

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

Название: «Попробуй догони»

Возрастная категория: 5-8 лет

Количество участников: 4 и более

Оборудование: Мел

Ход игры:

Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне также проводится вторая черта. В центре площадки находится ловишка. Игроки хором произносят:

«Мы весёлые ребята,

Любим бегать и скакать,

Ну, попробуй нас догнать.

Раз, два, три, лови!»

После слова «лови» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка их ловит. Тот, кого ловишка успеет осалить, прежде чем тот пересечёт черту, считается пойманным, отходит в сторону и пропускает одну перебежку. Варианты: дети идут по кругу и проговаривают текст. Ловишка в центре. Разбегаются разными видами бега

Источник: Волошина Л.Н., Курилова Т.В. В 67 Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 3- 7 лет. Б.:Изд-во Белый город. 2013. — с.

Название: «Повтори за мной»

Возрастная категория: 5-8 лет

Количество участников: 4 и более

Оборудование: Мел

Ход игры:

Выбирается водящий, который встает в центр круга, образованный детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу и произносят:

«Ровным кругом друг за другом

Мы идём за шагом шаг.

Стой на месте дружно вместе

Сделаем вот так...»

Дети останавливаются, опускают руки, а ведущий показывает какое-нибудь движение, и все должны его повторить. Игра повторяется с другим ведущим.

Источник: Волошина Л.Н., Курилова Т.В. В 67 Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 3- 7 лет. Б.:Изд-во Белый город. 2013. — с.

Название: «Самолеты»

Возрастная категория: 5-8 лет

Количество участников: 4 и более

Оборудование: Флажок, свисток

Ход игры:

Перед игрой необходимо показать все игровые движения. Дети становятся на одной стороне площадки. Воспитатель говорит: «К полету готовы! Завести моторы!». Дети делают вращательные движения руками перед грудью. После сигнала «Полетели!» разводят руки в стороны и разбегаются по залу. По сигналу «На посадку!» играющие направляются на свою сторону площадки.

Источник: Волошина Л.Н., Курилова Т.В. В 67 Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 3- 7 лет. Б.:Изд-во Белый город. 2013. — с.

Название: «У кого флажок?»

Возрастная категория: 5-8 лет

Количество участников: 4 и более

Оборудование: Флажки

Ход игры:

Играющие образуют круг. Выбирается водящий, который стоит в центре. Остальные игроки плотно придвигаются друг к другу, руки у всех за спиной. Воспитатель дает кому-нибудь флажок, и дети за спинами передают его друг другу. Водящий старается угадать, у кого находится флажок.

Он говорит «Руки!» и тот к кому обращаются должен выставить обе руки.

Если водящий угадал, он берет в руки флажок и становится в круг.

Игрок, у которого забрали флажок, становится водящим.

Источник: Волошина Л.Н., Курилова Т.В. В 67 Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 3- 7 лет. Б.:Изд-во Белый город. 2013. — с.

Название: «Лягушки»

Возрастная категория: 5-8 лет

Количество участников: 4 – 6 чел.

Оборудование: Мел, картонные листы

Ход игры:

На земле чертят небольшой квадрат – дом. Вокруг него четыре картонных – листика, четыре кочки попеременно – пруд. Один - лягушка, остальные лягушата. Лягушка учит лягушат прыгать. Она стоит справа от пруда, лягушата слева. Каждый лягушонок становится в дом и внимательно слушая команды, прыгает отталкиваясь обеими ногами и приземляясь на обе ноги. Лягушка четко подаёт команду: кочка, листик, листик, дом, листик, кочка, кочка! Прыгает один лягушонок, остальные следят за тем, правильно ли он делает. Если лягушонок прыгал правильно, не перепутал ни одной команды, он встаёт рядом с лягушкой, а если ошибся, то возвращается к лягушатам.

Источник: Волошина Л.Н., Курилова Т.В. В 67 Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 3- 7 лет. Б.:Изд-во Белый город. 2013. — с.

Название: «Перелёт птиц»

Возрастная категория: 5-8 лет

Количество участников: 4 и более

Ход игры:

Первый вариант игры. Стая птиц собирается на одном краю площадки-дети стоят врассыпную, напротив гимнастической стенки. По сигналу воспитателя «полетели», птицы разлетаются по площадке, расправив крылья. По сигналу «буря», птицы летят к деревьям – влезают

на стенку. Когда воспитатель говорит – буря прошла, птицы спокойно спускаются с деревьев, продолжают летать.

Второй вариант игры. Птицы могут летать, используя разные виды бега. Вместо лестницы можно использовать скамейки, кубы.

Источник: Волошина Л.Н., Курилова Т.В. В 67 Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 3- 7 лет. Б.:Изд-во Белый город. 2013. — с.