

Сборник  
подвижных игр  
для детей

6-7 лет

# 1. Игра "ФИЛИН И ПТИЦЫ"

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

**Ход игры:** дети выбирают себе имена тех птиц, голос которых они могут воспроизвести, например, ворон, уток, журавлей. В двух противоположных концах комнаты обозначаются места для гнезда «филина» и дома «птиц».

По считалке выбирается «филин». Он уходит в свое гнездо и сидит там.

В это время дети бегают по центру комнаты, изображая выбранных ими птиц с помощью движений и звуков.

Ведущий кричит: «Филин!» Все дети-«птицы» стараются быстрее занять место в своем доме, а «филин» пытается поймать одну или несколько «птиц» и верно определить, что это за «птица».

**Особые замечания:** если «филин» угадывает, пойманный становится «филином», и игра продолжается.

## 2. Игра "Белка в колесе"

**Цель игры:** развитие двигательных и коммуникативных способностей, ловкости и внимания.

**Ход игры:** из игроков выбирается один водящий — «белка». Все остальные игроки делятся на 4—5 равных по количеству участников групп. Каждая группа становится в колонну по одному, и все колонны выстраиваются лучами, как спицы колеса. Все игроки в колоннах стоят лицом к центру. Водящий становится в стороне за «спицами».

«Белка» бежит вокруг колеса, дотрагивается до игрока, стоящего последним в какой-нибудь спице, и задерживается возле него. Этот игрок слегка ударяет впереди стоящего, тот передает удар дальше. Передний игрок, получивший легкий удар по плечу, говорит: «Хоп!» После этого он бежит, огибая слева свою спицу, выбегает за колесо, огибает его, стремясь быстрее вернуться на свое место. Вся спица бежит за ним. «Белка» тоже присоединяется к бегущим игрокам. По пути игроки могут обгонять друг друга, чтобы не стать последними. Когда все игроки из спицы возвращаются на место, последний добежавший становится «белкой». Игра продолжается.

**Особые замечания:** бежать игроки из спицы могут только тогда, когда первый игрок скажет: «Хоп!» Спица может бежать только сзади колеса, не перебегая через круг — колесо. Игрок, перебежавший через круг или через спицы, становится «белкой».

## 3. Игра "Гуси и волк"

**Цель игры:** развитие

двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

**Ход игры:** все играющие делятся на деревенских ребятишек и «гусят». Выбирается «волк».

На площадке чертят круг, в середине которого сидит «волк». Дети, взявшись за руки, встают в большой круг. Между кругом, где сидит «волк», и хороводом детей образуют свой круг «гусята».

Дети идут по кругу и спрашивают «гусят», которые тоже ходят по кругу и отвечают на вопросы:

- Гуси, гуси!
- Га-га-га!
- Вы белые гуси?
- Га-га-га!
- Где, гуси, гуляли?
- Га-га-га!
- Кого, гуси, видали?
- Га-га-га!

В этот момент «волк» выбегает и старается поймать одного из «гусят». Все «гусята» разбегаются и прячутся за детьми. Пойманного «гусенка» «волк» ведет в свое логово. «Гуси» опять встают в круг и говорят:

Мы видели волка,  
Унес волк гусенка,  
Самого лучшего,  
Самого большого.

Дети в хороводе говорят:

Гуси, гуси, щиплите волка,  
Выручайте гусенка!

«Гусята» машут руками, изображая потревоженных птиц, бегают вокруг «волка» и гогочут.

Пойманный «гусенок» пытается улететь из логова, но «волк» его не выпускает.

**Особые замечания:** игра повторяется, дети и «гуси» могут поменяться ролями, а пойманный «гусенок» становится «волком».

## 4. Игра "Дровосек в лесу"

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных способностей, ловкости.

**Атрибуты:** картонный топорик или обычная веревка, повязка на глаза.

**Ход игры:** из игроков выбирается «дровосек», остальные игроки — «сосны». «Дровосеку» завязывают глаза и дают в руки картонный топорик или веревку. В 5—6 м от «дровосека» становится игрок — «сосна». «Дровосек» крутится на месте 3 раза и спрашивает:

- Кто ты?
- Сосна.
- Я тебя буду рубить!
- А попробуй!

По этим ответам «дровосек» может сориентироваться, в какой стороне от него находится «сосна». Он делает к ней несколько шагов и «рубит» ее топориком или веревкой. Если он «срубил» «сосну», игрок выходит из игры. Если нет, то сам «дровосек» выходит из игры.

**Особые замечания:** если «дровосек» попал в «сосну», он, не снимая повязки, продолжает «рубить» другие «сосны». Сходить с места, садиться на корточки после последнего ответа «дровосеку» нельзя.

## 5. Игра "Заколдованная башня"

**Цель игры:** развитие двигательных способностей, выработка умения владеть мячом и работать в команде.

**Атрибуты:** 7 плоских камней или других похожих предметов (например больших кубиков), резиновый мяч среднего размера.

**Ход игры:** в центре игровой площадки очерчивается круг диаметром 10 м, в нем складывают «заколдованный» башню из плоских камней или кубиков.

Игроки делятся на две команды. На расстоянии 5 м от башни отмечают линию, за которой собираются члены первой команды. Начинающий игру капитан и остальные участники его команды по очереди стараются разрушить башню с помощью мяча. Вторая команда, оставив около башни «сторожа», расходится по всей игровой площадке.

Если игрокам первой команды удастся разрушить башню, «сторож» должен поймать мяч, бросить его игрокам своей команды, чтобы они, передавая мяч друг другу, запятали мячом убегающих игроков. Эти игроки должны быстро добежать до башни, сложить ее. Если им это удалось, команда выигрывает. Игру можно начинать заново.

**Особые замечания:** по башне из камней игроки бьют по очереди. За игроком нельзя бежать с мячом в руке, мяч постоянно должен передаваться из рук в руки.

## 6. Игра "Волки и овцы"

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

**Ход игры:** все играющие — «овцы». Один игрок — «волк».

«Овцы» обращаются к «волку»: «Разреши нам, волк, погулять в твоем лесу!» «Волк» отвечает: «Гуляйте, только траву не щиплите!»

«Овцы» гуляют по лесу, резвятся, но потом, проголодавшись, начинают щипать траву и петь:

*Щиплем, щиплем травку, зеленую муравку,  
Бабушке на рукавички, дедушке на кафтанчик.  
Серому волку не дадим шерсти!*

Разозленный «волк» бежит по поляне и ловит «овца». Первый пойманный становится «волком». Игра продолжается.

**Особые замечания:** гуляя по лесу, «овцам» надо резвиться на всей игровой площадке.

## 7. Игра

### "По дорожке на одной ножке"

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных способностей, ловкости.

**Атрибуты:** палки длиной 1 м по числу игроков, 2 камня среднего размера.

**Ход игры:** все игроки — «зайцы» — кладут на землю свои палки параллельно друг другу на расстоянии 0,5 м друг от друга так, чтобы образовалась дорожка-лесенка на земле. В начале и в конце этой дорожки кладут по одному камню.

Игроки по очереди проходят дорожку таким образом: прыгая на одной ноге, обходят 3 раза все палки, потом скачут между ними, ставя ногу носком вперед; пройдя все палки, они возвращаются тем же порядком, только ставят ногу между палками параллельно им; затем они, наступая ногой на каждую палку вдоль нее, кроме своей, должны дойти до конца и возвратиться обратно, наступая ногой поперек палок.

Игрокам разрешается отдыхать, поставив поднятую до этого ногу на один из камней. Игрок, проделавший все без ошибок, считается королем «зайцев».

**Особые замечания:** если игрок допустил ошибку, он начинает всю игру заново.

## 8. Игра “Волк и дети”

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

**Атрибуты:** красная шапочка.

**Ход игры:** все играющие — дети, а один — «волк». Волчье логово и дом детей очерчиваются линиями.

«Волк» прячется в одном из углов площадки, в своем логове. Остальные игроки ходят по другой стороне площадки. Когда «волк» спрячется, дети идут в лес, а навстречу им — Красная Шапочка. Она спрашивает:

- Вы, друзья, куда спешиете?
- В лес дремучий мы идем.
- Что вы делать там хотите?
- Там малины наберем.
- Вам зачем малина, дети?
- Мы варенье будем есть!
- Если волк в лесу вас встретит?
- Волк не сможет всех нас съесть!

Дети подходят близко к месту, где спрятался «волк», и говорят:

Все ягоды соберу, варенье наварю,  
Здесь малины много, всю и не собрать,  
А волков коварных даже не видать!

После этих слов «волк» пытается догнать убегающих детей. Тот, кого он поймал, уходит вместе с ним в его логово.

**Особые замечания:** «волк» должен начинать ловить детей только после слов «не видать!». Ловить игроков можно только до черты дома.

## 9. Игра "Орешки для белочки"

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных способностей, ловкости.

**Атрибуты:** 10 кеглей, стул.

**Ход игры:** на игровой площадке на одной линии рисуют 3 круга на расстоянии 3 м один от другого. В другом конце площадки ставят стул — дерево. В первый круг ставят 10 кеглей — орешки для белочки. Расстояние от дерева до среднего круга 25 м. В одной стороне игровой площадки рисуют квадраты — плен для штрафников.

Один игрок - «белка» встает в средний (второй) круг, а другой игрок-«белка» — в первый. По сигналу ведущего игрок, стоящий в первом круге, бегом переносит кегли, стоящие там, в третий круг. Игрок из среднего круга бежит в это время к дереву, огибает его и возвращается обратно.

Если игрок успел перенести все кегли-орешки в третий круг раньше, чем второй игрок пробежал свою дистанцию, он считается победителем. Проигравшие игроки встают в квадрат для штрафников. Затем играют другие пары.

**Особые замечания:** при переноске кеглей можно брать только по 2 предмета за один раз и обязательно вставать в круги двумя ногами.

## 10. Игра "Волк или заяц?"

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных, творческих способностей.

**Ход игры:** игроки встают в круг лицом к центру. Водящий ходит за кругом, быстро говоря слова: «Огонь горит, самовар кипит». После этих слов дотрагивается до плеча игрока, позади которого оказался. Этот игрок закрывает лицо ладонями. Так повторяется, пока все игроки не закроют глаза. Теперь водящий ходит уже со словами: «Волк или заяц?» При этом он трогает любого игрока за плечо и заглядывает ему в лицо. Игрок убирает от лица руки. Если выражение лица у него хищное, грозное, водящий молча отправляет его направо — там будут собираться «волки». Если выражение лица кроткое, доброе, водящий отправляет игрока налево — там собираются «зайцы». Как только последний игрок займет свое место на одной из сторон, «волки» бросаются ловить «зайцев» по всей игровой площадке. Побеждает тот «заяц», которого поймают последним.

**Особые замечания:** нельзя подглядывать. Игроки стоят молча, чтобы остальные не знали, сколько уже «волков» и «зайцев». «Заяц» считается пойманым, если «волк» дотронется до него рукой.

## 11. Игра "Хозяин сада и яблоки"

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

**Ход игры:** все игроки — «яблоки». Один — «хозяин сада». Дети образуют круг, взявшись за руки, а «хозяин сада» встает в него и говорит:

При этих словах дети бегут по кругу, а после слова «дерево» они должны быстро присесть. Тот, кто не успеет это сделать, выбывает из игры. Игра продолжается до тех пор, пока в кругу не останутся 3 человека. Они — самые лучшие «яблоки».

**Особые замечания:** бегущим по кругу игрокам нельзя разъединять руки. Из двух игроков, не успевших присесть, выходит из игры тот, у кого окажется свободной левая рука. «Хозяин сада» следит за соблюдением правил игры.

## 12. Игра "Волчата и лиса"

**Цель игры:** развитие двигательных и творческих способностей, быстроты реакции, внимания.

**Ход игры:** из игроков выбираются 1 «охотник» и 1 «лиса», остальные делятся на группы по 3 — 5 человек. Каждая группа игроков образует кружок. Все кружки, изображающие норы, размещаются в разных местах игровой площадки на расстоянии примерно 3 м друг от друга. В каждой норе один из игроков — «волчонок», он становится в центр круга. «Охотник» и «лиса» встают в стороне от нор.

По сигналу ведущего «лиса» начинает убегать, а «охотник» — догонять. Спасаясь от «охотника», «лиса» может вбежать в любую нору «волчат». Тогда «волчонок», находящийся в центре круга, выбегает из него, а «охотник» теперь преследует «волчонка».

Если «охотник» осалит «волчонка», то они меняются местами, и игра продолжается.

**Особые замечания:** «охотник» может ловить «волчонка» только тогда, когда он находится вне норы. Пробегать «волчатам» через норы нельзя. Как только «лиса» вбегает в нору, «волчонок» должен сразу выбежать оттуда.

## 13. Игра "Веселые щенята"

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

**Атрибуты:** шнур длиной 5 м.

**Ход игры:** в середине игровой площадки проводится линия или протягивается шнур — это речка. Игроки делятся на 2 группы и садятся друг против друга на расстоянии 4—5 м. Каждая группа выбирает себе вожака, которые подбирают своим «щенкам» секретные имена. Например, мальчиков-«щенят» можно назвать так: Ястреб, Коршун, Орел, Беркут и т. д. Девочек — Звезда, Солнце, Луна, Лилия, Маргаритка и т. д.

Вожак первой группы обращается ко второй группе: «*Дайте Маргаритку!*» Вожак второй группы отвечает: «*Выбирай, кого хочешь, только учти: между нами речка, если умеешь — плыви, не умеешь — прыгай!*» «Щенки» из второй группы хором говорят: «*Пусть плывет!*» или «*Пусть пройдет!*» После этих слов вожак подходит ко второй группе играющих сзади и выбирает себе «щенка». Осторожно двумя руками он закрывает ему глаза, а после этого вызывает из своей группы, например, Ястреба, чтобы он помог увести «щенка» к себе.

Ястреб, переходя через речку, должен выполнять разные движения, которые называют игроки второй группы: ползти, прыгать и т. д.

Подходя к «щенку», Ястреб трогает его за плечи руками и быстро возвращается к себе в группу. Теперь «щенок» из второй группы должен найти того, кто его трогал. Если он отгадает, то ведет его за собой в группу, если нет, сам остается в группе Ястреба. Игра продолжается, только теперь своего вожака посыпает вторая группа. Выигрывает та команда, в которой к концу игры останется больше игроков.

**Особые замечания:** движения для «щенка» придумывает вся группа, а игроки должны четко их выполнять.

## 14. Игра “Сказочная игра”

**Цель игры:** развитие двигательных, творческих и коммуникативных способностей, внимания и ловкости.

**Атрибуты:** корзинка с мячами, большие высокие сапоги, метла, веревка, зонтик.

**Ход игры:** на игровой площадке проводятся стартовая и финишная линии. Игроки делятся на пары, и каждая пара получает свое задание. Например, первая пара должна изобразить Красную Шапочку и «волка». При этом Красная Шапочка, держа в руках корзинку с маленькими мячиками, должна, выбежав со стартовой линии на 10 секунд раньше «волка», добежать до финиша и вернуться обратно. «Волк» бежит за ней, стараясь поймать. Вторая пара должна изобразить Ивана-Царевича и Бабу-Ягу. Иван-Царевич прыгает на одной ноге от стартовой линии до финиша и возвращается обратно, а Баба-Яга на метле пытается его догнать. Третья пара — Кащей Бессмертный и Василиса Прекрасная. Василиса пытается убежать от Кащея, который может только шагать за ней большим приставным шагом. Четвертая пара изображает «мустанга» и «ковбоя». «Конь» скачет по дистанции небольшими прыжками, а «ковбой» старается догнать его и набросить лассо из веревки. Пятая пара изображает Волшебника и малыша. Малыш бежит дистанцию обычно, а Волшебник пытается догнать его, дотронувшись волшебной палочкой.

**Особые замечания:** пробежав дистанцию, игроки могут поменяться ролями и продолжить игру.

## 15. Игра "Кот и мышь"

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

**Ход игры:** игроки встают в 2 ряда лицом друг к другу и берутся за руки, образуя проход - нору.

В одном ряду стоят «коты», в другом — «мыши». Игру начинает первая пара: «кот» ловит «мышь», которая быстро бегает вокруг остальных «котов» и «мышек». В опасный момент «мышка» может спрятаться в коридоре, образованном руками остальных игроков. Как только «кот» поймал «мышь», играющие встают в ряд. Начинает игру вторая пара. Игра продолжается, пока «коты» не переловят всех «мышей».

**Особые замечания:** во время игры «коту» нельзя забегать в нору. Ни «коты», ни «мыши» не могут убегать далеко от норы.

## 16. Игра "Давайте жить дружно!"

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных способностей, ловкости.

**Ход игры:** из игроков выбирается «мышь» — она салка. Остальные игроки убегают от салки по всей игровой площадке. При приближении «мыши» игроки могут взяться за руки попарно, тогда «мышь» не может их осалить.

**Особые замечания:** «мышь» может осалить игроков, если их будет трое. Игрок, осаленный «мышкой», занимает ее место в игре.

## 17. Игра "КОТ И МОЛОКО"

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных способностей, ловкости.

**Ход игры:** из игроков выбираются «кот» и «хозяйка». Все игроки садятся, прижав колени к груди и обхватив их руками, в круг на расстоянии 0,5 м друг от друга. Это блюдца с молоком. Хозяйка зовет кота: «*Кис, кис, кис!*» «*Мяу!*» — отвечает «кот».

- Ты где гулял?
- Во дворе.
- А мышку поймал?
- Нет!
- Почему?
- Молока хочу!
- Выбирай блюдце!

«Кот», обходя игроков, облизывается и дотрагивается до каждого. «Хозяйка» спрашивает: «*Ну что, выбрал?*»

«Кот» подходит к «хозяйке» и сообщает ей на ухо имя выбранного игрока. «Хозяйка» говорит: «*Если сможешь, забирай!*»

«Кот» доходит до выбранного «блюдца» и неожиданно толкает игрока за плечо. Если игрок повалится, т. е. молоко прольется, он выбывает из игры, а «кот» снова ведет переговоры с «хозяйкой». Если же игрок, которого толкнет «кот», не потеряет равновесия, то «кот» меняется с ним ролями. Игра начинается снова.

**Особые замечания:** «кот» может толкать только того игрока, которого назвал «хозяйке».

## 18. Игра "Вежливая игра"

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных способностей и внимания.

**Ход игры:** игроки встают в круг. В его центре — ведущий, кот Леопольд. Ведущий подает стоящим в кругу участникам различные команды, но выполнять их надо, только если он прибавляет к команде слово «*пожалуйста*». Например: «*Пожалуйста, похлопайте в ладоши!*», «*Пожалуйста, повернитесь к своему соседу справа!*», «*Пожалуйста, потопайте ногами!*» и т. д.

**Особые замечания:** игрок, который ошибся, меняется местами с ведущим.

## 19. Игра "Мышиная эстафета"

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

**Атрибуты:** 20 кеглей.

**Ход игры:** все игроки делятся на 2 команды — «мышки-норушки» и «мышки-шалушишки».

Они выстраиваются в 2 параллельные колонны на расстоянии 4—5 м друг от друга. Перед колоннами вычерчивается стартовая линия. На расстоянии 5 м от стартовой линии, наискосок, ставят по одной кегле и очерчивают их кругами диаметром 50 см.

По сигналу ведущего первые игроки обеих команд бегут к своим кеглям, оббегают их, после чего спешат к кегле своих соперников и тоже ее оббегают. Затем берут кеглю в руки и, пробегая перед командами, ставят кеглю в другой кружок. Потом первые игроки бегут к своим командам, касаются рукой следующего игрока, который продолжает игру.

Выигрывает та команда, которая сделает все быстрее.

**Особые замечания:** следующий игрок вступает в игру только после того, как предыдущий выполнит все задания и дотронется до него рукой.

## 20. Игра "Кошка и котята"

**Цель игры:** развитие двигательных, коммуникативных способностей, эрудиции.

**Ход игры:** на игровой площадке проводят линию — улицу. Перед ней на расстоянии 8 м рисуется круг — дом. Из игроков выбирается «кошка». Она заходит в дом, а остальные игроки — «котята» — подходят к ней на 1 м. «Кошка» спрашивает:

- Котята, ребятки, вы где были?
- В саду!
- Что вы там делали?
- Цветы рвали?
- А где цветы?

Если «котята» допускают паузу в ответе, «кошка» кричит: «Ах, вы, обманщики!» и старается поймать кого-либо из них.

Спасаясь от «кошки», «котята» убегают на улицу и встают на линию, взявшись за руки. Пойманный «котенок» уходит с «кошкой» в дом. Игра начинается заново. Вопросы могут быть другими.

**Особые замечания:** «кошка» может ловить «котят» не только после длительной паузы, но и если ответ прозвучит неправдоподобно. Если «кошка» не поймает «котенка», то она уводит в дом того, кто встал на линию последним.

# Список литературы:

- Вавилова, Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя детского сада / Е.Н.Вавилова. - М.: Просвещение, 2015. - 96 с
- Демчишин, А.А. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков / А.А.Демчишин, В.Н.Мухин, Р.С.Мозола. - К.: Здоровья, 2014. - 168 с
- Н.Дедулевич, М. Играй - не зевай. Подвижные игры с дошкольниками / М. Н.Дедулевич. - М.: Просвещение, 2016. - 742 с.
- Нищева, Н. В. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики / Н.В. Нищева. - М.: Детство-Пресс, 2014. - 80 с.