется 2 мяча. Игра повторяется.

3. «Ворота»

Цель: развитие ходьбы парами, координации движения.

Описание: игрокам предлагается шагать по игровой площадке в колонне из двух человек. По команде «Стоп!» останавливаются, поднимают сцепленные руки вверх, образуя ворота. Первая пара поворачивается кругом,

пробегают под воротами, становится последней, говоря «Готово!». По этому сигналу дети опускают руки и продолжают ходьбу. Победителей и проигравших здесь нет.

4. «Запрещенное движение»

Цель: развитие памяти, внимания, координации движений.

Описание: игрокам нужно построиться в круг в центре стоит педагог. Педагог демонстрирует различные движения, указав какое из них запрещенное. Детям нужно повторить все движения кроме запрещенного. Те, кто повторил запрещенное движение, получает штрафные очки. Выигрывают те, кто выполнил без штрафных очков задание или те, у кого их наименьшее количество. Запрещенное движение нужно менять каждый 3-4 круг. Игрок показывающий движения может меняться.

5. «Зеркало»

Цель: развитие памяти и внимания.

Описание: дети находятся на игровой площадке, водящий стоит к ним лицом. Дети – это отражение водящего в зеркале. Водящий «перед зеркалом» выполняет различные имитационные действия (расчёсывается, поправляет одежду, строит рожицы, танцует, ест и другое). Игроки одновременно с водящим копируют все его действия, стараясь точно передать не только жесты, но и мимику. Водящим может быть как педагог, так и желающий ребенок.

6. «Повтори наоборот»

Цель: развитие пространственной координации, внимания.

Описание: дети находятся на игровой площадке, так чтобы было всем видно водящего. Водящий стоит к ним лицом, показывает различные движения, которые они должны повторить наоборот. Например, водящий поднимает руки вверх – дети должны опустить их вниз, поворачивает голову налево – дети поворачивают голову направо и другое. Отмечаются самые внимательные игроки.

- Подвижные игры средней интенсивности

1. «Сбить грушу»

Цель: развитие равновесия и умения метать мяч.

Описание: дети делятся на 2 команды. Первая – «груши», дети встают на скамейку, поставленную поперёк зала. Игроки второй команды – «метатели» берут по одному мячу и выстраиваются в шеренгу на расстоянии 5 – 6 м от скамейки, расстояние может меняться в зависимости от умений метать мяч. По сигналу «метатели» по очереди бросают мяч, стараясь сбить «грушу». Игра проводится 5 – 6 раз. Выигрывает команда, сбившая большее количество «груш». Сбитым считается тот игрок-«груша», в которого попал мяч или он сам спрыгнул на пол.

2. «Озорные гномики»

Цель: развитие быстроты реакции.

Описание: дети выстраиваются в 2 шеренги лицом друг к другу на расстоянии 6 – 8 м, в середине зала стоит ведущий – «волшебник». Дети, к которым он находится лицом, не двигаются, другие выполняют разные движения. Ведущий неожиданно поворачивается лицом то к одной, то к другой шеренге. Игра проводится 2 – 3 мин. Ведущим может быть как педагог, так и дети.

3. «Двигайся»

Цель: развитие танцевальных движений, быстроту реакции.

Описание: детям предлагается двигаться под музыку, музыка останавливается и играющие должны успеть застыть в позе, на которую пришлась остановка в музыке. Снова звучит музыка. Дети танцуют. Подбирается музыка разная по ритму, можно использовать нарезки. Во время движения дети не должны задевать друг друга.

4. «Охотник»

Цель: развитие умений ползать и бегать.

Описание: из детей выбирается охотник и находится за линией. На расстоянии 6 – 8 м стоят остальные дети, изображают лес из спящих драконов. Охотник выходит из своего дома, заходит в лес и, медленно обходя

драконов, считает вслух от 1 до 10. После того как охотник скажет 10 драконы просыпаются и стараются догнать убегающего охотника.

5. «Горячий батат»

Цель: развитие координаций движений.

Описание: дети становятся в круг, один из детей держит в руках мяч (горячий батат). Под музыкально сопровождение дети передают по кругу мяч друг другу. Как только музыка остановилась, игрок, у которого оказался в руках мяч, выбывает из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется 1 или 2 игрока. Кто остался то и выиграл. При передаче мяча нельзя его бросать и ронять.

6. «Переправа»

Цель: развитие равновесия.

Описание: дети делятся на 2 команды. Команды построены в колонны перед стартовой чертой («на берегу», в руках у направляющего по 2 резиновых коврика (плоты). По сигналу он кладёт один коврик перед собой на пол, и на него быстро становятся 2-4 человека (в зависимости от размера коврика). Затем направляющий кладёт на пол второй коврик, и вся группа перебирается на него, передавая первый коврик дальше. Вся группа переправляется через «реку» на противоположный «берег», где участники остаются за чертой, а один из игроков тем же способом возвращается назад за следующим.

- Подвижные игры высокой интенсивности

1. «Карасики и щука»

Цель: развитие внимания и сообразительности.

Описание: дети делятся на 2 группы. Одна группа – это «Камешки» и они образуют круг, а другая «Карасики», которые плавают внутри круга. И выбирается один игрок – «Щука». По команде «Щука!» ведущий быстро вбегает в круг, а карасики прячутся за камешки. Не успевших спрятаться, щука задевает. Пойманные карасики временно выбывают из игры. Игра

повторяется с другой шукой. По окончании игры отмечается лучший ведущий. Карасикам нельзя задевать камешки.

2. «Построение по признаку»

Цель: развитие внимания, сообразительности.

Описание: дети выстраиваются в шеренгу, по команде «Построиться по росту», они выстраиваются от самого высокого до самого низкого, команды могут быть разнообразными (от самого светлого до самого темного цвета волос, по возрасту, по размеру обуви и другое). На построение дается 2 минуты, с каждым построение усложняется или задача или уменьшается время.

3. «Линейка»

Цель: развитие координации движений и внимания.

Описание: дети строятся в 2-3 шеренги по игровой площадке. По команде расходятся или разбегаются в разных направлениях, а по звуковому сигналу выполняют построение в шеренгу на своём месте. Отмечается команда, которая быстрее и ровнее построилась. Построение выполняется только в своей команде, очередность имеет значение.

4. «Охотник и утки»

Цель: развитие ловкости.

Описание: дети делятся на уток и одного охотника. Утки и охотник находятся на разных сторонах игровой площадки лицом друг к другу. У охотника в руках мяч, охотник бросает мяч, стараясь попасть им в уток. Утки перебегают с одной стороны площадки на другую, стараясь увернуться от мяча. Игроки, в которых попали мячом, временно выбывают из игры. Игра длится 1, 5-2 мин., затем подсчитываются пойманные утки и выбираются новый водящий. Если уток много, то можно добавить еще нескольких охотников.

5. «Части тела»

Цель: развитие быстроты реакции и сообразительность.

Описание: дети перемещаются по игровой площадке в разных направлениях (бегают, прыгают, шагают). По команде педагога «Рука-голова!» каждый ребенок быстро находит себе партнёра и кладёт руку ему на голову. Отмечаются самые быстрые и внимательные пары. Можно использовать самые разные команды (рука-рука, палец-нос, нога-колени и другое).

б. «Сова»

Цель: развитие творческих способностей, ловкости.

Описание: детям предлагается выбор кем они будут: жучки, паучки, мышки, бабочки. Все находятся на площадке, и выбирается ведущий – «сова», которая сидит в гнезде. Со словами «День наступает – всё оживает!» игроки передвигаются по игровой площадке, выполняя имитационные действия своих выбранных персонажей. Со словами «Ночь наступает – всё замирает!» дети останавливаются и замирают в неподвижной позе. Сова выходит на охоту и забирает с собой тех игроков, которые пошевелились.