

Картотека подвижных игр зимой для детей старшего дошкольного возраста

Подготовила: Инструктор
по физкультуре Хачатрян Ю.А

Снежная королева

Цель: воспитывать быстроту и ловкость

Игроки находятся на площадке, водящий – «Снежная королева» в стороне от игроков. По команде игроки разбегаются по площадке, а Снежная королева старается их догнать и запятнать. Тот, кого она коснулась, превращается в «льдинку» и остаётся стоять на месте.

2. Мороз - Красный нос.

Цель: развитие ловкости, воспитание выдержки и терпения.

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, в одном из них располагаются играющие. Посередине площадки лицом к ним становится водящий - Мороз - Красный нос.

Он произносит:

Я Мороз — Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

Играющие хором отвечают:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз.

После этого они перебегают через площадку в другой дом, Мороз догоняет и старается их заморозить (коснуться рукой). Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг Мороз, и стоят так до окончания перебежки. Мороз подсчитывает, скольких играющих удалось заморозить. При этом учитывается, что играющие, выбежавшие из дома до сигнала или оставшиеся в доме после него, тоже считаются замороженными. После нескольких перебежек выбирают нового Мороза. В конце игры подводятся итоги, сравнивают, какой Мороз заморозил больше играющих.

Второй вариант: Два Мороза

Выбираются два Мороза – водящие, а остальные ребята располагаются за линией дома в одну шеренгу. Посередине площадки – на улице – стоят два Мороза. Морозы обращаются к детям:

– Мы два брата молодые,

– Два Мороза удалые.

– Я Мороз-Красный Нос,

– Я Мороз-Синий Нос.

– Кто из вас решится

– В путь-дороженьку пуститься?

Дети (хором). Не боимся мы угроз,
И не страшен нам мороз!

После этих слов ребята бегут с одной стороны площадки на другую. Морозы касаются ребят.

3. Снежная карусель.

Цель: упражнять в ориентировке на местности.

Взявшись за руки, дети образуют круг вокруг снеговика и изображают снежинки. По сигналу взрослого они идут сначала медленно, потом все быстрее, в конце концов бегут. После того как играющие пробегут по кругу несколько раз, взрослый предлагает им изменить направление движения, говоря: «Ветер изменился, полетели снежинки в другую сторону». Играющие замедляют движение, останавливаются и начинают двигаться в противоположном направлении. Сперва они двигаются медленно, а потом все быстрее и быстрее, пока взрослый не скажет: «Совсем стих ветер, снежинки спокойно падают на землю». Движение снежной карусели замедляется, дети останавливаются и отпускают руки. После небольшого отдыха игра возобновляется.

4. Ловишки парами.

Цель: научиться бегать в паре.

Дети становятся попарно один за другим на расстоянии 2-3 шагов на одной стороне площадки. По сигналу взрослого первые в парах быстро бегут на другую сторону площадки, стоящие сзади стараются поймать их (каждый свою пару). При повторении игры дети меняются ролями.

5. Метелица.

Цель: упражнять в ориентировке на местности.

Все дети встают друг за другом и берутся за руки. Первым стоит взрослый - он метелица. Метелица медленно пробегает между снежными постройками, валами, санками змейкой или обегает их, ведя за собой. Ребята стараются не разорвать цепочку и не наткнуться на предметы.

6. Капельки и льдинки

Цель: воспитывать быстроту и ловкость

Кто-нибудь из взрослых выбирается водящим — Дедом Морозом. У него в руках должен быть волшебный посох (например, ветка или палка). Все остальные игроки — это капельки в реке. Задача водящего — заморозить все капельки. Для этого ему нужно дотронуться до игрока волшебным посохом, и замерзшая капелька

должна застыть на месте. Но не все так просто: ведь «теплая» капелька может отогреть замороженного. Для этого капельке нужно дотронуться до льдинки, поэтому Деду Морозу придется изрядно потрудиться, чтоб превратить в лед всю речку.

7. Льдинка

Цель: упражнять в ориентировке на местности

Участники игры образуют круг и становятся на расстоянии одного-двух шагов друг от друга. В центре круга — водящий. Он кладет перед собой гладкий кусочек льда (или шайбу, деревянную чурку) и ударом ноги старается выбить льдинку за пределы круга. Играющие препятствуют этому и отбивают льдинку назад. Тот, кто пропустит льдинку с правой стороны от себя, сменяет водящего и становится внутрь круга.

Можно играть и по-другому. Играющие перебрасывают льдинку друг другу в самых разных направлениях. Водящий, находящийся внутри круга, старается перехватить ее. Если ему это удастся, он становится в круг, а тот, по чьей вине это произошло, становится водящим.

8. Бездомный заяц

Цель: воспитывать быстроту и ловкость

Из числа игроков выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные игроки – зайцы, чертят себе круг, и встают внутрь. Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой круг, тогда заяц, что стоял в кругу, должен сразу же убегать, потому что он стает бездомным, и охотник будет за ним охотиться. Как только охотник поймает зайца, он сам стает зайцем, а бывший заяц – охотником.

9. Двое на снегу

Цель: воспитывать быстроту и ловкость

На снегу чертят круг диаметром 2 метра. Два соперника, заложив руки за спины, входят в круг и по сигналу ведущего пытаются вытолкнуть друг друга из круга. Если игрок заступил за круг или убрал руки из-за спины, он проигрывает. В этой игре нельзя допускать болевых приемов, судит игру ведущий. Игрок, не вышедший из круга, побеждает.

10. Зимушка-зима

Цель: воспитывать внимание

По команде дети выполняют следующие задания: «Мороз» - стоять, «Вьюга» - бег на месте, «Метель» - присесть, «Снег» -

кружиться на месте. Воспитатель при этом может показывать другие движения, например, говорит «Снег», а сам приседает. Выигрывает тот, кто не сделает ни одной ошибки.

11. Зайцы и волк

Цель: воспитывать быстроту и ловкость

Одного из играющих назначают волком, остальные изображают зайцев. Зайцы располагаются на одной стороне площадки, волк на противоположной.

«Зайцы скачут «Скок-скок-скок»

На заснеженный лужок.

Кору щиплют, кушают,

Осторожно слушают –

Не идет ли волк.

Зайцы разбегаются по площадке. Прыгают на двух ногах, присаживаются, оглядываются в поисках волка. Воспитатель произносит слово «Волк», и волк выходит из укрытия и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться. Присевшего зайца волк не может коснуться. Пойманных зайцев он отводит в сторону. После того как были пойманы 2-3 зайца, выбирается другой волк

12. Снежиночки – пушиночки (игра малой подвижности)

Дети движутся гурьбой вокруг снеговика, поворачиваясь одновременно и вокруг себя. Через некоторое время направление движения меняется, хоровод кружится в другую сторону. Взрослый говорит: «Снежиночки - пушиночки устали на лету, кружиться перестали, присели отдохнуть».

Играющие останавливаются, приседают. Отдохнув немного, возобновляют игру.

13. Белые медведи

Цель: воспитывать быстроту и ловкость

На игровой площадке отмечается участок, изображающий льдину. На льдине – два «белых медведя» – водящие. Они могут произносить следующие слова:

«Мы плывем на льдине,

Как на бригантине,

По седым суровым морям.

Кто не бережется,

Не остережется,

Тот, наверняка уж, попадетсЯ нам.

Раз-два-три – беги!»

С последними словами остальные играющие разбегаются по площадке. Медведи выходят на охоту, держась за руки. Настигнув кого-нибудь, они стараются обхватить ребенка обеими свободными руками. Если медведям это удастся, то пойманный сам становится медвежонком и присоединяется к водящим. Теперь медведи продолжают «охоту» втроем. Выигравшими считаются те дети, которым удастся дольше всех не попасться в лапы медвежьей семейки.

14. «Не задень!»

Цель: развитие ловкости

На площадке раскладывают снежные комки в шахматном порядке. Дети стоят у одной линии по одну сторону площадки. По сигналу дети бегут из одного конца площадки в другой, обходя комки.

15. «Остановись возле снежка»

Цель: развитие внимания

На площадке раскладывают снежки. Их должно быть на один меньше чем детей. Дети бегают врассыпную. По сигналу каждый должен остановиться возле снежка. У каждого снежка должен стоять только один ребёнок. Тот, кто не нашёл себе места, выбывает из игры. Игра повторяется до тех пор, пока не выявится победитель.

16. «Баба Снежная»

Цель: развитие ловкости, внимания, ориентировки в пространстве.

Описание игры:

Выбирают «Бабу Снежную». В руках у «Снежной Бабы» - султанчик. Дети становятся на одной стороне площадки, а «Баба Снежная» на противоположной. Дети хором произносят слова, и подходят к «Снежной Бабе». После слов: «Раз, два, три. Ну – ка, баба, догони!» дети бегут на свою сторону площадки. «Баба Снежная» догоняет их, дотрагиваясь султанчиком. Тех, кого «Баба Снежная» осалила, отходят в сторону. Подсчитывается количество пойманных детей. Игра возобновляется с новой «Снежной Бабой».

Дети: Очень гордая на вид

Баба Снежная стоит.

На ребят она глядит,

Всем метлой своей грозит.

Глазки чёрные горят,

Отойди – ка – говорят.

Раз, два, три
Ну – ка, баба, догони!

17. Снег, лед, кутерьма (игра малой подвижности).

Цель: развитие внимания

Дети передвигаются по площадке. Ведущий говорит слова:

Снег, лед, кутерьма,
Здравствуй, Зимушка – Зима,
Парами вставайте,

... (носами, ушами и т. д.) примерзайте.

Выбывает из игры та пара, кто не правильно выполнит задание или дети, которые не нашли пару.

18. «Снегурочка или Снегурок» (придумали с детьми сами)

Цель: упражнять в прыжках

В центре площадки делается небольшой холм из снега. Дети бегут по очереди от черты, расположенной на расстоянии 2-3 м, и перепрыгивают через холм (как через костер в сказке «Снегурочка»). Выбывает тот, кто не перепрыгнул или задел (наступил) холм.