

## Картотека подвижных игр (старший дошкольный возраст)

### Сентябрь

#### «Мышеловка»

Играющие распределяются на две неравные группы. Меньшая группа (примерно треть играющих) образует круг- мышеловку. Остальные дети изображают мышей и бегают вне круга.

Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу то в лево, то в право, приговаривая: Ах, как мыши надоели,

Развелось их просто страсть.

Все погрызли, все поели,

Всюду лезут- вот напасть.

Берегитесь же, плутовки,

Доберёмся мы до вас.

Вот поставим мышеловки,

Переловим всех за раз!

По окончанию стихотворения дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. «Мыши» вбегают в одну сторону, а выбегают с другой стороны. По сигналу воспитателя: «Хлоп!»- дети, стоящие в кругу, опускают руки и приседают- мышеловка захлопнута. «Мыши! Не успевшие, выйти из круга, считаются пойманными. Они тоже становятся в круг.

#### «Ловишки»(с ленточками)

Дети становятся в круг; у каждого ребёнка имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга находится ловишка. По сигналу воспитателя: «раз, два, три- лови!»- дети разбегаются по площадке. Ловишка бегает за играющими, **стараясь** вытянуть у кого- либо ленточку. По сигналу воспитателя: «раз, два, три- в круг скорей беги!»- все строятся в круг. Воспитатель предлагает поднять руки тем, кто остался без ленточки, то есть проиграл, и подсчитывает их. Ловишка возвращает ленточки детям, игра повторяется несколько раз с новыми ловишками.

### **«Фигуры»**

По сигналу воспитателя все дети разбегаются по площадке. На следующий сигнал все играющие останавливаются на месте, где их застала команда, и принимают какую-либо позу. Воспитатель отмечает тех, чьи фигуры оказались наиболее удачными.

### **«Мы весёлые ребята»**

Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне площадки проводится черта. В центре площадки находится ловишка. Играющие 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. Ребёнок, которого ловишка успеет осалить, прежде чем тот пересечёт черту, считается пойманным, отходит в сторону и пропускает одну перебежку. После двух перебежек выбирается другой ловишка.

### **«Удочка»**

Дети стоят по кругу, воспитатель- в центре круга, держит верёвку, на конце которой привязан мешочек. Педагог вращает верёвку у самой земли, дети перепрыгивают через мешочек на двух ногах по мере его приближения.

### **«Быстро возьми»**

Дети образуют круг и по сигналу воспитателя выполняют ходьбу и бег вокруг предметов (кубики, шишки, камешки, которых должно быть на один или два меньше, чем детей. На сигнал: «Быстро возьми!»- каждый ребёнок берёт предмет и поднимает его над головой. Тот, кто не успел поднять предмет, считается проигравшим.

### **«Найди свой цвет»**

В трех местах площадки положены обручи (50 см, в них стоят кубики разных цветов. Дети разделяются на три группы, и каждая группа занимает место вокруг кубика определённого цвета. Воспитатель предлагает запомнить цвет своего кубика, затем по сигналу дети разбегаются по всему залу. На сигнал «Найди свой цвет!»- дети ищут кубики со своим цветом.

## **Октябрь**

### **«Перелёт птиц»**

Дети- «птицы» собираются на одной стороне площадки. На другой стороне расположены гимнастические скамейки- «деревья». По сигналу: «Полетели!»- птицы разлетаются по всему залу, расправляя

крылья и помахивает ими. По сигналу «Буря!»- «птицы» занимают места на гимнастических скамейках как можно быстрее. Воспитатель говорит: «Буря прошла!», «птицы» спокойно «спускаются с деревьев» и продолжают «летать».

#### **«Не попадись»**

Играющие располагаются вокруг шнура, выложенного на полу в форме круга. В центре круга двое водящих. По сигналу воспитателя дети прыгают на двух ногах в круг и обратно из круга по мере приближения ловишек. Игрок, которого успели «запятнать», выбывает из игры.

#### **«Не останься на полу»**

Выбирается водящий- ловишка, который бежит вместе с детьми по всему залу. Как только воспитатель произносит: «Лови!»- все убегают от Ловишки и стараются забраться на какое-либо возвышение. Ловишка ловит детей, кого поймал тот выходит из игры.

#### **«Удочка»**

Дети стоят по кругу, воспитатель- в центре круга, держит верёвку, на конце которой привязан мешочек. Педагог вращает верёвку у самой земли, дети перепрыгивают через мешочек на двух ногах по мере его приближения.

#### **«Гуси- лебеди»**

Ход игры: Взрослый ("пастух") стоит на одном конце площадки, а дети- "гуси" - на противоположном.

Пастух говорит: - Гуси, гуси!

Гуси: - Га-га-га.

Пастух: - Есть хотите?

Гуси: - Да-да-да!

Пастух: - так летите!

Гуси. Нам нельзя:

Серый волк под горой

Не пускает нас домой.

Пастух: Так летите, как хотите, Только крылья берегите! (Гуси летят, если волк их ловит выбывают из игры.)

#### **«Ловишки»(с ленточками)**

Дети становятся в круг; у каждого ребёнка имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга находится ловишка. По сигналу воспитателя: «раз, два, три- лови!»- дети разбегаются по площадке. Ловишка бежит за играющими, стараясь вытянуть у кого-либо ленточку. По сигналу воспитателя: «раз, два, три- в круг скорей беги!»- все строятся в круг. Воспитатель предлагает поднять руки тем, кто остался без ленточки, то есть проиграл, и подсчитывает их. Ловишка возвращает ленточки детям, игра повторяется несколько раз с новыми ловишками.

### **«Затейники»**

Выбирается водящий- затейник, который встает в центре круга, образованного детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу в право и влево, произносят:

Ровным кругом друг за другом

Мы идём за шагом шаг.

Стой на месте! Дружно вместе

Сделаем вот так...

Затейник показывает, что делать дети повторяют.

### **Ноябрь**

#### **«Мышеловка»**

Играющие распределяются на две неравные группы. Меньшая группа (примерно треть играющих) образует круг- мышеловку. Остальные дети изображают мышей и бегают вне круга.

Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу то в лево, то в право, приговаривая: Ах, как мыши надоели,

Развелось их просто страсть.

Все погрызли, все поели,

Всюду лезут- вот напасть.

Берегитесь же, плутовки,

Доберёмся мы до вас.

Вот поставим мышеловки,

Переловим всех за раз!

По окончанию стихотворения дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. «Мыши» вбегают в одну сторону, а выбегают с другой стороны. По сигналу воспитателя: «Хлоп!»- дети, стоящие в кругу, опускают руки и приседают- мышеловка захлопнута. «Мыши! Не успевшие, выйти из круга, считаются пойманными. Они тоже становятся в круг.

#### **«Не останься на полу»**

Выбирается водящий- ловишка, который бегают вместе с детьми по всему залу. Как только воспитатель произносит: «Лови!»- все убегают от Ловишки и стараются забраться на какое- либо возвышение. Ловишка ловит детей, кого поймал тот выходит из игры.

### «Ловишки»(с ленточками)

Дети становятся в круг; у каждого ребёнка имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга находится ловишка. По сигналу воспитателя: «раз, два, три- лови!»- дети разбегаются по площадке. Ловишка бежит за играющими, **стараясь** вытянуть у кого- либо ленточку. По сигналу воспитателя: «раз, два, три- в круг скорей беги!»- все строятся в круг. Воспитатель предлагает поднять руки тем, кто остался без ленточки, то есть проиграл, и подсчитывает их. Ловишка возвращает ленточки детям, игра повторяется несколько раз с новыми ловишками.

### «Удочка»

Дети стоят по кругу, воспитатель- в центре круга, держит верёвку, на конце которой привязан мешочек. Педагог вращает верёвку у самой земли, дети перепрыгивают через мешочек на двух ногах по мере его приближения.

## Декабрь

### «Ловишки»(с ленточками)

Дети становятся в круг; у каждого ребёнка имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга находится ловишка. По сигналу воспитателя: «раз, два, три- лови!»- дети разбегаются по площадке. Ловишка бежит за играющими, **стараясь** вытянуть у кого- либо ленточку. По сигналу воспитателя: «раз, два, три- в круг скорей беги!»- все строятся в круг. Воспитатель предлагает поднять руки тем, кто остался без ленточки, то есть проиграл, и подсчитывает их. Ловишка возвращает ленточки детям, игра повторяется несколько раз с новыми ловишками.

### «Мороз Красный нос»

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, играющие располагаются в одном из домов. Водящий- Мороз Красный нос становится посередине площадки лицом к играющим и произносит:

Я Мороз Красный нос.

Кто из вас решится

В путь- дороженьку пуститься?

Играющие отвечают:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз.

После слова «мороз» дети перебегают через площадку в другой дом, а водящий догоняет их и **старается коснуться рукой**, «заморозить».

«Замороженные» останавливаются на том месте, где их запятнали, и стоят до конца игры.

#### **«Не останься на полу»**

Выбирается водящий- ловишка, который бегаёт вместе с детьми по всему залу. Как только воспитатель произносит: «Лови!»- все убегают от Ловишки и стараются забраться на какое-либо возвышение. Ловишка ловит детей, кого поймал тот выходит из игры.

#### **«Охотники и зайцы»**

Из числа играющих выбирается охотник, остальные дети- зайцы. На одной стороне зала отводится место для охотника, на другой- дом зайцев. Охотник ходит по залу, делая вид, что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе в дом. Зайцы выпрыгивают из-за кустов и прыгают (на двух ногах, на правой или левой- кто как хочет) в разных направлениях. По сигналу: «Охотник!»- зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мячи (в руках у него 2-3 мяча). Зайцы, в которых он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом. После каждой охоты на зайцев охотник меняется, но выбирается не из числа проигравших.

#### **«Смелые воробушки»**

Дети строятся в круг, перед каждым играющим два снежка. В центре круга водящий- кошка. Дети изображают воробышков и по сигналу воспитателя прыгают в круг через снежки и прыгают обратно из круга по мере приближения кошки. Воробей, которого коснулась кошка, получает штрафное очко, но из игры не выбывает. Через некоторое время воспитатель останавливает игру, подсчитывает количество «осаленных»; выбирается новый водящий.

#### **«Хитрая лисица»**

Играющие стоят в кругу на расстоянии одного шага друг от друга. В стороне, вне круга, обозначается дом лисы. По сигналу воспитателя дети закрывают глаза, а педагог обходит их с внешней стороны круга и дотрагивается до одного из играющих, который и становится водящим- хитрой лисой. Затем дети открывают глаза, хором 3 раза спрашивают (сначала тихо, а потом громче): «Хитрая лиса, где ты?» после третьего вопроса хитрая лиса быстро выбегает на середину круга, поднимает вверх руки и говорит: «Я здесь!» все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит. После того как лиса поймает 2-3 ребят и отведёт их в свой дом, воспитатель произносит: «В круг!». Игра возобновляется.

#### **«Мы весёлые ребята»**

Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне площадки проводится черта. В центре площадки находится ловишка. Играющие 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. Ребёнок, которого ловишка успеет осалить, прежде чем тот пересечёт черту, считается пойманным, отходит в сторону и пропускает одну перебежку. После двух перебежек выбирается другой ловишка.

## **Январь**

### **«Медведи и пчёлы»**

На одной стороне зала находится улей, а на противоположной стороне луг. В стороне располагается берлога медведей. По сигналу воспитателя пчёлы вылетают из ульев, летят на луг за медом и жужжат. Пчелы улетают, а медведи выбегают из берлоги и забираются в улей лакомятся медом. Как только воспитатель подает сигнал: «Медведи!», пчелы летят к ульям, а медведи убегают в берлогу. Не успевших спрятаться пчёлы жалят. Ужаленные медведи пропускают одну игру.

### **«Совушка»**

Выбирается водящий -«Совушка», остальные дети изображают бабочек, птичек и т. д. По сигналу воспитателя: «день!»- дети бегают по всему залу, на команду: «Ночь!»- замирают и останавливаются в том месте, где застала их команда. "Совушка» выходит из своего гнезда и тех, кто пошевелился, забирает к себе. Игра продолжается. При выборе другого водящего главное, чтобы он не был проигравшим.

### **«Не останься на полу»**

Выбирается водящий- ловишка, который бегает вместе с детьми по всему залу. Как только воспитатель произносит: «Лови!»- все убегают от Ловишки и стараются забраться на какое- либо возвышение. Ловишка ловит детей, кого поймал тот выходит из игры.

### **«Мороз Красный нос»**

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, играющие располагаются в одном из домов. Водящий- Мороз Красный нос становится посередине площадки лицом к играющим и произносит:

Я Мороз Красный нос.

Кто из вас решится

В путь- дороженьку пуститься?

Играющие отвечают:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз.

После слова «мороз» дети перебегают через площадку в другой дом, а водящий догоняет их и старается коснуться рукой, «заморозить». «Замороженные» останавливаются на том месте, где их запятали, и стоят до конца игры.

### **«Хитрая лисица»**

Играющие стоят в кругу на расстоянии одного шага друг от друга. В стороне, вне круга, обозначается дом лисы. По сигналу воспитателя дети закрывают глаза, а педагог обходит их с внешней стороны круга и дотрагивается до одного из играющих, который и становится водящим- хитрой лисой. Затем дети открывают глаза, хором 3 раза спрашивают (сначала тихо, а потом громче): «Хитрая лиса, где ты?» после третьего вопроса хитрая лиса быстро выбегает на середину круга, поднимает вверх руки и говорит: «Я здесь!» все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит. После того как лиса поймает 2-3 ребят и отведет их в свой дом, воспитатель произносит: «В круг!». Игра возобновляется.

### **Февраль**

#### **«Охотники и зайцы»**

Из числа играющих выбирается охотник, остальные дети- зайцы. На одной стороне зала отводится место для охотника, на другой- дом зайцев. Охотник ходит по залу, делая вид, что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе в дом. Зайцы выпрыгивают из- за кустов и прыгают (на двух ногах, на правой или левой- кто как хочет) в разных направлениях. По сигналу: «Охотник!»- зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мячи (в руках у него 2-3 мяча). Зайцы, в которых он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом. После каждой охоты на зайцев охотник меняется, но выбирается не из числа проигравших.

#### **«Мороз Красный нос»**

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, играющие располагаются в одном из домов. Водящий- Мороз Красный нос становится посередине площадки лицом к играющим и произносит:

Я Мороз Красный нос.

Кто из вас решится

В путь- дороженьку пуститься?

Играющие отвечают:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз.

После слова «мороз» дети перебегают через площадку в другой дом, а водящий догоняет их и **старается коснуться рукой**, «заморозить». «Замороженные» останавливаются на том месте, где их запятнали, и стоят до конца игры.

#### **«Не останься на полу»**

Выбирается водящий- ловишка, который бегает вместе с детьми по всему залу. Как только воспитатель произносит: «Лови!»- все убегают от Ловишки и **стараятся** забраться на какое- либо возвышение. Ловишка ловит детей, кого поймал тот выходит из игры.

#### **«Мышеловка»**

Играющие распределяются на две неравные группы. Меньшая группа (примерно треть играющих) образует круг- мышеловку. Остальные дети изображают мышей и бегают вне круга.

Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу то в лево, то в право, приговаривая: Ах, как мыши надоели,

Развелось их просто страсть.

Все погрызли, все поели,

Всюду лезут- вот напасть.

Берегитесь же, плутовки,

Доберёмся мы до вас.

Вот поставим мышеловки,

Переловим всех за раз!

По окончанию стихотворения дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. «Мыши» вбегают в одну сторону, а выбегают с другой стороны. По сигналу воспитателя: «Хлоп!»- дети, стоящие в кругу, опускают руки и приседают- мышеловка захлопнута. «Мыши! Не успевшие, выйти из круга, считаются пойманными. Они тоже становятся в круг.

#### **«Гуси- лебеди»**

Ход игры: Взрослый ("пастух") стоит на одном конце площадки, а дети- "гуси" - на противоположном.

Пастух говорит: - Гуси, гуси!

Гуси: - Га-га-га.

Пастух: - Есть хотите?

Гуси: - Да-да-да!

Пастух: - так летите!

Гуси. Нам нельзя:

Серый волк под горой

Не пускает нас домой.

Пастух: Так летите, как хотите, Только крылья берегите! (Гуси летят, если волк их ловит выбывают из игры.)

## **Март**

### **«Горелки»**

Дети становятся кругом берутся за руки.

Один ребёнок с платочком ходит по кругу, дети идут в противоположную сторону. Дети хором произносят:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Глянь на небо:

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Раз, два, три- беги!

Водящий останавливается возле двух детей, они наперегонки бегут по кругу. Водящим становится тот, кто первым схватит платочек.

### **«Медведи и пчёлы»**

На одной стороне зала находится улей, а на противоположной стороне луг. В стороне располагается берлога медведей. По сигналу воспитателя пчёлы вылетают из ульев, летят на луг за медом и жужжат. Пчелы улетают, а медведи выбегают из берлоги и забираются в улей лакомятся медом. Как только воспитатель подает сигнал: «Медведи!», пчелы летят к ульям, а медведи убегают в берлогу. Не успевших спрятаться пчёлы жалят. Ужаленные медведи пропускают одну игру.

### **«Не останься на полу»**

Выбирается водящий- ловишка, который бегаёт вместе с детьми по всему залу. Как только воспитатель произносит: «Лови!»- все убегают от Ловишки и стараются забраться на какое-либо возвышение. Ловишка ловит детей, кого поймал тот выходит из игры.

### **«Удочка»**

Дети стоят по кругу, воспитатель- в центре круга, держит верёвку, на конце которой привязан мешочек. Педагог вращает верёвку у самой земли, дети перепрыгивают через мешочек на двух ногах по мере его приближения.

### **Апрель**

#### **«Медведи и пчёлы»**

На одной стороне зала находится улей, а на противоположной стороне луг. В стороне располагается берлога медведей. По сигналу воспитателя пчёлы вылетают из ульев, летят на луг за медом и жужжат. Пчелы улетают, а медведи выбегают из берлоги и забираются в улей лакомятся медом. Как только воспитатель подает сигнал: «Медведи!», пчелы летят к ульям, а медведи убегают в берлогу. Не успевших спрятаться пчёлы жалят. Ужаленные медведи пропускают одну игру.

### **«Удочка»**

Дети стоят по кругу, воспитатель- в центре круга, держит верёвку, на конце которой привязан мешочек. Педагог вращает верёвку у самой земли, дети перепрыгивают через мешочек на двух ногах по мере его приближения.

### **«Карусель»**

Дети образуют круг, держась за шнур правой рукой, идут по кругу сначала медленно, потом быстрее и переходят на бег. Движения выполняются в соответствии с текстом, произносим в слух: Еле, еле, еле, еле

Закружились карусели,

А потом кру- гом, кру- гом,

Все бегом, бегом, бегом.

После двух кругов произносит воспитатель:

Тише, тише, не спешите!

Карусель остановите!

Раз- два, раз- два,

Вот кончилась игра!

После того как стихотворение заканчивается дети кладут шнур и расходятся по площадке.

### **«Горелки»**

Дети становятся кругом берутся за руки.

Один ребёнок с платочком ходит по кругу, дети идут в противоположную сторону. Дети хором произносят:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Глянь на небо:

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Раз, два, три- беги!

Водящий останавливается возле двух детей, они наперегонки бегут по кругу. Водящим становится тот кто первым схватит платочек.

### **Май**

#### **«Мышеловка»**

Играющие распределяются на две неравные группы. Меньшая группа (примерно треть играющих) образует круг- мышеловку. Остальные дети изображают мышей и бегают вне круга.

Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу то в лево, то в право, приговаривая: Ах, как мыши надоели,

Развелось их просто страсть.

Все погрызли, все поели,

Всюду лезут- вот напасть.

Берегитесь же, плутовки,

Доберёмся мы до вас.

Вот поставим мышеловки,

Переловим всех за раз!

По окончанию стихотворения дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. «Мыши» вбегают в одну сторону, а выбегают с другой стороны. По сигналу воспитателя: «Хлоп!»- дети, стоящие в кругу, опускают руки и приседают- мышеловка захлопнута. «Мыши! Не успевшие, выйти из круга, считаются пойманными. Они тоже становятся в круг.

### «Гуси- лебеди»

Ход игры: Взрослый ("пастух") стоит на одном конце площадки, а дети- "гуси" - на противоположном.

Пастух говорит: - Гуси, гуси!

Гуси: - Га-га-га.

Пастух: - Есть хотите?

Гуси: - Да-да-да!

Пастух: - так летите!

Гуси. Нам нельзя:

Серый волк под горой

Не пускает нас домой.

Пастух: Так летите, как хотите, Только крылья берегите! (Гуси летят, если волк их ловит выбывают из игры.)

### «Не останься на полу»

Выбирается водящий- ловишка, который бежит вместе с детьми по всему залу. Как только воспитатель произносит: «Лови!»- все убегают от Ловишки и **стараются** забраться на какое- либо возвышение. Ловишка ловит детей, кого поймал тот выходит из игры.

### «Совушка»

Выбирается водящий -«Совушка», остальные дети изображают бабочек, птичек и т. д. По сигналу воспитателя: «день!»- дети бегают по всему залу, на команду: «Ночь!»- замирают и останавливаются в том месте, где застала их команда. "Совушка» выходит из своего гнезда и тех, кто пошевелился, забирает к себе. Игра продолжается. При выборе другого водящего главное, чтобы он не был проигравшим.

### «Караси и щука»

Один ребёнок выбирается щукой, остальные играющие распределяются на две группы. Одна группа образует круг — это камешки, а другая группа- караси, которые попадают внутрь круга. Щука находится за пределами круга. По сигналу воспитателя: «Щука!»- она быстро вбегает в круг, **стараясь поймать карасей**. Караси спешат занять место за кем- то из и присесть, спрятаться за камешки. Пойманные уходят за круг и подсчитываются.