

Картотека игр с мячом для детей 5–6 лет.

Инструктор по физической культуре Есина Л. С.

Старшая группа 5-6 лет

В возрасте 5-6 лет необходимо продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования.

«Ручеек»

Цель игры: обучение техники прокатывания мяча в движении, воспитание скоростной и силовой выносливости, ловкости, точности и координации движений.

Ход игры: участники игры выстраиваются в колонну и широко расставляют ноги, соединяя в одну линию «носок-пятка» с впереди стоящим игроком. По сигналу один игрок, стоящий впереди, оббегает колонну и прокатывает мяч под широко расставленными ногами до конца колонны, и встает вконец. Новый первый игрок повторяет тоже самое и встает в конец и т. д. Игра продолжается до тех пор, пока первый игрок снова не станет первым и не поднимет руки с мячом вверх.

Правила игры: во время игры нельзя бросать мяч, его надо сильно оттолкнуть, чтобы он вмиг прокатился под ногами всех детей.

«Я знаю 5.»

Цель игры: расширение словарного запаса детей за счет употребления обобщающих слов, развитие быстроты реакции, ловкости.

Ход игры: игроки подкидывая мячик вверх или ударяя им об землю произносят: «Я знаю пять имен мальчиков (девочек, названий городов, растений, животных, деревьев, цветов и т. д.): Слава-раз, Миша-два, Гена-три, Игорь-четыре, Валера-пять». Во время броска произносится только одно имя или название. Если игрок делает паузу, либо дважды повторяет одно название, то он выходит из игры, а мячик переходит к следующему игроку. Победил тот игрок, кто дольше всех играл с мячом и ни разу не ошибся.

Правила игры: если ребенок уже научился чеканить мяч об пол, то игра происходит под стук мячик об пол, если нет, то можно просто перекатывать мячик друг друг или подбрасывать вверх.

«Закати мяч головой»

Цель игры: укреплять мышцы туловища и конечностей, координацию движений, навыки ползания.

Ход игры: игрок передвигается на четвереньках и головой подталкивает перед собой большой мяч, не касаясь его руками в противоположный конец комнаты. Выигрывает игрок, который заталкивает мяч первым.

Правила игры: начинают игроки одновременно от черты, линии.

«Кати в цель»

Цель игры: развивать ловкость, внимательность, зрительно – моторную координацию.

Ход игры: поперёк зала натягивается верёвка, на неё на проволочках низко над полом подвешены квадраты из плотного картона. Расстояние между квадратами 20 см., вызванные дети встают на исходную линию в 3 м. от

верёвки и по сигналу катят мяч в цель. Идут за мячами, катят ещё раз, после чего передают следующим.

«Попади в ворота»

Цель игры: развивать ловкость, внимательность, зрительно – моторную координацию.

Ход игры: дети делятся на две команды. По одному ребёнку от каждой команды встают на исходную линию. Перед ними на расстоянии 5 м выкладываются ворота из набивных мячей. От исходной линии нужно попасть в ворота, ударяя ногой по мячу (внутренней стороной стопы). Выигрывает та команда, в которой больше игроков, попавших в ворота.

«Выстрели мячом»

Цель игры: развивать ловкость, внимательность.

Ход игры: дети распределяются на две команды и рассаживаются на пол по кругу на расстоянии вытянутых в стороны рук. В каждом кругу маленький мяч. Нужно взять его тремя пальцами (большим, указательным и средним, резко нажать на него и пустить по полу – «выстрелить»). Все пальцы должны нажимать на мяч одновременно, равномерно. Играющий, которому направили мяч, старается его поймать и таким же способом послать следующему. Побеждает та команда, у которой «выстрелы» достигали цели.

«Стой!»

Цель игры: развивать слуховое внимание, ориентировку в пространстве, ловкость, зрительно-двигательную координацию.

Ход игры: дети стоят в кругу. Взрослый подбрасывает мяч высоко вверх и называет имя ребёнка. В этот момент все разбегаются в разные стороны. А тот, чьё имя было названо быстро подбегает, ловит мяч и кричит: «Стой!». Все играющие останавливаются на том месте, где их застал сигнал. Водящий бросает мяч в ноги кого-то из играющих. Если он попадёт, ребёнок быстро ловит мяч и кричит: «Стой!» и бросает мячом в кого-то опять и т. д. если водящий ни в кого не попадёт, он бежит за мячом, берёт его и снова бросает до тех пор, пока не осалит кого-то. Когда водящий бросает мяч, все должны находиться на своих местах. Можно увёртываться, подпрыгивать, приседать и т. д.

«Быстро отвечай»

Цель игры: развитие логического мышления, внимания, памяти, быстроту реакции

Ход игры: дети стоят в кругу. В центре взрослый с мячом. Он по очереди задаёт каждому ребёнку вопрос, например: «Как зовут твою маму?» или «Какое число следующее после пяти?» и т. д. Затем бросает ребёнку мяч, он быстро отвечает на вопрос и бросает мяч обратно взрослому. В случае, если ребёнок не отвечает в течение 5 сек., он передаёт мяч соседу и вопрос переадресовывается ему.

«Летучий мяч»

Цель игры: развивать ловкость, внимание, быстроту реакции.

Ход игры: играющие встают в круг, водящий находится в середине круга. По сигналу дети начинают перебрасывать мяч друг другу через центр круга. Водящий старается задержать мяч, поймать или коснуться его рукой. Если ему

это удалось, то он встает в круг, а тот, кому был брошен мяч, становится водящим.

Правила игры: играющим разрешается при ловле мяча сходить с места. Играющие не должны задерживать мяч. Водящий не может коснуться мяча, когда он находится в руках игрока.

«Зевака»

Цель игры: развивать внимание, координацию движений, ловкость, прослеживающую функцию глаза.

Ход игры: дети встают в круг на расстоянии одного шага друг от друга. У одного из играющих в руках мяч. По команде педагога ребенок начинает перебрасывать мяч, называя по имени того, кому бросает мяч. Мяч необходимо поймать. Кто уронил мяч встает в центр круга и выполняет любое упражнение с мячом.

Правила игры: мяч перебрасывается через центр круга. Если играющий при выполнении упражнения уронил мяч, ему даётся дополнительное задание.

«Играй, играй, мячик не теряй»

Цель игры: развивать координацию движений, ловкость, зрительно – двигательную координацию.

Ход игры: дети располагаются по залу в свободном порядке. Каждый играет с мячом, выполняя действия по своему выбору: бросает вверх и о пол, отбивает мяч на месте и в движении; бросает мяч о стену, в корзину. После сигнала взрослого все должны поднять мяч вверх.

«Быстрый мяч»

Цель игры: развивать координацию движений, ловкость, фиксацию взора.

Ход игры: играющие стоят по кругу, бросают, ловят и отбивают мячи, читая стихи:

Разноцветный быстрый мячик *Дети бросают мяч вверх и ловят*

Без запинки скачет, скачет.

Часто, часто, низко, низко. *Отбивают о землю*

От земли к руке так близко.

Скок и скок, скок и скок, *Бросают вверх и ловят*

Не достанешь потолок.

Скок и скок, стук и стук, *Отбивают о землю*

Не уйдешь от наших рук.

Правила игры: бросать, отбивать и ловить мяч ритмично, в соответствии с текстом стиха.