

Картотека подвижных игр на основе гендерного подхода к дошкольникам



ИГРЫ ДЛЯ МАЛЬЧИКОВ



«Мы строим дом»

Описание: для игры необходимо 8 - 12 человек. Команды построены в колонну по одному перед стартовой линией. Сбоку от направляющих сложены деревянные или пластмассовые кирпичи (кубики). По сигналу первые номера берут по кирпичику и бегут 6 - 10 метров к обозначенному

месту, где ставят свой кирпичик. Затем быстро возвращаются назад и, сделав хлопок двумя руками о ладони следующего участника, становятся в конец колонны. Второй номер повторяет то же. Постепенно команда возводит из кирпичиков какое - либо строение. Выигрывает команда, первой закончившая «постройку дома». За плохое качество постройки можно начислять штрафные очки.

«Перетягивание в парах»

Описание: на полу, параллельно друг другу, раскладываются два длинных шнура (на расстоянии 30 - 40 см друг от друга). Участвуют две команды. Мальчики обеих команд располагаются вдоль шнуров по парам, лицом друг к другу, взявшись за руки. По сигналу, дети начинают перетягивать партнера на свою сторону. Выигрывают дети, перетянувшие своего партнера за свой шнур.

«Посадка картошки»

Описание: играющие делятся на 2 - 4 команды по 5 - 8 человек в каждой. Играть можно на открытом воздухе и в зале. Команды выстраиваются параллельно друг другу колоннами на расстоянии 1,5 - 2м. Перед стоящими впереди прочерчивается стартовая линия. На расстоянии 8 - 10м от стартовой линии против каждой команды надо начертить в ряд кружки или положить 4 - 6 обручей на расстоянии 1 - 1,5м один от другого в зависимости от размеров площадки или зала. Впереди стоящие игроки берут мешочки (детские ведерки, корзинки), наполненные «картошками» (камешками, маленькими мячами) по количеству кружков - лунок. По сигналу игроки с мешочками должны подбежать к своим кружкам (лункам) и положить по одной «картошке» в каждый кружок (лунку). Затем они возвращаются обратно и передают мешочки очередным игрокам, а сами встают в конец своей колонны. Игроки, получившие мешочки, бегут к своим лункам, собирают «картошку» в мешочки, возвращаются и передают мешочки следующим игрокам и т.д. Команда, сумевшая быстрее других закончить посадку или сбор «картошки», считается победительницей.

«Поймай шляпой мяч»

Описание: напротив каждой из команд встаёт капитан команды с большой шляпой в руках. У остальных участников команды в руках по малому мячу, который они по сигналу по очереди бросают в шляпу. Капитан команды старается этот мяч поймать. Побеждает та команда, у которой большее количество мячей достигло цели.

«Петушиный бой»

Описание: в игре участвуют двое детей, желательно примерно равных по росту и физическому развитию. Участники игры встают на одну ногу, закладывают руки за спину. Потом они начинают толкать друг друга плечами. Цель каждого игрока - постараться заставить противника встать на обе ноги. Чтобы игра была как можно больше похожа на настоящее петушиное сражение, можно во время ее исполнения покрикивать: «Ку - ка - ре - ку!».

«Защита укрепления»

Описание: для проведения игры требуется мяч и три гимнастические палки, связанные вверху в виде треножника. Играющие становятся по кругу на расстоянии вытянутых рук друг от друга. Перед ними на полу чертится круг, в центр которого ставится укрепление - треножник. Для защиты укрепления выбирается водящий, который становится в центре круга. Мяч находится у игроков, стоящих по кругу. По сигналу играющие начинают передавать друг другу мяч, чтобы выбрать удобный момент для попадания в укрепление. Водящий старается закрыть его, отбивая мяч руками и ногами. Игрок, который попал в укрепление мячом, меняется местом с водящим. Во время игры ни игрокам, ни водящему нельзя заходить за черту круга. Водящий не имеет права охватывать укрепление руками и в таком виде держать его, «охраняя». Если защитник сам уронит укрепление, то на его место встает игрок, у которого в этот момент окажется мяч.

«Соревнование ковбоев»

Описание: по сигналу, первый участник команды надевает шляпу, «садится верхом на коня» (гимнастическую палку или мяч - хоп) и скачет до ориентира, возвращается к команде и передает эстафету следующему наезднику. Соревнование можно проводить со всеми игроками - «ковбоями» вместе. Победитель тот, кто первый прискачет до финиша, преодолев полосу препятствий.

«Конное состязание»

Описание: игроки парами (конь и наездник) встают на линию старта так, чтобы не мешать друг другу. Первый игрок - конь - вытягивает руки назад - вниз, второй - наездник - берет его за руки. В таком положении пары бегут до линии финиша. Наездник, первым прискакавшим к финишу, должен подпрыгнуть и ударить ладонью по бубну, который держит взрослый (или бубен подвешен на стойке). Соревнование начинается только по сигналу, в бубен ударяет только наездник.

«Кто сильнее»

Описание: игра развивает силу и ловкость. На площадке (в зале) посередине проводится линия. Справа и слева от нее параллельно ей проводятся еще две линии на расстоянии 3м в каждую сторону. Игряющие делятся на две равные команды и выстраиваются колоннами около вторых линии лицом друг к другу по разные стороны, берутся двумя руками за канат, расположенный вдоль первой линии и колонн. По сигналу игроки начинают тянуть в свою сторону канат, стараясь перетянуть его за стартовую черту.

«Кто сильнее?»

Описание: эта игра - своеобразная разновидность перетягивания каната. Только для нее канат понадобится достаточно длинный (до 6м), концы которого связываются вместе прочным узлом. Получится большое веревочное кольцо. Двое участников состязания входят внутрь веревочного кольца и растягивают его в противоположные стороны, заведя веревку под лопатки и ухватившись за нее обеими руками. Посередине между ними проводят черту. По сигналу каждый из игроков, пятясь назад, старается перетянуть другого противника за черту.

«Разведчики, парад, засада»

Описание: водящий - взрослый предлагает детям провести военный конкурс, где нужно показать три военных действия: парадный шаг - уверенный, четкий, с высоким подниманием колена, движения рук энергичные; разведчики - осторожный, тихий шаг, корпус немного ссутуливается, голова втягивается в плечи, взгляд становится настороженным; засада - присесть на корточки, словно разведчик, и при этом наблюдать, что делается вокруг. Ведущий называет вразбивку все эти три слова, а дети должны без ошибки выполнить нужное действие, продвигаясь по кругу друг за другом или по площадке врассыпную.

«Защитник»

Описание: считалкой выбирают двое водящих - тот, которого надо будет защищать, и основной игрок - защитник. На площадке рисуется круг диаметром три метра, в его середине на корточках садится первый водящий. Второй водящий - защитник, встает рядом и кладет одну свою руку на голову первого игрока. Задача остальных играющих, которые размещаются вдоль окружности, - коснуться рукой того игрока, который сидит на корточках. Но защитник не должен допустить этого. Причем одна рука защитника должна все время находиться на голове того, кого он охраняет. Если же кому - то все - таки удалось коснуться сидящего игрока, то

этот ловкий участник сам получает почетную обязанность стать «охраняемым объектом» и занимает место на корточках в середине круга.

«Гонки на руках»

Описание: эта игра требует достаточно развитой мускулатуры на руках, поэтому в нее играют мальчики. Дети делятся на пары и отмеряют границу гонок - черту, до которой следует бежать каждой паре наперегонки с остальными. Один игрок берет второго игрока за ноги и пара передвигается к финишу. Можно условия разнообразить - пройдя половину пути, игроки меняются ролями и движутся дальше. Побеждает та пара, которая первой добралась до финиша.

«Борьба на палке»

Описание: чертится линия, двое играющих садятся по обе стороны черты лицом друг к другу, держась за палку двумя руками и упираясь ступнями друг о друга. Выигрывает тот, кто перетянет соперника.

«Силачи»

Описание: в игре участвует более трех человек, игроки сидят друг за другом на расстоянии 20 - 30см. Первый игрок лежит на спине, руки за головой, ногами удерживая большой мяч. По сигналу первый игрок опускает ноги за голову и перекачивает мяч в ноги следующему. Мяч игроки не должны потерять. Игра на вылет.

ИГРЫ ДЛЯ ДЕВОЧЕК



«Я самая красивая»

Описание: игра развивает ориентировку в пространстве, внимательность и ловкость. Девочки (8-10 человек) разбиваются на пары и становятся

напротив друг друга на расстоянии 10 - 12м, 1,5 одна от другой. У первой шеренги девочек закрыты глаза шарфом или повязкой, каждая девочка в этой шеренге держит в руках женскую шляпку. По сигналу, они быстрыми шагами идут к своей паре, стоящей напротив них, и стараются правильно надеть шляпку на голову. Девочка, которой первой надели шляпку, кричит «Я самая красивая», после чего дети меняются местами (девочки, которым надевают шляпу, могут помогать своей паре и произносить слова «Я здесь!», направляя ее движения).

«Золушка»

Описание: команду девочек делят на две равные части. Одна часть встаёт на линии старта, другая - на линии финиша, лицом друг к другу. С одной стороны участники будут «Золушками». В руках у первых девочек - золушек ведро, веник, совок. На линии движения разбросаны 5 и более кубиков - «мусор». Первый участник двигается вперёд, собирая кубики в ведро при помощи совка и веника. Вторые игроки - «вредные сестры золушки», наоборот, «разбрасывают мусор». Третьи «золушки» - снова «убирают». И т.д. По окончании эстафеты, девочки меняются ролями.

«Мы готовим суп»

Описание: игра развивает самооценку, внимание, двигательную активность; закрепляются знания об овощах. Количество играющих 5 и более человек. Все игроки (преимущественно девочки) выстраиваются в колонну по одному. В противоположном конце комнаты или площадки находятся муляжи овощей, лежащие в обруче. У ведущего в руках «ромашка». Участник команды выбирает цвет лепестка, ведущий переворачивает его и показывает, какой овощ там нарисован. Игрок должен быстро добежать до обруча, взять муляж, бегом вернуться обратно и положить овощ в общий котел. Оценивается каждый участник, правильно выполнивший задание. **Оборудование.** Муляжи овощей (или иллюстрации); «ромашка» — на обороте каждого лепестка изображены те же овощи; линия старта, обручи.

«Сегодня маме помогаем»

Описание: дети образуют круг. Взрослый находится в центре круга, в руках он держит мяч, который по очереди бросает детям после произнесения следующего текста:

**Сегодня маме помогаем,
На стол посуду собираем.
Я буду мячик вам бросать,
А вы - посуду называть!**

Ребенок, поймавший мяч, бросает его обратно ведущему, одновременно называя любой вид посуды (чашка, ложка, блюдце, вилка и т.д.).

«Горячая картошка»

Описание: выбирается водящий. Роль картошки выполняет небольшой мячик. Дети встают в круг, лицом к середине круга. В центр круга встает водящий, который бросает кому – то из игроков мячик и тут же закрывает глаза. Игроки начинают перебрасывать мяч по кругу из рук в руки друг другу. Делать это нужно как можно быстрее, игроки должны стремиться словно поскорее избавиться от мяча. Внезапно водящий громко говорит: «Картошка горячая!» и открывает глаза. Тот игрок, который в данный момент оказался стоящим с «горячей картошкой» - мячом в руке, на время выбывает из игры. Победителем становится тот, кто сумел последним остаться без «картошки».

«Зеркало»

Описание: из девочек выбирается водящая. Остальные девочки читают стихи: «Ну, девчата, не зевать, все движения повторять!». Водящий выполняет произвольные движения, которые свойственны девочкам – причесывать волосы, танцевать, помогать маме варить суп или кашу, смотреться в зеркальце и т.п. Остальные играющие эти движения тут же стараются повторить как можно точнее, «как зеркальное отражение». Начинать показ движений или действий надо в относительно спокойном темпе, а затем постепенно ускорять их выполнение. Чтобы усилить веселый момент в игре, некоторые движения можно комбинировать.

«Кружева»

Описание: девочки встают в круг, попарно взявшись за руки. Считалкой определяют пару, которая будет водящей. Игроки в парах между собой решают, кто из них будет иголкой, а кто – ниткой. Потом все дети поднимают сцепленные руки. Начиная игру, игрок - «иголлка» начинает бег по кругу, пробегая в образованные парами воротца. Причем бежать надо, пробегая в воротца то изнутри круга, то снаружи его – словно иголлка протягивает за собой нитку и, таки образом, шьет кружева. Когда первая пара пробегает весь круг и добегают до своего места, то бегать по кругу принимается вторая пара, их соседи и так далее, пока все игроки не побывают в роли «иголлки» и «нитки».

«Кто быстрее поймает бабочку»

Описание: две девочки встают напротив друг друга, берут ленту, на конце ленты деревянная палочка. По команде «Кто быстрее поймает бабочку!»,

начинают накручивать на палочки цветные ленты. Кто первый дошел до середины, на которой находится (прикреплена) бабочка, тот и победил.

«Удерживай обруч»

Описание: каждая участница игры берет по одному обручу и отходит на безопасное расстояние (2 - 2,5м) от других играющих. По сигналу все девочки начинают вращать обруч на талии (вариант другой - вращать на руке), стараясь удержать его как можно дольше. Побеждает девочка, у которой обруч не упал и продержался дольше всех.