

**Картотека подвижных игр с
использованием массажных
платформ в детском саду**



«Уголки»

Цель: учить детей перебегать с места на место быстро, незаметно для ведущего. Развивать ловкость, быстроту движений, ориентировку в пространстве.

Ход игры:

Дети становятся на массажные платформы, расположенные по разным сторонам зала. Один из играющих оставшийся в середине (мышка без домика), подходит к кому – либо и говорит «Мышка, мышка продай мне свой уголок». Та отказывается. Водящий идёт с теми же словами к другому игроку. В это время остальные дети меняются местами, а водящий в середине старается занять место одного из перебегающих. Если это ему удастся, оставшийся игрок, без уголка становится на середину.

Если водящему долго не удаётся занять место, воспитатель говорит: «Кошка!» все дети одновременно меняются местами, водящий успевает занять уголок. Нельзя долго стоять в своём уголке.



"Ту - ту поезд"

Цель: развивать у детей внимательность, ловкость, быстроту реакции.

Ход игры:

Сначала каждый игрок строит личное депо: для этого кладет на пол массажную платформу и встает в ее центр. Ребенок будет вагоном в депо.

В середине площадки для игры стоит водящий. У него в руках свисток. Это паровоз. У паровоза нет своего депо. Он начинает игру, медленно идет от одного депо к другому, а вагоны (дети) прицепляются к нему. Когда весь состав собран (все дети стоят друг за дружкой), паровоз убыстряет ход. Вагонам важно не оторваться от паровоза и успевать за ним, как бы быстро они ни шел. Неожиданно «паровоз» свистит в свисток, в этот момент «вагоны» должны разбежаться по депо. «Паровоз» тоже бежит и занимает чье-то депо. Игрок, который не успел встать в свой кружок-депо, считается проигравшим и теперь он становится «паровозом».

Усложнение/Упрощение

Усложнение: можно вместо одного водящего сделать двух, тогда количество домиков становится меньше на одно. Упрощение: дети разделяются на две команды и по сигналу свистка надо как можно быстрее построить свой паровозик.



«Самолетики»

Цель: развивать согласованность действий и координацию движений, выносливость.

Ход игры:

Воспитатель делит детей на две группы: одна группа – самолётики, другая – туча. В зале раскладываются массажные платформы – это аэродром. Воспитатель читает стих, а дети должны изображать то, о чём в нём говорится:

Самолётики летят,

И на землю не хотят.

В небе весело несутся,

Но друг с другом не столкнутся.

Дети, которые изображают «самолётики», расставив руки в стороны, начинают летать.

Воспитатель говорит:

Вдруг летит большая туча,

Стало всё темно вокруг.

Самолётики – в свой круг!»

При этих словах дети – «тучи», пытаются поймать «самолётики». Кто успел залететь на аэродром, тот спасён, кого поймали – становится тучей.

Усложнение/Упрощение

Когда дети освоят игру, ведущим может быть кто-то из них. Можно читать стихи хором.



"Парковка"

Цель: Развивать ориентировку в пространстве, умение выполнять движения по сигналу.

Ход игры:

На площадке обозначаются места парковки (массажные платформы). Их должно быть меньше, чем участников-автомобилей. Дети становятся друг за другом по кругу.

У каждого в руках игрушечный руль. По сигналу ведущего автомобили начинают движение по кругу, напевая:

«Едут быстрые машины по дорогам,, по пустынным,

И у каждой есть свой путь, ни сломаться, ни свернуть.

Все обгоны под запретом!

Только есть один секрет: опоздавшим – места нет!»

После этих слов все разъезжаются к местам парковки и стараются занять свободное место. Опоздавшим выдают штрафные карточки. Затем игру повторяют. Выигрывает тот, кому удалось удачно припарковаться три раза подряд. Правила. Начинать движение и «разъезжаться» по парковкам по сигналу ведущего.



"Блин и оладушки"

Цель: развивать ловкость, быстроту реакции, коммуникативные качества.

Ход игры:

На площадке в центре кладется большой обруч (это «блин»), а вокруг несколько массажных платформ («оладушки»). Дети бегают врассыпную, после звукового сигнала взрослый говорит: «Блин», или «Оладушки». Дети должны встать соответственно. Правила: следить, чтобы во время бега врассыпную дети не сталкивались друг с другом, занимая места, не выталкивали друг друга. Количество массажных платформ зависит от количества детей. Рассчитывать надо так, что на одной платформе, один ребенок.



«Ждут нас быстрые ракеты»

Цель: развивать у детей внимательность, ловкость, быстроту реакции.

Ход игры:

По залу раскладываются платформы-ракеты. По количеству их на несколько штук меньше, чем играющих. Дети идут по кругу со словами:

Ждут нас быстрые ракеты,

Для полёта на планеты.

На какую захотим,

На такую полетим!

Но в игре один секрет:

Опоздавшим места нет!

После последних слов дети разбегаются и занимают места в «ракетах» (если детей много, то можно усаживаться в одну ракету по два-три человека). Педагог говорит слова: «Имя ребенка не зевай и ракету занимай» и дети возвращаются в круг. Игра повторяется.



"Веселая иголка"

Цель: развивать быстроту, выносливость, координацию движений.

Ход игры: Играющие встают в две шеренги напротив друг друга. Перед каждым лежит массажная платформа. Участник, стоящий первым в шеренге, назначается ниточкой. Шеренги маршируют на месте под текст:

Я – веселая иголка

Я умею быстро шить.

После слов педагога «Раз, два, три ниточка беги» дети поднимаются на платформы и принимают оговоренное заранее и.п., а «ниточка» бежит «змейкой» между детьми до конца своей шеренги, на финише поднимает руку вверх и становится последним. Назначаются следующие «ниточки». Игра повторяется несколько раз.

Правила

1. Начинать бег только после слов педагога «ниточка беги».
2. Бежать между играющими «змейкой».
3. После окончания бега не забыть поднять руку вверх.



«Свое место»

Цель: развивать быстроту, ловкость, координацию движений.

Ход игры: Платформы лежат на полу, образуя круг. Играющие встают на платформы. Педагог называет имена двух детей, которые стоят друг на против друга. Дети делают шаг назад, спускаясь с платформы. После слов, произнесенных вместе: «Раз, два, три беги», дети стоящие на полу бегут по кругу в одну сторону. Задача детей вернуться на свое место и встать на платформу как можно быстрее. Объявляется победитель, игра повторяется.

Правила:

1. Начинать бег только после слов.
2. Бежать, не задевать детей стоящих на платформе.
3. После окончания бега не забыть поднять руку вверх.



"Веселые цифры"

Цель: развивать быстроту, умение слушать и действовать по сигналу.

Ход игры: На полу лежат платформы, вдвое меньше чем детей. Играющие двигаются по залу в рассыпную, выполняя различные движения. Педагог произносит слова: «Цифры я считать люблю, их по два (по три, по четыре...) сложить хочу». Дети бегут к платформам и становятся по два (по три, по четыре...) человека, берутся за руки и ставят одну ступню на платформу. Педагог проверяет результат. Игра продолжается.

Правила

1. Передвигаясь в рассыпную, двигаться по одному, не создавая пар.
2. Наблюдать друг за другом, не наталкиваться.



«Робот»

Цель: развивать быстроту, ловкость, координацию движений.

Ход игры: Платформы лежат на полу, образуя круг. Играющие встают правой ногой на платформу, левая на полу. У одного игрока в руках мяч. По сигналу дети начинают передавать мяч вправо. Во время игры, постепенно в круг добавляются еще мячи. Игра выполняется до падения. Затем проводится в другую сторону, со сменой ноги на платформе. Педагог каждый раз подсчитывает количество мячей в кругу.

Правила

1. Во время передачи мяча ноги стоят на месте, туловище выполняет повороты.
2. Два мяча одному игроку брать нельзя.
3. Мяч не бросать, а передавать из рук в руки.
4. Брать мяч одной рукой нельзя



«Мы веселые ребята»

Цель: развивать быстроту, выносливость, координацию движений.

Ход игры: Играющие встают в две шеренги напротив друг друга. Перед каждым лежит массажная платформа. Участник, стоящий первым в шеренге, назначается ниточкой. Шеренги маршируют на месте под текст:

Я – веселая иголка

Я умею быстро шить.

После слов педагога «Раз, два, три ниточка беги» дети поднимаются на платформы и принимают оговоренное заранее и.п., а «ниточка» бежит «змейкой» между детьми до конца своей шеренги, на финише поднимает руку вверх и становится последним. Назначаются следующие «ниточки». Игра повторяется несколько раз.

Правила

1. Начинать бег только после слов педагога «ниточка беги».
2. Бежать между играющими «змейкой».
3. После окончания бега не забыть поднять руку вверх.



«Острова»

Цель: развивать быстроту, выносливость, координацию движений, чувство равновесия, ориентацию в пространстве, умение действовать по сигналу.

Ход игры: Дети встают в рассыпную по залу, каждый перед своей массажной платформой. С началом музыки – дети перемещаются (плавают в море) по залу бегом, подскоками, прыжками, галопом. Когда музыка прекращается, все быстро бегут к «острову» – платформе, встают на нее, удерживая равновесие, закрыв глаза. В игру можно добавить водящего – «Акулу», который догоняет детей, не успевших спрятаться на острове.

Правила

1. Начинать бег и бежать на платформу, слушая музыку.
2. Не толкать друг друга, занимая свободную платформу.



«Выше ноги от земли»

Цель: учить детей перебегать врассыпную с места на место быстро. Развивать ловкость, быстроту движений, ориентировку в пространстве, равновесие.

Ход игры: выбирают ловишку. Он начинает ловить игроков, которые убегают. При этом дети стараются оторвать ноги от земли (встать на массажную платформу). В таком положении ловишка не имеет права их осаливать. Если ловишка догонит игрока, то он отходит в обозначенное заранее место.

Правила игры:

1. Пойманные игроки уходят в определенное место.
2. Нельзя осаливать детей, которые оторвали ноги от земли.
3. Нельзя оставаться с поднятыми ногами более чем 20 секунд.

Усложнение: если ловишка догонит игрока, то они меняются ролями.



«Шишки, желуди, орехи»

Цель игры: способствовать развитию умения избегать столкновения, перебегать в определённую сторону (только вправо или влево). Развивать быстроту реакции, координацию, ловкость, внимание.

Ход игры: Дети стоят на платформах разложенных в три круга (первый – шишки, второй – желуди, третий – орехи), в центре – водящий. По сигналу водящий произносит любое из трех названий, допустим - «Орехи!» Все играющие, названные, «орехами», должны поменяться местами. Водящий стремится стать на любое освободившееся место. Если ему это удастся, то игрок, оставшийся без места, становится водящим, а водящий - «орехом». Если водящий скажет: «Желуди» - меняются местами стоящие вторыми в тройках, а если «Шишки!» - меняются местами стоящие первыми в тройках.

Правила игры:

1. Водящий каждый раз принимает название того, чье место он занял.
2. Вызванные игроки должны обязательно поменяться местами; игрок, не переменявший место, становится водящим.
3. Водящий, вызывая игроков, должен находиться в центре, чтобы его хорошо все слышали.



Эстафетное задание «Переправа»

Дети встают в две колонны парами, напротив ориентиров. У каждой команды — по 2 массажные платформы.

Один ребенок из пары встаёт на подушку, перешагивает на следующую. Второй из пары перекладывает подушки, пока пара не дойдет до ориентира, затем участники меняются местами.



Эстафетное задание «Дружная пара»

Дети встают в две колонны парами. Перед командами разложены массажные платформы, каждая на расстоянии шага ребенка. По сигналу один из пары шагает приставными шагами по платформам, второй его держит за руки. Когда ребята дошли до последней платформы, они меняются местами.

