

Тематический модуль: Игровые практики здорового образа жизни (подвижные, спортивные игры).

Название игровой практики: «Не оставайся на полу (на земле)»

Возрастная адресованность: Старшая группа (5-6 лет).

Предполагаемое количество участников: от 15 до 30 чел.

Материал: различные предметы высотой 25-30 см: лестницы со ступеньками, доски, поставленные на возвышение, невысокие ящики, скамейки, чурбаки диаметром не меньше 25 см; повязка для глаз (белый колпак); бубен.

Ход игры: В различных местах площадки (комнаты), ближе к ее границам, расположены подготовленные предметы. Выбирается ловишка. Ему надевают на руку повязку. Дети размещаются на возвышениях в разных местах площадки.

Под удары в бубен дети прыгивают и бегают или прыгают по площадке в зависимости от того темпа и ритма, который дает воспитатель. Ловишка принимает участие в общем движении. По сигналу воспитателя «Лови!» все дети снова взбираются на расставленные предметы (возвышения). Ловишка ловит тех, кто не успел вскочить на возвышение. Пойманные садятся в стороне.

После того как игра повторена 2-3 раза, проводится подсчет пойманных, выбирается новый ловишка и игра возобновляется.

Указание к игре: Воспитатель следит, чтобы дети прыгивали с возвышения двумя ногами и мягко приземлялись, сгибая колени, а также чтобы дети разбегались по всей площадке, подальше от предметов, на которые они должны взбираться.

Источник: Сборник подвижных игр. Для занятия с детьми 2-7 лет/ Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова.- М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018.-144 с.

Тематический модуль: Игровые практики здорового образа жизни (подвижные, спортивные игры).

Название игровой практики: "Лягушки и цапля"

Возрастная адресованность: Подготовительная к школе группа 6-7 лет.

Предполагаемое количество участников: от 15 до 30 чел.

Материал: кубы (прямоугольник, квадрат или круг (сторона 20 см), веревка, мешочки с песком

Ход игры: Границы болота (прямоугольник, квадрат или круг), где живут лягушки, отмечаются кубами, между которыми протянуты веревки. На концах веревок мешочки с песком. Поодаль гнездо цапли. Лягушки прыгают, резвятся в болоте. Цапля (водящий) стоит в своем гнезде. По сигналу воспитателя она, высоко поднимая ноги, направляется к болоту, перешагивает веревку и ловит лягушек. Лягушки спасаются от цапли — они выскакивают из болота. Пойманных лягушек цапля уводит к себе в дом. (Они остаются там, пока не выберут новую цаплю.) Если все лягушки успеют выскочить из болота и цапля никого не поймает, она возвращается к себе в дом одна. После 2—3 игры выбирается новая цапля.

Указание к игре: Вербки накладывают на кубы так, чтобы они могли легко упасть, если задеть их при прыжке. Упавшую веревку снова кладут на место. Играющие (лягушки) должны равномерно располагаться по всей площади болота. В игре могут быть и 2 цапли.

Источник: <https://kladraz.ru/blogs/blog22201/kartoteka-podvizhnyh-igr-dlja-detei-6-7-let.html>

Тематический модуль: Игровые практики здорового образа жизни (подвижные, спортивные игры).

Название игровой практики: «Удочка»

Возрастная адресованность: Старшая группа (5-6 лет).

Предполагаемое количество участников: от 10 до 30 чел.

Материал: шнур, длиной 2м; мешочек с песком весом 100-200г.

Ход игры: Играющие стоят по кругу на расстоянии вытянутых в стороны рук. В центре круга стоит воспитатель со шнуром, к концу которого крепко привязан мешочек с песком, – это удочка. Свободный конец удочки воспитатель берет в правую руку так, чтобы длина его равнялась расстоянию от центра круга до ног играющих.

Воспитатель вращает шнур, чтобы мешочек скользил по полу. Стоящие по кругу подпрыгивают в тот момент, когда мешочек приближается к ним, и стараются избежать прикосновения мешочка к ногам. Воспитатель, когда кружит шнур, поворачивается вместе с ним или стоит на месте, перекладывая его из руки в руку (спереди и за спиной). Задетый мешочком считается проигравшим. Игра продолжается до тех пор, пока шнур не сделает два полных оборота.

Воспитатель подсчитывает, кого и сколько раз задел мешочек, после чего игра возобновляется.

Правила игры: Задевать ногу мешочком можно не выше стопы. Выигравшими считаются те, кого ни разу не задела удочка.

Указание к игре: Перед началом игры воспитатель проверяет, как дети прыгают.

Длина шнура увеличивается или уменьшается в зависимости от размера площадки и количества играющих.

Источник: Сборник подвижных игр. Для занятия с детьми 2-7 лет/ Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова.- М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018.-144 с.

Тематический модуль: Игровые практики здорового образа жизни (подвижные, спортивные игры).

Название игровой практики: «Задом наперед»

Возрастная адресованность: 6-8 лет.

Предполагаемое количество участников: от 10 до 30 чел.

Материал: мел, конусы, кегли (для обозначения финиша и старта).

Ход игры: Это игра-эстафета, в которую играют парами. Для начала чертят стартовую линию. Игроки каждой пары становятся спиной друг к другу, держась под руки. По команде ведущего (выбранного среди игроков или взрослого — воспитателя) игроки, не расцепляя рук, бегут до финиша, после чего, не меняя положения, возвращаются назад. Особая прелесть игры заключается в том, что каждый игрок пары в одну сторону бежит, как обычно, вперед, прекрасно видя перед собой финиш, а в другую — задом наперед, полностью полагаясь на своего партнера. Победить в этой игре сможет только та пара игроков, движения которых оказались более быстрыми и, что еще важнее, слаженными.

Указание к игре: Во избежание травм в эту игру лучше всего играть либо в помещении, либо на площадке, предварительно выровненной.

Источник: <https://vashechudo.ru/raznoe/igry-i-konkursy-dlja-detei/podvizhnye-igry-dlja-detei-5-7-let-v-detskom-sadu.html>

Тематический модуль: Игровые практики здорового образа жизни (подвижные, спортивные игры).

Название игровой практики: «Болотце»

Возрастная адресованность: 5 - 7 лет.

Предполагаемое количество участников: от 10 до 30 чел.

Материал: несколько (пять, шесть или больше) резиновых ковриков размером 50 х 50 см.

Ход игры: Воспитатель раскладывает коврики по полу в линию на таком расстоянии друг от друга, чтобы с одного коврика на другой можно было бы только перепрыгивать, а не перешагивать. Коврики должны располагаться по всей длине помещения. Далее он объясняет, что пол представляет собой болото, через которое нужно перебраться. Единственная возможность это сделать — перепрыгивать с коврика на коврик. После этого дети по очереди «переходят болото», прыгая с коврика на коврик. Тот, кто оказался не очень ловким и наступил на пол, выбывает из игры. Побеждает тот, кто сумел быстрее всего перейти болото, ни разу не оступившись и не коснувшись ногой пола.

Примечание. На основе этой игры можно устроить и своеобразное соревнование для команд игроков. Например, капитанам команд можно вручить по два коврика и попросить их на скорость «перейти болото», то есть, наступая на один коврик, быстро класть перед собой другой, а потом, заняв место на втором коврике, забирать с собой первый и вновь класть его перед собой на пол. Можно также усложнить задание: разложить коврики не в линию, а кругом или зигзагом.

Источник: <https://vashechudo.ru/raznoe/igry-i-konkursy-dlja-detei/podvizhnye-igry-dlja-detei-5-7-let-v-detskom-sadu.html>