



Картотека подвижных игр
Тема: личная безопасность





А у нас во дворе



«Весело во дворе»

Дети становятся в круг, водящий передает мяч по кругу, все дети произносят слова: «1, 2, 3, 4, 5, будем во дворе гулять», тот, у кого оказался мяч на последнем слове ловишка. Он произносит слова: «В догонялки поиграем» после этих слов все дети разбегаются, а ловишка догоняет. Пойманный ребенок уходит на скамейку. Педагог произносит слова: «Со двора» дети, услышав, бегут и становятся в круг и дружно произносят: «Ходить не станем». Игра повторяется.



«На площадке»

На полу разложены обручи разных цветов. Красные – опасная площадка для игры, рядом с дорогой; желтые – площадка, рядом с которой идут строительные работы, открыт люк; зеленые – безопасная. Вспомнить правила безопасной площадки.

Дети двигаются, проходя полосу препятствий. Первая группа детей спускается из дома по лестнице (ходьба по ребристой дорожке) и выходит из подъезда (подлезают правым боком в обруч). Вторая группа детей спускается в лифте (ползание на гимнастической скамейке и.п. лежа на животе или проползание в туннеле) и выходит из подъезда (подлезают левым боком в обруч).

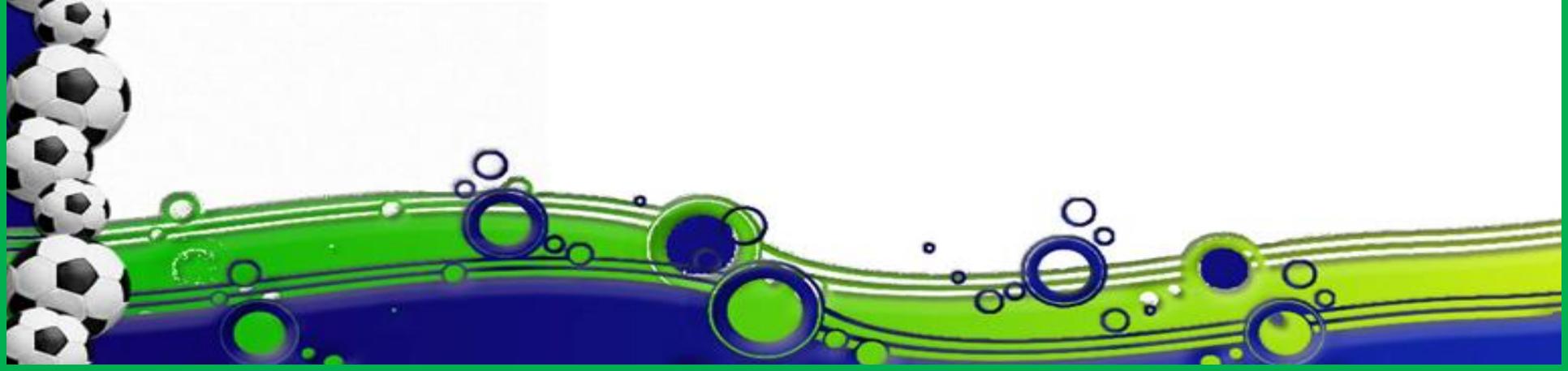
По команде инструктора – «Улица» выбирают безопасную площадку и встают в обруч.



«Незнакомый предмет»

Считалкой выбираем ведущего. Он уходит в сторону. Остальные дети придумывают действие, которое можно делать на детской площадке. Ведущий подходит к детям и задает вопрос: «Ребята, где вы?». Дети отвечают: «На детской площадке». Ведущий задает вопрос: «Что вы делаете на детской площадке? Дети отвечают: «Что мы делаем, не скажем, а что делаем покажем. Изображают действия, которые можно делать на детской площадке. Если ведущий угадал действие, дети убегают, ведущий догоняет. Если не угадал, меняем ведущего.

В один из моментов игры педагог незаметно кладет красивую коробку в стороне. Оценивает поведение детей по отношению к незнакомому предмету.





«Мяч на дороге»

Дети произвольно располагаются на площадке. Каждый играет с мячом, выполняя действия по своему выбору. (Например, бросать мяч вверх, вниз, в корзину, перебрасывать мяч друг другу, отбивать мяч на месте правой (левой) рукой и т.д.).

Во время игры, тот ребенок, у которого выкатился мяч с площадки (дорога) должен обратиться к взрослому за помощью, чтобы вернуть его себе.

После сигнала «Играй, играй мяч не теряй» все быстро поднимают мячи вверх. Дети без мяча в руках получают штрафное очко. Игра повторяется несколько раз. Выигрывает тот, кто не имеет штрафных очков.



«Знакомый, свой, чужой»

Попросите детей встать на небольшом (около полуметра) расстоянии друг от друга, образуя круг. Водящий находится в центре и поочередно бросает мячик каждому ребенку, приговаривая: «Знакомый, свой, чужой». Ребенок, поймавший мяч, называет соответствующего человека и возвращает мяч водящему. В роли водящего может выступать и педагог, а темп бросания мяча может убыстряться или замедляться. Игра заканчивается тогда, когда все дети без ошибок справятся с заданиями водящего.



«Будь внимательным»

Дети двигаются по кругу, произнося слова и выполняя движения.

По порядку стройся в ряд
На прогулку все подряд! (маршируют на месте)
Левая! Правая! (рука в сторону)
Бегая, Плавая, (имитация бега, плаванья)
Мы растем смелыми,
На солнце загорелыми (руки вверх)
Ноги наши быстрые, (ходьба)
Метки наши выстрелы, (имитация броска)
Крепки наши мускулы (согнуть руки к плечам)
И глаза не тусклые (улыбаемся)

А Барто.

Водящий стоит в центре круга. По окончанию слов, если водящий произносит слова: «Свой» - дети обмениваются рукопожатиями. «Чужой» - убегают на скамейки, а водящий догоняет. Игра повторяется, выбираем другого водящего.

«Незнакомец»

Дети стоят в кругу, держась за руки. В центре находится водящий (незнакомец).

Дети двигаются по кругу, говоря слова:

С человеком незнакомым

Ты в беседу не вступай

Торопись скорее к дому

Раз, два, три – и убегай.

По окончанию слов дети убегают в «домик», незнакомец догоняет.

Игра повторяется, выбирается другой водящий.



«Выручай»

Выбираем водящего, он незнакомец, садится на скамейку. По сигналу дети двигаются, выполняя задания педагога. После слов: «Незнакомец» - дети начинают убегать, а незнакомец догонять. Если он задел ребенка, игрок бежит к педагогу и говорит: «Выручай». После этого ребенок может вернуться в игру. Игра повторяется, выбираем другого водящего.



«Котик»

Выбирается водящий – он котик. По сигналу дети выходят на прогулку, двигаются произвольно или по заданию педагога. После слов: «Котик» дети принимают упор присев и замирают. Котик встает со своего места, двигается между детей, проговаривая: «Вышел котик погулять, серых мышек поискать» и смотрит на игроков. Те дети, которые пошевелились – проиграли (их поцарапал котик, и они идут к врачу). После слов педагога: «А сейчас я поверну и от котика уйду», игроки убегают на скамейку (в домик), а котик их догоняет. Кого догнал, тот проиграл, идет к врачу. Игра повторяется, выбираем другого водящего.

«Вот собака – стоп»

Выбирается водящий (собака), он становится на одну сторону зала, спиной к детям. Педагог уходит на другую сторону зала. Все остальные игроки стоят по центру, лицом к педагогу, спиной к собаке. Педагог произносит слова: «Вот собака - стоп», в это время дети двигаются вперед. Как только слова закончились, дети останавливаются и замирают. Собака поворачивается и смотрит, кто пошевелился, тот проиграл и выходит из игры или возвращается в центр и двигается с начальной точки. Победит, тот игрок, который первым дойдет до педагога. Игра повторяется, выбираем нового водящего.



Зимняя прогулка

«Шапка, варежки и шарфик»

Дети стоят в две колонны, напротив, на расстоянии длины зала, располагаются мольберты с макетами девочки и мальчика в летней одежде и магнитики. На старте лежит одежда(шапка, пальто, варежки, валенки, шарфик, шапка – вырезанные из бумаги). По сигналу дети по одному бегут к мольбертам и одевают детей. Победит та команда, которая быстро и правильно оденет ребенка на прогулку.



«Снежок»

Дети встают, образуя круг. У одного из игроков в руках мягкий мяч. Дети произносят слова, передавая мяч друг другу.

1, 2, 3, 4, 5 будем мы в снежки играть,

1, 2, 3, 1, 2, 3, у кого мяч, тот води.

Игрок, на ком остановились слова – водящий. Дети разбегаются, водящий догоняет, бросая снежок в детей. Выбитый игрок выходит из игры. По окончании игры дети становятся в круг, игра повторяется.



Упражнение «Зимние забавы»

Мы катаемся на лыжах

Мы катаемся на лыжах (махи руками попеременно)

Подъезжаем к горке ближе

Подъезжаем к горке ближе (махи руками одновременно)

Мы на горку забрались

Мы на горку забрались (шаги на месте)

Покатились в санках вниз

Покатились в санках вниз (приседания)

Снежный ком большой катили

Снежный ком большой катили (Вращают руками перед собой)

Бабу снежную лепили

Бабу снежную лепили (наклоны в сторону)

А потом в снежки играли

А потом в снежки играли (лепят снежки)

Их лепили и бросали

Их лепили и бросали (имитация броска)

Много у зимы затей есть для маленьких детей

Много у зимы затей есть для маленьких детей (хлопать в ладоши)

(Стих М Каргушина)

«Мороз»

Считалкой выбираем двух водящих (морозы) в руках у них мягкие мячи. Дети располагаются на одной стороне зала (площадки), морозы сбоку по центру зала (площадки).

Начинают игру морозы, они идут навстречу друг другу, меняясь местами, и говорят слова: «Ходит в городе мороз и морозит детям нос». Дети отвечают, массируя точку «чжун – чун»: «Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз». После слов игроки перебегают на другую сторону зала, а морозы бросают в них мячи (холод). Выбитый игрок садиться на скамейку и массирует точку «чжун – чун», чтобы согреться, пропуская две игры, возвращается. Игра повторяется несколько раз, морозы меняются.

Прямо по центру верхней фаланги среднего пальца находится точка «чжун-чун». Здесь и расположен волшебный «обогреватель». Хорошо помассируйте эти точки на обеих руках, и уже через минуту по всему телу разольется тепло и отлично прогреет даже ноги.



«Лед, песок»

В спортивном зале. Дети выполняют ходьбу с подъемом по ребристой доске и по гладкой. Какое упражнение выполнить проще и почему?

На улице. По гладкой накатанной дорожке и дорожке, посыпанной песком. Воспитатель страшит детей.





«Держи, не упади»

Дети выполняют общеразвивающие упражнения, по показу воспитателя. По сигналу: «Держи» - держат равновесие (стоя на одной ноге, другая согнута в колене, руки в сторону) в течение 5 – 10 секунд. По команде: «Не упади» - принимают положение упор присев. Побеждает тот, кто сделает меньше ошибок.



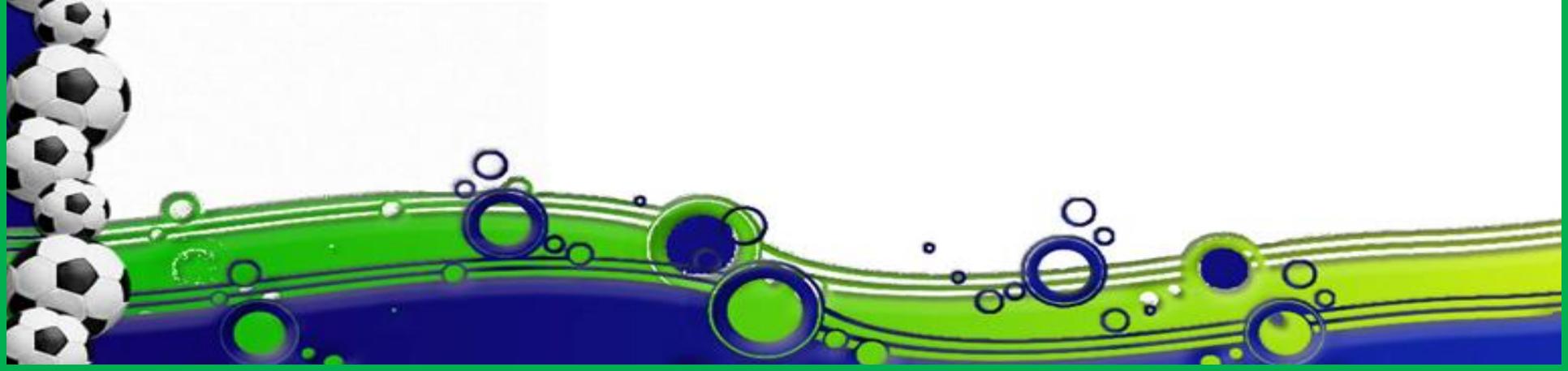


«Опасный лед»

Техника падений должна быть изучена, чтобы избежать повреждений при падениях. В основе техники падений лежит умение группироваться в нужный момент. Навыки приобретаются в процессе выполнения специальных упражнений, которые должны включаться в подготовительную часть: мягких перекатах с боку на бок, поворотам в стороны и выполнению группировок.

Дети двигаются по залу, изображая зимние виды спорта, по договоренности.

По команде, «Опасный лед» выполняют группировку.





«Жди, не беги»

Дети становятся в две колонны и держат в руках кольцо (лебянку). По команде первый игрок бежит до конуса, надевает кольцо на конус и становится за конусом, второй начинает бег только тогда, когда первый закончил задание. Игрок повторяет действие первого, и становится за первым. Выбегает третий. Главное научить детей соблюдать очередность и уметь ждать друг друга.





«Горка, лыжня, сугроб»

Дети в рассыпную двигаются по залу, по сигналу:

«Горка» - садятся, изображая скат с горы;

«Лыжня» - имитируют движения на лыжах;

«Сугроб» - группировка;

Дети в рассыпную двигаются по площадке, по сигналу:

«Горка» - становятся у горки в одну колонну и скатываются не нарушая правил;

«Лыжня» - имитируют движения на лыжах;

«Сугроб» - группировка;





Прогулка по городу

«Сигнал»

Дети стоят в кругу. В руках у них мячи (через одного), на которых наклеены цветные карточки (зеленые, желтые, красные). По сигналу педагога игроки передают мячи из рук в руки, стараясь не уронить. По команде «Стоп» педагог называет имя одного из игроков (например: стоп – Вика). Игрок с таким именем называет цвет карточки, которая находится на мяче в его руках.

«Красный цвет» - стоим руки крестить к плечам (запрещающий для пешехода);

«Желтый цвет» - стоим, и.п. о.с. (запрещающий для пешехода);

«Зеленый цвет» - выполняем ходьбу на месте;

«Опасная дорога»

Дети делятся на две команды. Одни водители, другие пешеходы. Водители становятся парами, растянувшись, по ширине зала. Пешеходы стоят по длине зала, разделившись на две группы (по разные стороны дороги). Педагог поднимает красное кольцо – это знак для водителей, они начинают катать мячи (машины) друг другу. Пешеходы стоят. Педагог поднимает зеленое кольцо – это знак для пешеходов.

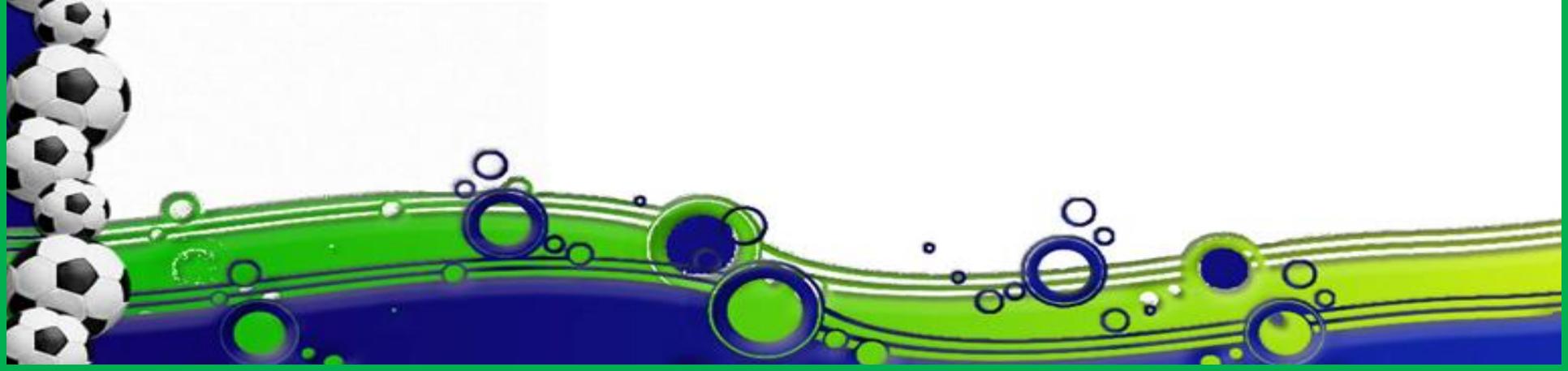
Дети – водители не всегда могут заметить этот знак, пешеходам нужно быть внимательными и переходить дорогу, когда остановятся все машины.

Игра продолжается, дети меняются местами.



«Лево – право»

Дети стоят в кругу. В центре водящий, держит в руках мяч. Водящий выполняет передачу мяча игроку и говорит слово: «Лево» или слово «Право». Игрок, поймавший мяч, выполняет передачу обратно, говоря имя участника, который стоит рядом с ним в зависимости от стороны, которую указал водящий.





«Где безопасно»

Дети делятся на две команды. Одни водители, другие пешеходы. Пешеходы стоят по ширине зала. Водители по длине, они держат в руках кольцо (руль). Педагог поднимает красное кольцо – это знак для водителей, они начинают движение, передвигаясь в рассыпную. Педагог поднимает зеленое кольцо – это знак для пешеходов. Машины возвращаются на свое место. Пешеходы ждут пока уедут машины и только после этого переходят дорогу, но строго по пешеходному переходу (координационная лестница, которая лежит на полу). Игра продолжается, дети меняются местами.



«Где быстрее»

Дети делятся на три команды. Напротив команд стоят дорожные знаки (пешеходный переход, подземный переход, надземный переход).

1 команда двигается по подземному переходу – игрок добегают до тоннеля, проползает, бежит к знаку, становится за знак, поднимает руку, бежит следующий игрок.

2 команда двигается по надземному переходу – игрок добегают до гимнастической скамейки, проходит по ней, бежит к знаку, становится за знак, поднимает руку, бежит следующий игрок.

3 команда двигается по пешеходному переходу – игрок бежит прямо к знаку, становится за знак, поднимает руку, бежит следующий игрок. Но команда должна ориентироваться по сигналам светофора, которые показывает педагог. Красный, желтый – двигаться нельзя, команда стоит. Зеленый путь открыт – команда двигается.

Задание продолжается команды меняются местами.



«Водитель и пассажир»

Дети стоят в кругу и передают несколько цветных колец (красное – трамвай, желтое – автобус, голубое – троллейбус). По команде стой, те игроки у которых в руках кольцо начинают передвигаться змейкой между участниками игры, остальные дети без кольца (пассажиры) принимают положение упор присев.





«Наша остановка»

Группу детей поделить на две команды. Одни пассажиры, стоят на остановке (гимнастические скамейки, расставленные по залу), другие водители держат в руках обруч (транспортное средство).

По команде: «В путь» водители подъезжают к остановке и забирают пассажиров. Водитель может взять только одного пассажира. Дети парами в обруче передвигаются по залу. По команде: «Наша остановка» транспортное средство подъезжает к остановке и высаживает пассажира.

Игра продолжается несколько раз, затем дети меняются местами

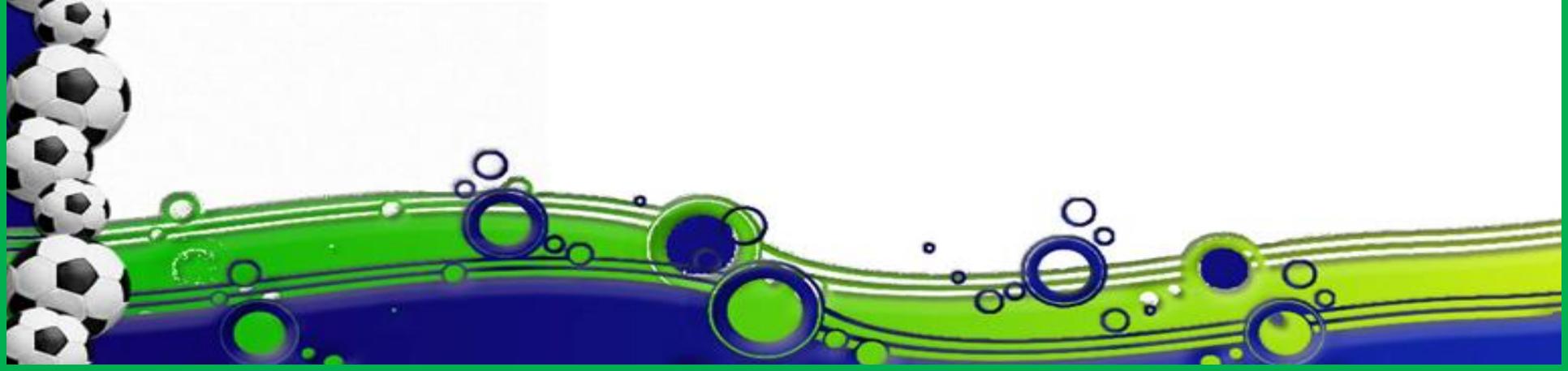




«Поездка»

Дети стоят в три колонны, первая колонна – на остановке трамвая, вторая на остановке – автобуса, третья – на остановке троллейбуса. Остановка отмечена специальным знаком. Направляющие держат в руках обруч. На противоположной стороне каждой из команд находится знак зоопарк.

По сигналу первый игрок в обруче передвигается до зоопарка и возвращается обратно, берет второго игрока, они вместе бегут до зоопарка, первый игрок остается в зоопарке, а второй возвращается за третьим и т.д. побеждает та команда, которая первая доберется до зоопарка.





«Вот остановка»

В зале отмечены дорожными знаками остановки транспортных средств – трамвай, автобус, троллейбус, метро, рядом с которыми разложен спортивный инвентарь.

Дети двигаются по кругу, маршируя. По команде: «Вот наша остановка» дети выбирают, то транспортное средство, на котором они хотели бы передвигаться и подходят к знаку, выстраиваясь в колонну по одному.

По команде: «Поехали» дети начинают выполнять упражнения, выполняя задания, друг за другом.

Метро – ходьба по ребристой дорожке. Автобус – катят мяч между конусов. Трамвай – ходьба на носочках, в руках кольцо, руки подняты вверх. Троллейбус – передача мяча над головой.

Игра повторяется, дети выбирают транспортное средство по своему желанию.

