

# ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ И ЭСТАФЕТЫ



Сборные модели  
любимого праздника

**Игротека по теме  
«Богатыри Земли Русской»**

**Цель:** формирование у детей старшего дошкольного возраста патриотических чувств, любви к спорту и Родине.

**Задачи:**

- пропагандировать здоровый образ жизни;
- воспитывать дружбу, чувство взаимопомощи, сопереживания;
- воспитывать у дошкольников чувство патриотизма;
- развивать и совершенствовать физические качества;
- развивать интегративные качества и коммуникативные навыки;
- воспитывать чувство гордости за богатырскую силу России, уважение к русским воинам, желание им подражать;

**Эстафеты и подвижные игры  
«Меткий стрелок»**

Нужно попасть в корзину или мешок мячами с расстояния 1,5 м.: у каждого капитана по 3 мяча, бросают их по очереди. Кто точнее?

**«Сбей богатыря с коня».**

«У каждого богатыря был конь. Нужно на скаку сбить товарища подушкой с боевого коня. Кто первый не удержался тот и победил».

**«Кто больше соберет камней»**

Первый богатырь берет 1-й камень и кладет его в корзину, возвращается назад, передает эстафету следующему и т.д., побеждает та команда, которая больше собрала камней.

**«Забрось палицу в логово Соловья разбойника»**

Дети берут «палицу» бегут между кеглями, бросают ее в кольцо и возвращаются в свою команду. Та, команда, у которой больше попаданий побеждает.

**«Перетяни богатыря»**

Дети в роли богатырей встают напротив друг друга у черты, берутся за руки, другая рука должна быть за спиной, стараются перетянуть друг друга за линию. Тот богатырь, который первый переступил черту, проигрывает.

**«Чья дружина быстрее соберется?»**

Играющие делятся на несколько групп с одинаковым числом детей. Каждая группа выбирает ведущего и становится за ним в колонну. По сигналу воспитателя все играющие начинают ходить, по площадке в разных направлениях, меняя движения в зависимости от задаваемого воспитателем темпа и ритма. По сигналу «дружина стройся» водящие останавливаются на том месте, где их застал сигнал, и

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 5 «Крепыш»**

быстро собираются за водящим в колонны, равняются и стоят по стойке «смирно». Воспитатель отмечает, какая дружина собралась первой.

**«Выручай!»**

Дети стоят в кругу лицом в центре. Два ребёнка, выбранных заранее, выходят из круга и бегут: один ребенок убегает, другой - догоняет. Ребенок, который убегает, может спастись, встав сзади у кого-нибудь из детей, которые стоят в кругу, и сказать: «Выручай!» Тот ребенок, к которому обратились, должен убежать из круга и тоже встать сзади другого. Если ребёнок не успеет встать, её поймают. При повторении игры выбирают следующую пару детей.

**«Не попадись».**

На полу чертят круг (или выкладывают из шнура). Все играющие становятся за кругом на расстоянии полушага. Выбирается водящий. Он становится в круг в любом месте. Дети прыгают в круг и из круга. Водящий бегаёт в кругу, стараясь коснуться играющих в то время, когда они находятся в кругу. Ребенок, до которого водящий дотронулся, отходит в сторону. Через 30-40 секунд игра останавливается. Выбирается другой водящий, и игра повторяется со всеми детьми.

**«Оборона крепости»**

Игроки делятся на команды, которые располагаются по кругу. Снаружи нападающие, внутри – защитники. В центре круга выстроена «крепость» из мягких кубов, модулей и т.д. Нападающие стремятся пробить мячом по «крепости», чтобы разрушить её. Защитники должны отбивать мяч. Если «крепость» разрушена, команды меняются ролями. Побеждает команда, которая быстрее разрушила «крепость».

**I вариант:** можно использовать одновременно два мяча.

**II вариант:** можно играть на определённо заданное время. В этом случае защитники после разрушения снова продолжают строить, а нападающие атаковать. После окончания времени на атаку команды также меняются ролями.

**Правила игры:**

- защитники должны отбивать мяч только руками;
- защитникам нельзя удерживать постройку руками;
- нападающие бросают мяч только с линии атаки.

**«Переправа»**

Игра проводится между двумя командами, которые выстраиваются на линии старта с одной стороны площадки в два ряда. Между командами находится обруч с разноцветными геометрическими фигурами. На противоположной стороне – прикреплены карточки с изображениями фигур в определённом порядке.

По сигналу ведущего игроки продолжают выстраивать закономерность, обозначенную на карточке. Как только переправа готова, игроки передвигаются по ней на другую сторону. Побеждает команда, быстро и безошибочно выполнившая задание.

**«Перестрелка»**

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 5 «Крепыш»**

Игроки делятся на две команды. На площадке отмечаются две линии (линии огня) на расстоянии 5-6 м друг от друга. К ним становятся игроки одной команды с мячом – стрелки. В центре между линиями ставятся степ-платформы в виде дорожки, с одной её стороны находятся игроки противоположной команды – перебежчики. Стрелки бросают мяч в игроков другой команды, стараясь выбить их. Задача перебежчиков – пробраться на противоположную сторону, затем поочередно также в обратную сторону.

**Правила игры:**

- стрелки бросают мяч только с линии огня;
- подбитый перебежчик выходит из игры;
- если все игроки одной команды выбиты, то команды меняются ролями.

**Вариант игры:**

стрелки могут бросать двумя мячами одновременно.

**«Чей выстрел дальше»**

Выбираются 2-3 игрока – стрелки, которые садятся на коврик – стрельбище. В руках у стрелков набивные мячи (медицинболы) весом 0,5-1 кг в зависимости от возраста детей. Поочередно они бросают мяч из-за головы. Место приземления мяча обозначается флажком. Выигрывает игрок, который смог бросить мяч дальше всех. Варианты игрового упражнения:

- можно на стрельбище пригласить несколько игроков по количеству мячей;
- игроки могут разделиться на 2-3 команды. После совершения броска выбирается самый дальний, соответственно выигрывает вся команда.

**«Командная работа»**

Для выполнения игрового упражнения потребуется 4 бумажные модули цилиндрической формы. Игроки делятся на группы по 4 человека. Первая команда выстраивается на линии старта с одной стороны площадки, на противоположной стороне – финишная линия. Один из игроков команды ложится на живот на бумажные модули, второй, держа его за ноги, подталкивает его вперёд. Два других игрока переставляют поочередно бумажные модули вперёд по направлению движения так, чтобы игрок, лежащий на бумаге, не касался пола. Побеждает команда, быстро и безошибочно справившаяся с заданием.

**Правила игры:**

- если игрок, лежащий на бумаге, касается пола, то из игры выбывает вся команда.

**«Петушинные бои»**

Два обруча, в них по одному участнику. Левой рукой нужно держать свою левую ногу, а правым плечом, без помощи рук, вытолкнуть соперника из круга.

**«Дружина»**

Задача – сбить соперника со скамейки, ударяя по нему битой, мешком (подушкой). Побеждает та дружина, которая одержит больше побед.

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 5 «Крепыш»

**«Донеси»**

Командам нужно заполнить стакан водой, перенося ее деревянной ложкой. Чья дружина первая наполнит стакан, та и побеждает.

**«Конь богатырский!»**

Вот преграды на пути!  
Их непросто обойти!  
Надо лихо проскакать,  
Но барьеры не сбивать!

Надо на коне пройти препятствия и вернуться обратно. Передать эстафету другому участнику.

*Каждому участнику дают "лошадку" (палку с головой лошади).*

**«Перетягивание каната!»**

А выбрать себе пару вы сможете, если сорвете молодильное яблочко! Оно и поможет определить партнера для соревнования. (Дети выбирают яблочки – картинки: с одной стороны, они одинакового цвета, а с обратной разного.)

**«Спасение Елены Прекрасной!»**

Нужно преодолеть полосу препятствий, добежать до коробки, достать из коробки куклу, вернуться назад, посадить ее на лавочку.

**Эстафета «Турнир всадников».**

Эстафета на лошадках с булавой в руке. Нужно доскакать на «коне» до определенного места и булавой сбить одну кеглю, на которой приклеена картинка с изображением Соловья-разбойника, вернуться, передать булаву и коня следующему игроку.

**Эстафета для девочек: «Загони шарик в совок».**

Девочки, с помощью веника, должны провести шарик через зал и попасть в совок.

**Игра «Поймай хвост Змея Горыныча».**

У детей на поясе привязана веревка, на конце которой воздушный шарик. Задача детей, ногами лопнуть другому шарик и не дать лопнуть свой. Кому шарик лопнули, выходит из игры.

**Шуточная игра «Сорви шлем».**

Звучит музыка, дети бегают то в одну, то в другую сторону. Во время паузы в музыке нужно подбежать к богатырю, который стоит в центре круга в шлеме, и сорвать его с головы. Кто сорвал – тот и «воевода».

### **Игра «Поталкушки»**

На расстоянии 1 м проводятся две параллельные линии. На линии становятся два богатыря. По сигналу они сближаются, и каждый игрок, упираясь в плечи противника руками, старается вытолкнуть его за линию границы. Побеждает тот, кто первый вытолкнет соперника за линию.

### **«Передай булаву»**

**(приглашаются все участники и болельщики).**

(Дружинники-дети и взрослые стоят в кругу. Под русскую народную мелодию передают друг другу кегли (3-4 штуки). На окончание музыки те участники игры, у кого кегли, танцуют в кругу.)

### **«Переправа».**

(Папы несут своих детей за плечами «как рюкзачки» до конуса, потом везут на санках до финиша, поджидающих их мам на санках; все семьи по очереди)

### **«Самый меткий богатырь».**

(Игроки обеих команд по очереди подбегают к конусу, и от него бросают в корзину 2 малых мяча)

### **«Выбей дружинника с поля боя».**

(Игроки разных команд парами встречаются в центре большого обруча, и без помощи рук пытаются вытеснить соперника из круга)

### **Игра «Чура»**

По сигналу первый участник каждой команды ведет палкой мяч до конуса и обратно, передает эстафету следующему игроку, выигрывает та команда, которая первой закончит эстафету.

### **«Богатырские скачки на мячах»**

Не удержать богатырей, вмиг вскочили на коней! Вот преграды на пути! Их не просто обойти! Надо лихо проскакать, но барьеры не сбивать!

### **«Силушка русская»**

Игроки соревнуются парами - отжимаются, меряются силой на руках, перетягивают друг друга при помощи палки, поднимают набивные гири, перетягивают друг друга в обруче.

### **«Проскачи на коне»**

Каждый участник скачет на «коне» до «кургана» и обратно, передавая «коня» (хоп с ушками) следующему участнику. Побеждает дружина, которая быстрее выполнит задание, сделав меньшее количество ошибок.