

**картотека  
подвижных игр  
с элементами соревнований  
для детей 6 - 7 лет**



*Котьякина Татьяна Анатольевна  
воспитатель первой квалификационной категории  
МБДОУ д/с №2 г. Курлово*

*2024 год*

## Подвижные игры с элементами соревнований для детей 6 – 7 лет.

### Перечень подвижных игр с элементами соревнований:

1. «Быстро возьми, быстро положи» (игра с бегом).
2. «Перемени предмет» (игра с бегом).
3. «Чье звено скорее соберется?» (игра с бегом).
4. «Кто скорее докатит обруч до флажка?» (игра с бегом и прокатывание обруча).
5. «Кто самый меткий?» (игра с метанием).
6. «Веселые соревнования» (игра с бегом, прыжками).
7. «Дорожка препятствий» (игра с разными ОВД).
8. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?» (игра с бегом и пролезанием в обруч).
9. «Чья команда забросит в корзину больше мячей?» (игра с элементами баскетбола).
10. «Быстро передай» (игра с элементами баскетбола).
11. «Пас на ходу» (игра с элементами баскетбола).
12. «Перепрыгни – не задень» (игра с прыжками).
13. «Лягушки» (игра с прыжками и бросанием мяча).
14. «Переноска мячей» (игра с бегом).
15. «Быстро возьми» (игра с бегом).
16. «Быстро встань в колонну» (игра с бегом).
17. «Передай мяч» (игра с передачей мяча).
18. «Передача мяча в шеренге (или по кругу)» (игра с передачей мяча).
19. «Передал – садись» (игра с перебрасыванием мяча).
20. «Кто скорее до мяча» (игра с бегом).
21. «Мяч о стенку» (игра с бросанием и ловлей мяча).
22. «Передача мяча в колонне» (игра с передачей мяча).
23. «Не задень» (игра с бегом).
24. «Вьюны» (игра с поворотами).

### 1. «Быстро возьми, быстро положи» (игра с бегом).

**Цель:** совершенствовать навыки детей бега в быстром темпе, развивать ловкость.

**Оборудование:** стулья, погремушки или кубики, корзины.

**Описание.** На одной стороне площадки стоят 3—4 стула, на каждом по 2—3 погремушки или небольших кубика. На другой стороне на расстоянии 5—6 м

стоят 3—4 ящика или корзины. Трём-четырем детям предлагают взять по одному предмету, бегом перенести их и положить в ящик. Физически крепким детям можно добавить еще один предмет или немного (на 1—2 м увеличить расстояние для бега). Детей подбирать примерно одинаковых по силам.

### 2. «Перемени предмет» (игра с бегом).

**Цель:** развивать быстроту бега, умение быстро реагировать на сигнал.

**Оборудование:** мешочки с песком, кубики (шишки, камушки).

**Описание.** На одной стороне площадки чертят 4—5 кружков на расстоянии шага один от другого, в каждом по мешочку с песком. На противоположной стороне выстраиваются играющие в 4—5 колонн против каждого кружка. Каждый первый в колонне получает кубик (шишку, камешек). По сигналу дети бегут к кружкам, кладут в них кубики, берут мешочки с песком и возвращаются на места.

**Примечания:** предмет нужно класть в кружок, не бросать; если предмет не точно положен и кружок, играющий должен вернуться и поправить предмет.

### 3. «Чье звено скорее соберется?» (игра с бегом).

**Цель:** упражнять в беге врассыпную, умении слушать сигнал воспитателя; развивать внимание.

**Оборудование:** предметы по количеству человек в звеньях (разнообразные для каждого звена).

**Описание.** Дети распределяются на два, три звена. Каждое звено выбирает определенный предмет – один одинаковый на все звено. В разных концах зала устанавливаются места для звеньев. По сигналу воспитателя дети ходят или бегают в разных направлениях. По сигналу «На места!» бегут и строятся у соответствующего предмета в звено.

**Усложнение:** воспитатель меняет места предметов в процессе игры.



#### **4. «Кто скорее докатит обруч до флажка?» (игра с бегом и прокатывание обруча).**

**Цель:** приучать детей выполнять задание точно, качественно; развивать у детей быстроту; формировать умение правильно передавать эстафету.

**Оборудование:** обручи, палки, флажки.

**Описание.** Играющие делятся на звенья, встают в четыре колонны за чертой. У первых в колоннах в руках обручи, воспитатель даёт команду - «Кати!» первые в колоннах катят обручи по направлению к флажкам, подталкивая их руками, огибают с обручем флажок, возвращаются в свои колонны и передают обручи следующему, хлопнув по плечу. Игра заканчивается, когда стоявший в колонне, последними выполняющий задание. Выигрывает звено, которое быстрее закончит игру.

**Варианты:** подталкивать обруч палочкой; как только игрок получает палочку, он сейчас же бежит к флажку, прокатывая палочкой обруч и т.д.

#### **5. «Кто самый меткий?» (игра с метанием).**

**Цель:** закреплять умение детей бросать мешочки с песком в вертикальную цель сверху из-за головы, стараясь попасть в неё. Развивать глазомер, моторику рук.

**Оборудование:** мишени, мешочки для метания в цель.

**Описание.** Дети делятся на 4-5 звеньев. У одной из сторон комнаты проводится черта, а на расстоянии 3 метров от неё ставится 4-5 одинаковых мишеней. Дети по одному из каждого звена выходят на линию и бросают мешочек, стараясь попасть в цель. В конце подсчитывается количество очков в каждом звене.

**Варианты:** Можно увеличить расстояние 5м., мишень можно сделать из подвешенных обручей.

#### **6. «Веселые соревнования» (игра с бегом, прыжками).**

**Цель:** приучать детей выполнять задание точно, качественно; развивать у детей координацию движений, ловкость, быстроту; формировать умение правильно передавать эстафету.

**Оборудование:** обручи, флажки.

**Описание.** Играющие становятся в 3 - 4 колонны у общей черты на расстоянии 2 - 3 шагов одна от другой. В каждой колонне одинаковое число играющих. Перед каждой колонной прочерчена «дорожка» из двух параллельных линий длиной 3 м. (расстояние между линиями 20 - 25 см.). Далее через «дорожки» проведены две перпендикулярные линии на расстоянии 70 - 80 см. («канавки»), и затем на небольшом расстоянии от них лежат обручи.

По сигналу взрослого первые дети бегут по дорожкам, перепрыгивают «канавки», подбегают к обручам, берут их, надевают на себя и опускают на землю. После этого они быстро возвращаются в конец своей колонны. Прибежавшему первым, дают флажок или другой значок. Колонна, у которой больше флажков, считается победившей.

**Варианты:** первые дети, выполнив задания, возвращаются, при этом они должны коснуться рукой вторых игроков и стать в конец колонны; вторые игроки бегут сразу же, как только до них дотронулись; выигрывает звено, которое быстрее закончит игру.

### **7. «Дорожка препятствий» (игра с разными ОВД).**

**Цель:** закреплять умение детей преодолевать полосу препятствий на скорость, выполнять задания точно, качественно; развивать у детей координацию движений, ловкость, быстроту; формировать умение правильно передавать эстафету.

**Оборудование:** барьеры (дуги), скамья (бревно), набивные мячи, мешочки для метания.

**Описание.** В качестве препятствий могут быть различные пособия: скамейки, дуги, барьеры, цели для метания. Порядок преодоления препятствий может быть любым, например: подлезть под несколькими дугами (рейками), пройти по скамье (или бревну), обежать набивные мячи (4 мяча, положенных на расстоянии 1 м один от другого), перепрыгнуть с места через две линии, проползти по скамье, пробежать с маленьким мячом (или мешочком с песком) 6-7 м и метнуть его в цель. По сигналу взрослого первые дети бегут по дорожкам, преодолевая препятствия, затем возвращаются и встают в конец своей колонны. Прибежавшему первым, дают флажок. Звено, у которого больше флажков, считается победившей.

Оцениваются быстрота и точность выполнения задания.

**Варианты:** первые дети, выполнив задания, возвращаются, при этом они должны коснуться рукой вторых игроков и стать в конец колонны; вторые игроки бегут сразу же, как только до них дотронулись; выигрывает звено, которое быстрее закончит игру.



**8. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?» (игра с бегом и пролезанием в обруч).**

**Цель:** совершенствовать навыки пролезания в обруч сверху и снизу; развивать ловкость и быстроту движений.

**Оборудование:** кегли, обручи.

**Описание.** 4—5 детей на одной стороне площадки. На противоположной стороне лежат флажки (кубики, кегли). На середине площадки напротив каждого играющего положено по два обруча. По сигналу дети бегут к обручам, пролезают в один снизу и кладут его на пол, в другой— сверху и также кладут на пол, добегают до флажка, поднимают его вверх.

Выигрывает тот, кто правильно выполнил задание и прибежал первым.

**Примечания:** обруч не бросать, класть на пол; пролезать в обручи одним и другим способом.

**9. «Чья команда забросит в корзину больше мячей?» (игра с элементами баскетбола).**

**Цель:** закреплять умение детей бросать мяч в цель в горизонтальном направлении двумя руками от груди.

**Оборудование:** баскетбольные мячи.

**Описание.** Дети становятся в 2 колонны напротив баскетбольных щитов на расстоянии 1,5-2 м. (Броски мяча в корзину 2-мя руками от груди).

**10. «Быстро передай» (игра с элементами баскетбола).**

**Цель:** развивать быстроту и точность движений при передаче мяча.

**Оборудование:** баскетбольные мячи.

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

**11. «Пас на ходу» (игра с элементами баскетбола).**

**Цель:** развивать внимание, быстроту и точность движений при передаче мяча.

**Оборудование:** баскетбольные мячи.

**Описание.** Играющие распределяются на пары, и становятся на исходную линию. В руках у одного игрока каждой пары мяч большого диаметра. По сигналу воспитателя дети, бросая по ходу мяч друг другу, передвигаются на противоположную сторону зала (площадки) до обозначенной черты (дистанция 10м). Отмечается пара, которая быстро и без потери мяча достигла линии финиша.

### **12. «Перепрыгни – не задень» (игра с прыжками).**

**Цель:** упражнять в прыжках на двух ногах; развивать силу и ловкость.

**Оборудование:** веревка (длина 1,5 – 2м).

**Описание.** Играющие строятся в две колонны и становятся на расстоянии двух шагов друг от друга. Перед каждой колонной становятся двое водящих с натянутой веревкой в руках (длина 1,5 – 2м). Водящие приподнимают веревку на высоту 20см и по сигналу воспитателя проводят ее под ногами играющих, а те должны перепрыгнуть через веревку.

### **13. «Лягушки» (игра с прыжками и бросанием мяча).**

**Цель:** упражнять детей в бросании и ловле мяча; совершенствовать прыжки на двух ногах.

**Оборудование:** 3 – 4 мяча среднего или малого диаметра.

**Описание.** Дети строятся в 3 или в 4 колонны и становятся перед стенкой у исходной черты. В руках у первых в колонне игроков мяч среднего или малого диаметра (в зависимости от подготовленности детей). Расстояние до стенки 1,5 – 2м. Ребенок бросает мяч о стенку, и перепрыгивают через него после отскока о пол (землю). Второй ребенок в колонне подхватывает мяч, бросает о стенку, перепрыгивает через мяч после отскока и так далее. Каждый следующий игрок после выполнения упражнения встает в конец своей колонны.

### **14. «Переноска мячей» (игра с мячом).**

**Цель:** развивать умение выполнять движения по сигналу; упражнять в быстром беге.

**Оборудование:** обруч большого диаметра, мячи малого диаметра по количеству детей.

**Описание.** Игроки строятся в четыре колонны и встают по четырем сторонам зала (площадки). В центре находится обруч большого диаметра (или корзина), в котором лежат малые мячи по количеству играющих детей. По команде воспитателя дети, стоящие в колоннах первыми, бегут к обручу, берут один мяч, возвращаются и становятся в конец своей колонны. Вторые игроки начинают бег после того, как первые пересекут обозначенную линию, и т.д. Побеждает команда, быстро и без ошибок выполнившая задание.



### **15. «Быстро возьми» (игра с бегом).**

**Цель:** развивать умение выполнять движения по сигналу.

**Оборудование:** кубики (мячи, кегли) на 2 – 3 меньше, чем игроков.

**Описание.** Играющие образуют круг и выполняют бег вокруг предметов (кубики, мячи, кегли); предметов на 2 – 3 меньше, чем игроков.

Неожиданно педагог подает сигнал: «Быстро возьми!». Каждый игрок должен взять предмет и поднять его над головой. Тот, кто не успел взять предмет, считается проигравшим.

### **16. «Быстро встань в колонну» (игра с бегом).**

**Цель:** развивать внимание и быстроту движений.

**Оборудование:** три кубики разного цвета.

**Описание.** Играющие строятся в три колонны (перед каждой колонной кубик своего цвета). Воспитатель предлагает запомнить свое место в колонне и цвет кубика. По сигналу играющие разбегаются по всему залу (площадке). Через 30-35 сек. Подается сигнал «Быстро в колонну!», и каждый ребенок должен быстро занять свое место в колонне.

### **17. «Передай мяч» (игра с передачей мяча).**

**Цель:** упражнять в выполнении заданий с мячом.

**Оборудование:** 3 – 4 мяча большого диаметра.

**Описание.** Играющие строятся в 3 – 4 колонны. Расстояние между детьми в колонне один шаг. Первый игрок в колонне получает мяч (большой диаметр). По сигналу воспитателя первые игроки передают мяч двумя руками назад между ног и бегут в конец своей колонны. Следующие игроки передают мячи назад и бегут в конец своей колонны и так далее. Когда впереди колонны вновь окажется первый игрок, он поднимает мяч высоко над головой. Воспитатель отмечает команду – победителя.

### **18. «Передача мяча в шеренге (или по кругу)» (игра с передачей мяча).**

**Цель:** развивать быстроту и точность движений при передаче мяча.

**Оборудование:** 3 – 4 мяча большого диаметра.

**Описание.** Играющие строятся в 3– 4 шеренги. В руках у первого игрока в каждой шеренге мяч (большой диаметр). По сигналу воспитателя дети начинают передавать мяч друг другу в шеренге. Как только последний игрок в шеренге получит мяч, он поднимает его над головой и все играющие должны повернуться кругом и передавать мяч в обратном направлении. Первый в шеренге получает мяч, все дети снова поворачиваются и занимают первоначальное положение. Педагог объявляет команду – победителя.

### 19. «Передал – садись» (игра с перебрасыванием мяча).

**Цель:** развивать быстроту и точность движений при перебрасывании мяча.

**Оборудование:** 2 – 3 волейбольных мяча.

**Описание.** Игра проводится в зале или на площадке. Для ее проведения требуется 2—3 волейбольных мяча. Играющие делятся на 2—3 равные команды, которые строятся за линией в колонку по одному. Впереди каждой команды в 6—8 метрах становится капитан с мячом в руках. По сигналу капитан передает мяч первому игроку своей команды. Тот, поймав мяч, возвращает его капитану и приседает. Капитан бросает мяч второму игроку и т.д. Получив мяч от последнего игрока, капитан поднимает его вверх, а вся команда быстро встает. Выигрывает команда, которая первой выполнит задание и ее капитан поднимет мяч вверх.

**Примечание:** Игрок, уронивший мяч, должен его ваять, вернуться на свое место и продолжать передачи. Также игроки не должны пропускать свою очередь.

### 20. «Кто скорее до мяча» (игра с бегом).

**Цель:** упражнять детей в беге на скорость.

**Оборудование:** малые мячи на половину игроков.

**Описание.** Дети становятся в две шеренги. Задание: как можно быстрее добежать до предмета, взять его в руки и поднять над головой (дистанция 10м). По команде воспитателя "Марш!" упражнение выполняет первая шеренга. Педагог отмечает первых трех участников. Затем вторая группа выполняет задание, педагог отмечает победителей.

### 21. «Мяч о стенку» (игра с бросанием и ловлей мяча).

**Цель:** развивать у детей внимание, ловкость; упражнять в ловле мяча двумя руками.

**Оборудование:** 3 – 4 малых мяча.

**Описание.** Дети становятся в 3 – 4 колонны перед стенкой (щитом). У игрока, стоящего первым в колонне, мяч малого диаметра. Игрок бросает мяч о стенку, затем уходит в конец своей колонны. Вторым игроком должен поймать мяч после отскока о пол и бросить его о стенку, и т.д. Побеждает команда, быстро и без потерь мяча выполнившая задание.



## **22. «Передача мяча в колонне» (игра с передачей мяча).**

**Цель:** развивать у детей ловкость, быстроту в играх с мячом.

**Оборудование:** 3 – 4 мяча большого диаметра.

**Описание.** Дети строятся в 3 – 4 колонны; расстояние между играющими один шаг. У стоящего в колонне первым – мяч (большой диаметр). По сигналу педагога дети начинают передавать мяч назад двумя руками над головой (стойка ноги на ширине плеч). Последний в колонне игрок получает мяч, бежит в начало колонны и так же передает мяч. Задание выполняется до тех пор, пока первым в колонне не окажется игрок, стоявший первым перед началом игры. Побеждает команда, быстро и без потерь справившаяся с заданием.

## **23. «Не задень» (игра с бегом).**

**Цель:** упражнять детей в ходьбе и беге змейкой, обогащать двигательный опыт, развивать координацию движений, ориентировку в пространстве.

**Оборудование:** 12 – 14 кегли.

**Описание.** Параллельно в два ряда на расстоянии 40 – 45 см друг от друга ставятся 6 – 7 кеглей от стартовой линии через 2 м. Все игроки выстраиваются в две колонны. По сигналу дети бегут друг за другом "змейкой" между кеглями, оббегая их с одной и другой стороны, возвращаясь к стартовой линии. Побеждает та команда, которая не задела ни одной кегли.

## **24. «Вьюны» (игра с поворотами).**

**Цель:** развивать у детей ловкость и ориентировку в пространстве.

**Описание.** В командах по 6 – 7 человек. Каждая команда выстраивается в колонну по одному. По сигналу стоящий первым быстро поворачивается кругом, после чего второй берёт его за пояс и они вращаются вдвоём, затем троём и так далее.

Игра заканчивается, как только последний участник одной из команд присоединится к своей колонне, и все ребята повернутся вокруг оси.

