

Подвижные игры для детей старшего дошкольного возраста (5 - 6 лет)

«Перелёт птиц» (бег, лазанье)

Цель: Упражнять в лазанье. Развивать реакцию на словесные сигналы.

Описание игры: Дети стоят на одном конце комнаты, они птицы. На другом конце комнаты вышка (гимнастическая стенка, скамейка). По сигналу: «Птицы улетают!» - «птицы» летят расправив крылья. По сигналу: «Буря!» - птицы летят на вышку – скрываются от бури на деревьях. После слов: «Буря прекратилась» - птицы снова летят.

«Земля, вода, воздух» (метание)

Цель: Учить детей ловить мяч. Развивать ловкость и внимание, быстроту. Закрепить название рыб, птиц.

Инвентарь. Малый мяч.

Подготовка к игре. Игроки, садятся по кругу. Взрослый, с мячом в руках, в середине круга.

Описание игры. Игра начинается по указанию ведущего, который бросает любому из игроков малый мяч, называя одно из слов: земля, вода, воздух. Например, он говорит: «Вода». Игрок, которому ведущий бросил мяч, должен поймать его и быстро назвать рыбу или животное, живущее в воде (например, щука). Если ведущий называет слово «воздух», то нужно назвать какую-нибудь птицу. После этого игрок бросает мяч другому игроку, называя одно из указанных слов. Можно в промежутке сказать: «Огонь». Тогда игрок должен ответить: «Горит, горит!» Игрок, допустивший ошибку, садится на расстоянии одного шага за круг и сидит до тех пор, пока кто-нибудь из игроков не допустит ошибку. Тогда тот садится за круг, первый идет на свое место в кругу. Побеждает игрок, ни разу не допустивший ошибку.

«Кольцебросы» (метание)

Цель: учить детей набрасывать кольца на колышки, стараясь набросить как можно больше колец. Развивать глазомер, ловкость, выдержку.

Описание игры: дети договариваются, по сколько колец будет бросать каждый, становятся в порядке очередности за первую линию, набрасывают кольца на колышки. После того как все игроки выполняют задание подсчитывают, кто больше колец забросил на колышки.

Варианты:

- ✓ Дети встают у второй линии и бросают кольца.
- ✓ Кольцебросы могут быть настольными, маленьких размеров.