

Картотека подвижных игр для обучения детей соблюдению безопасного расстояния

1. «Мышки и домики» или «Уголки»

С помощью считалки выбирается водящий. Остальные дети встают в кольца или начерченные на полу на безопасном расстоянии круги и занимают в них места – "Мышки в домиках". Водящий подходит к какому-нибудь домику и говорит: "Мышка, мышка, продай домик!" Та отказывается. Тогда водящий идет к другой "мышке". В это время "мышка", отказавшая продать дом, вызывает кого-нибудь из игроков и меняется с ним местом. Водящий стремится занять место одного из перебегающих. Если это ему удастся, то оставшийся без места становится водящим. Если не удастся, то он ходит от домика к домику с просьбой продать дом. Если водящий скажет: "Кошка идет!", то все должны поменяться местами, а водящий стремится занять чей – либо домик.

2. «По местам»

Играющие образуют круг. Перед каждым ребенком на безопасном расстоянии от других детей лежит предмет (кубик, мешочек, кегля). По сигналу все разбегаются по залу (площадке) в разные стороны, а воспитатель убирает один предмет. На сигнал "По местам!" все играющие должны быстро встать в круг и занять место у какого – либо предмета. Тот, кто остался без места, считается проигравшим.

3. «Ключи»

Играющие становятся в круги, начерченные в любом порядке (или выложенные из коротких шнуров) на расстоянии 2м один от другого.

Выбирается водящий. Он подходит к одному из игроков и спрашивает: "Где ключи?" Тот отвечает: "Пойди к ... (называет одного из детей), постучи!" В это время другие дети стараются поменяться местами. Водящий должен быстро занять свободный кружок во время перебежки. Если водящий долго не может занять кружок, он кричит: "Нашел ключи!" Тогда все играющие меняются местами, оставшийся без места становится водящим.

4. «Сделай фигуру»

По сигналу воспитателя все дети разбегаются по залу. На следующий сигнал (удар в бубен) все играющие останавливаются на месте, где их застала команда, и принимают какую-либо позу. Воспитатель отмечает тех, чьи фигуры получились интереснее, наиболее удачными. Условием игры оговаривается, что дети должны стоять на достаточном расстоянии друг от друга.

5. «Караси и щука»

Один ребёнок выбирается щукой, остальные делятся на две группы. Одна из них образует круг с соблюдением дистанции – руки в стороны и не должны касаться рук соседа – это камешки, другая – караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за пределами круга. По сигналу воспитателя – щука – она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат занять место за кем-нибудь из играющих и присесть за камешки. Пойманные караси уходят за круг и подсчитываются. Игра повторяется с другой щукой.

Варианты: караси плавают не только в кругу, но и между камней, щука находится в стороне. Можно выбрать две щуки.

6. «Пустое место»

Играющие становятся в круг с соблюдением дистанции – руки в стороны и не должны касаться рук соседа. Выбирается водящий. Он ходит вне круга и говорит:

*«Вокруг домика хожу
И в окошечки гляжу,
К одному я подойду
И тихонько постучу».*

После слов «постучу», водящий останавливается, заглядывает в окошко между детьми и, смотря на одного из них, говорит: «Тук, тук, тук». Стоящий впереди спрашивает: «Кто пришёл?», - водящий называет своё имя. Стоящий в кругу спрашивает: «Зачем пришёл?», - водящий отвечает: «Бежим наперегонки», – и оба бегут вокруг играющих в разные стороны. В кругу оказывается пустое место. Тот, кто добежит до него первым, остаётся в кругу, опоздавший становится водящим, и игра продолжается.

7. «Бездомный заяц»

Выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные зайцы чертят себе кружочки и каждый встаёт в свой домик. Условие: чертить домики на достаточном расстоянии друг от друга. Бездомный заяц убегает от охотника, он может спастись от него, забежав в любой кружок, тогда стоявший в домике заяц должен сейчас же убегать, потому что он теперь бездомный заяц и охотник будет его ловить. Как только охотник осалил зайца, он сам становится зайцем, а бывший заяц – охотником.

8. «Ворон»

Дети стоят по кругу. Для соблюдения безопасного расстояния на земле нарисованы полоски. Выбирается заранее один ребенок – ворон (он стоит в кругу вместе со всеми).

Ой, ребята, та-ра-ра!

На горе стоит гора,

(дети идут к центру круга дробным шагом)

А на той горе дубок,

А на дубе воронок.

(тем же шагом дети идут назад, расширяя круг, и оставляют в центре «ворона»)

Ворон в красных сапогах,

В позолоченных серьгах.

(ворон пляшет, дети повторяют его движения)

Черный ворон на дубу,

Он играет во трубу.

Труба точеная,

Позолоченная,

Труба ладная,

Песня складная.

С окончанием песни «ворон» выбегает из круга, все закрывают глаза. Ворон обегает круг, дотрагивается до чьей-нибудь спины, а сам становится в круг. С началом песни ребенок, до которого дотронулись, становится вороном.

9. «Шмель»

Играющие сидят по кругу на достаточном расстоянии друг от друга. Внутри круга по полу перекатывается мяч. Играющие руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого, (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг.

Правила: Мяч откатывать только руками; нельзя ловить, задерживать мяч.

10. «Третий лишний»

Играющие становятся парами по кругу лицом к центру так, что один из пары находится впереди, а другой - сзади него. Расстояние между парами — 1—2 м. Двое водящих занимают место за кругом: один убегает, другой его ловит. Спасаясь от погони, убегающий может встать впереди любой пары. Тогда стоящий сзади оказывается "третьим лишним" и должен убежать от второго водящего. Если, догоняющий коснется убегающего, то они меняются ролями. Никто не должен мешать игроку убежать от преследователя.

11. «Зевака»

Дети встают в круг на расстоянии 1.5 м. 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: Мяч перебрасывается через центр круга. Если играющий при выполнении упражнения уронил мяч, ему даётся дополнительное задание.

12. «Мяч водящему»

Играющие становятся в 3-4 колонны (или 3-4 круга). Расстояние между играющими 1.5 м. На расстоянии 2-2,5м от каждой колонны встает водящий с мячом. По сигналу воспитателя водящие бросают мяч стоящим первыми игрокам, а те, поймав их, возвращают обратно и бегут в конец своей колонны. Затем водящие бросают мячи следующим игрокам и т.д.

Использованы материалы с сайтов

<https://infourok.ru/kartoteka-podvizhnyh-igr-starshego-vozrasta-3319744.html>

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2018/08/04/kartoteka-podvizhnyh-igr-0>

Картотека игр, в правила которых внесены изменения для сохранения между детьми безопасного расстояния

1. «Воробьи и кошки»

На земле чертится круг диаметром 3-4 м. **(Диаметр круга увеличиваем таким образом, чтобы между игроками было не менее 1.5 м.)** Один из детей - кошка. Кошка сидит в середине круга. Все остальные - воробьи - становятся за чертой, вне круга. **(Чтобы сохранить в процессе игры безопасное расстояние между детьми, за начерченным кругом выкладываем на безопасном расстоянии обручи – домики для воробышков).** Воробьи по сигналу воспитателя прыгают в круг и из него. Кошка неожиданно вскакивает и старается поймать *(запятнать)* кого-либо из воробьев, не успевших выпрыгнуть из круга. Пойманный выходит из игры. Когда кошка поймают 2-3 воробьев, выбирается новая кошка из числа непопавших, и игра возобновляется. Пойманных можно не исключать из игры, а только запоминать. В заключение игры следует отметить самую ловкую кошку и лучшего воробья *(кого ни разу не поймали)*.

Правила игры. Кошка ловит воробьев только в кругу. Воробьи прыгают на двух ногах; если кто-либо из них пробежал через круг, он считается пойманным.

2. «Северный и южный ветер»

Выбирают двух водящих. Одному на руку повязывают синюю ленту – это северный ветер, другому красную – это южный ветер. Остальные дети бегают по площадке. Северный ветер старается заморозить как можно больше детей, дотронуться до них рукой. **(Дотронуться не рукой, а длинной лентой, и прокричать : «Заморозил»).** Замороженные принимают какую – либо позу (руки в стороны, вверх, на пояс, стоят на

одной ногой и т.п.). Южный ветер стремится разморозить детей, так же дотрагиваясь рукой и восклицая: "Свободен!" (**Не дотронуться, а облететь вокруг ребенка**). Через 2-3 мин назначают новых водящих, и игра повторяется.

3. «Птички и клетка»

Дети распределяются на две группы. Одна образует круг в центре площадки (дети идут по кругу, держась за руки) – это клетка (**Дети идут, держась за длинную веревку, к которой привязаны метки – ленты на расстоянии не менее 1.5 м.**). Другая подгруппа – птички. Они летают за кругом на расстоянии 2-3 м. Воспитатель говорит: "Открыть клетку!" Дети, образующие клетку, поднимают веревку вверх. Птички влетают в клетку (в круг) и тут же вылетают из нее. Воспитатель говорит: "Закрывать клетку!" дети опускают руки. Птички, оставшиеся в клетке, считаются пойманными. Они встают в круг. Клетка увеличивается, и игра продолжается, пока не останется 1-3 птички. Затем дети меняются ролями.

4. «Карусель»

Играющие образуют круг. (**Дети держатся не за руки, а за обручи по цепочке**). Дети поворачиваются налево и говорят стихотворение: "Еле, еле, еле, еле, завертелись карусели. А потом кругом, кругом, все бегом, бегом, бегом". В соответствии с текстом стихотворения дети идут по кругу, сначала медленно, потом быстрее, затем бегут. Дети бегут 2 раза по кругу, воспитатель меняет направление движения, говоря: "Поворот". Затем воспитатель продолжает вместе с детьми: "Тише, тише, не спишите, карусель остановите. Раз, два, раз, два, вот и кончилась игра!". Движения карусели становятся все медленнее. При словах "Вот и кончилась игра" дети останавливаются.

5. «Совушка»

На площадке обозначается гнездо совы. Остальные – мышки, жучки, бабочки. По сигналу "День!" - все ходят, бегают. Через некоторое время звучит сигнал "Ночь!" и все останавливаются, оставаясь в той позе, в которой их застала команда. Совушка просыпается, вылетает из гнезда, обегает вокруг детей, внимательно наблюдает, и того, кто пошевелится, уводит в свое гнездо. (**Если ребенок стоит слишком близко к кому – то из других детей, сова тоже забирает к себе в гнездо**). По сигналу: "День!" - игра продолжается.

6. «Быстро передай»

Играющие становятся в 3-4 шеренги и располагаются в полушаге друг от друга. (**На расстоянии 1.5 – 2 м.**) У первого игрока в каждой шеренге мяч большого диаметра. По сигналу воспитателя дети начинают передавать мяч друг другу из рук в руки. (**Перебрасывать**). Последний в шеренге игрок, получив мяч, поднимает его над головой.

7. «Успей выбежать»

Играющие встают в круг. В центр круга выходят 5-6 ребят. Стоящие в кругу берутся за руки (**берутся за обручи или за веревку с метками на расстоянии 1.5 м.**) и начинают бег вправо или влево (или быструю ходьбу), а ребята в центре круга хлопают в ладоши. По сигналу воспитателя "Стой!" бегущие по кругу быстро останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх (**Обручи или веревку**). Педагог вслух считает до трех. За это время стоящие в центре круга должны быстро выбежать из круга. После счета «три» дети опускают руки. Тот, кто остался в кругу, считается проигравшим.

8. «Гори, гори ясно»

Дети выстраиваются пара за парой. (**Не держатся за руки, а стоят на расстоянии 1.5 – 2 м.**). Водящий становится впереди. Ему не разрешается оглядываться. Все поют:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Глянь на небо –

Птички летят, колокольчики звенят!

Когда песня заканчивается, дети, стоявшие в последней паре, разъединяются и оббегают стоящих в парах (один слева, другой справа). Они стараются впереди схватиться за руки. (**Схватиться с двух сторон за обруч, который лежит перед водящим**). Водящий, в свою очередь, старается поймать кого-нибудь из бегущих. Пойманный становится с водящим в первой паре, а оставшийся без пары становится новым водящим. Если же пара бегущих успевает соединиться раньше, чем водящий успеет кого-либо поймать, то эта пара становится впереди, игра продолжается с прежним водящим.

9. «С кочки на кочку»

На земле чертят две линии – два берега, между которыми болото. Играющие распределяются парами на одном и другом берегу. (**На расстоянии 1.5 м.**) Воспитатель чертит на болоте кочки (плоские кольца) на разном расстоянии друг от друга: 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90см. Двое детей по сигналу прыгают с кочки на кочку, отталкиваясь двумя ногами или одной, не становясь между кочками, стараясь перебраться на берег. Тот, кто оступился, остаётся в болоте. Выходит следующая пара. Когда все выполняют задание, воспитатель назначает, кому выводить детей из болота. Тот подаёт увязшему ребёнку руку (**Обруч**) и показывает прыжками путь выхода из болота.

Варианты: соревнование: «Кто быстрее переберётся через болото».

10. «Удочка»

Дети стоят по кругу, в центре воспитатель. (**Дети должны стоять и прыгать в своих нарисованных на земле кругах**) Он держит в руках верёвку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает верёвку над самым полом, дети подпрыгивают на двух ногах вверх, так чтобы мешочек не задел их ног. Через 2-3 круга, делается пауза, и подсчитываются пойманные. (**Если ребенок выпрыгнул из домика, также считается пойманным**)

11. «Мышеловка»

Игроки делятся на две неравные группы, меньшая группа образует круг – мышеловку, остальные изображают мышей и находятся вне круга. Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки (**Берутся за обручи или веревку с метками на расстоянии 1.5 м.**), идут по кругу и говорят:

*«Ах, как мыши надоели,
Развелось их просто страсть.
Всё погрызли, всё поели,
Всюду лезут - вот напасть.
Берегитесь же плутовки,
Доберёмся мы до вас.
Вот поставим мышеловки,
Переловим всех зараз!»*

По окончании слов, дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. (**Обручи или веревку**) Мыши вбегают в мышеловку и тут же выбегают с другой стороны. По сигналу воспитателя «хлоп!» дети, стоявшие в кругу, опускают руки и приседают – мышеловка захлопнута. Мыши, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными, они становятся в круг.

12. «Затейники»

Выбирается водящий-затейник, который встает в центр круга, образованный детьми. Взявшись за руки, **(За веревку с метками на расстоянии 1.5 м.)** дети идут по кругу и произносят:

«Ровным кругом друг за другом

Мы идём за шагом шаг.

Стой на месте дружно вместе

Сделаем вот так...»

Дети останавливаются, опускают руки, а затейник показывает какое-нибудь движение, и все должны его повторить. Игра повторяется с другим затейником.