

## Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей старшего дошкольного возраста

### **Береги руки**

Играющие образуют круг, стоя на расстоянии одного шага друг от друга. Воспитатель назначает одного водящего, который становится в середине круга.

Дети вытягивают руки вперед ладонями вверх.

По сигналу воспитателя: «Береги руки!» водящий старается коснуться ладоней одного из играющих.

Как только стоящий в кругу ребенок заметит, что водящий хочет коснуться его рук, он тотчас прячет их за спину.

Те дети, до ладоней которых дотронулся водящий, считаются проигравшими. Когда появятся 2-3 проигравших, водящий выбирает вместо себя другого ребенка (но не из числа проигравших) и меняется с ним местом.

### **Волшебное слово**

Водящий показывает различные движения и обращается к играющим со словами «Поднимите руки, стойте, присядьте, встаньте на носочки, шагайте на месте...» и т. д.

Играющие повторяют движения лишь в том случае, если водящий добавит слов «пожалуйста». Тот, кто ошибается, выходит из игры.

### **Горячие руки**

Дети образуют круг.

Водящий встает в центре круга. Стоящие вокруг него играющие поднимают руки до уровня пояса и держат их ладонями вверх.

Водящий стремится осалить кого-нибудь по ладони. Играющие, спасаясь, быстро опускают руки. Тот, кого водящий осалит, становится водящим.

Если играющих много, водящими могут быть два, три человека. Играющие могут не убирать руки, а поворачивать их ладонями вниз.

Игра проходит живее, когда водящий пытается быстро перемещаться по кругу в разных направлениях.

### **Зеваки**

Дети образуют круг и идут по кругу друг за другом.

По сигналу водящего: «Стоп!» останавливаются, четыре раза хлопают в ладоши, поворачиваются на 180° и начинают движение в обратную сторону. Совершивши ошибку выходит из игры.

### **Земля, вода, воздух**

Дети садятся в круг или в ряд.

Ведущий ходит между ними и, указывая по очереди на каждого, произносит слово «Вода!». Ребенок, на которого он указал, должен назвать рыбу или животное, которое живет в воде.

Если водящий произнес слово «земля», ребенок называет того, кто живет на земле. Если названо слово «воздух» — того, кто летает.

### **Золотые ворота**

Назначаются двое ведущих. Они встают, взявшись за руки, и поднимают их вверх, показывая ворота. Все остальные участники проходят через ворота, проговаривая:

Золотые ворота

Пропускают не всегда.

Первый раз прощается,

Второй раз — запрещается,

А на третий раз

Не пропустим вас.

Ведущие опускают руки по окончании стиха. Перед кем закрылись ворота, тот участник встает вместе с ведущими, поднимают руки.

Игра продолжается до тех пор, пока все участники не превратятся в ворота.

### **Ипподром**

Дети стоят в кругу или врассыпную.

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

Лошадка бежит, бежит. (Хлопаем руками по коленкам.)

Лошадка идет по траве. (Трем ладошки рук.)

А тут барьер (Набираем воздух в рот и ударяем по щекам.)

И еще барьер...

Действия меняются. Игра повторяется несколько раз.

### **Краски**

Дети выбирают «хозяина» и двух «покупателей», все остальные играющие – «краски».

Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его хозяину. Когда все краски выберут цвет, хозяин приглашает одного из покупателей.

Покупатель стучится:

— Тук-тук!

— Кто там?

— Покупатель.

— Зачем пришел?

— За краской.

— За какой?

— За голубой.

Если голубой краски нет, хозяин говорит:

Иди по голубой дорожке,

Найди голубые сапожки,

Поноси да назад принеси!

Если же покупатель угадал цвет краски, он забирает краску себе.

Подходит второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. Так покупатели проходят по очереди и разбирают краски.

Выигрывает покупатель, который угадал больше красок.

При повторении игры он выступает в роли хозяина, а покупателей выбирают играющие.