



Картотека

ПОДВИЖНЫХ ИГР

для детей дошкольного возраста



«Зайка серый умывается...» (прыжки)

Задачи:

- Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд.
- Учить соотносить действия со словами.

Материал: Маска зайки.

Ход игры: Все становятся в круг, выбирается зайка, он становится в центр круга. Дети, образующие круг говорят:

Зайка серый умывается,
Вымыл хвостик,
Видно, в гости собирается,
Вымыл ухо,
Вымыл носик Вытер сухо!

Зайка проделывает все движения, соответствующие тексту.

Затем он подпрыгивает на двух ногах, продвигаясь (идёт в гости) к кому-нибудь из стоящих в кругу. Тот становится на место зайки.

«Мяч через сетку» (бросание и ловля мяча)

Задачи:

- Учить детей соревноваться.
- Упражнять в бросании мяча через сетку двумя руками снизу и из-за головы.

Материал: Мячи и сетка.

Ход игры: На расстоянии 1 м от сетки на линии с обеих сторон стоят группы детей напротив друг друга. По сигналу воспитателя: «Начинай!» - ребёнок бросает мяч через сетку ребёнку, стоящему напротив.

Тот, поймав мяч, перебрасывает его стоящему рядом и т. д.

Когда мяч дойдёт до последнего играющего, воспитатель отмечает какие ошибки были сделаны группами играющих.

«Найди где спрятано» (ориентировка в пространстве)

Задачи:

- Учить ориентироваться в комнате или на участке.
- Выполнять действия по сигналу.

Материал: Любой предмет, который можно спрятать.

Ход игры: Дети стоят вдоль стены.

Воспитатель показывает им предмет и говорит, что спрячет его.

Воспитатель предлагает детям отвернуться к стене.

Убедившись, что никто из детей не смотрит, прячет предмет, после чего говорит: «Пора!». Дети начинают искать предмет.

«Найди и промолчи» (ориентировка в пространстве)

Задачи:

- Учить ориентироваться в зале.
- Воспитывать выдержку, смекалку.

Материал: Любой предмет, который можно спрятать.

Ход игры: Детям воспитатель показывает предмет, и после того как они закрыли глаза, он прячет его.

Потом предлагает поискать, но только не брать, а сказать на ушко, где он спрятан.

Кто нашёл первый тот и ведущий в следующей игре.

«Самолеты» (бег)

Задачи:

- Развивать у детей ориентировку в пространстве, закрепить навык построения в колонну.
- Упражнять в беге.

Описание: Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками.

Играющие изображают летчиков на самолетах.

Они готовятся к полету.

По сигналу воспитателя «К полету готовься!» дети кружат согнутыми в локтях руками – заводят мотор. «Летите!» - говорит воспитатель.

Дети поднимают руки в стороны и летят враспынную, в разных направлениях.

По сигналу воспитателя «На посадку!» - самолеты находят свои места и приземляются, строятся в колонны и опускаются на одно колено.

Воспитатель отмечает, какая колонна построилась первой.

Правила: Играющие должны вылетать после сигнала воспитателя «Летите!».

По сигналу воспитателя «На посадку!» - играющие должны возвратиться в свои колонны, на те места, где выложен их знак (поставлен флажок).

Варианты: Пока самолеты летают, поменять местами флажки, унести на противоположную сторону. Менять ведущих в колоннах.

«Цветные автомобили» (бег)

Задачи:

- Развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу.
- Упражнять детей в беге, ходьбе.

Описание: Дети сидят вдоль стены, они автомобили.

Каждому дается флажок какого – либо цвета.

Воспитатель стоит лицом к играющим, в центре.

В руке – 3 цветных флажка, по цветам светофора.

Поднимает флажок, дети, имеющие флажок этого цвета бегут по площадке в любом направлении, на ходу они гудят, подражая автомобилю.

Когда воспитатель опустит флажок, дети останавливаются, и по сигналу «Автомобили возвращаются!» - направляются шагом в свой гараж.

Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, но может поднять и 2, и все 3 флажка вместе, тогда все машины выезжают из гаража.

Правила: Выезжать из гаражей можно только по сигналу воспитателя, возвращаться в гараж тоже по сигналу.

Если флажок опущен, автомобили не двигаются.

Варианты: Разложить по углам ориентиры разного цвета.

На сигнал «Автомобили выезжают», в это время поменять местами ориентиры.

Предложить детям вспомнить разные марки автомобилей.

«Перелёт птиц» (лазание)

Задачи:

- Развивать реакцию на словесные сигналы.
- Упражняться в лазании по гимнастической лестнице.

Материал: Гимнастические лестницы, маски птиц.

Ход игры: Дети стоят на одном конце зала, они птицы.

На другом конце зала вышка (гимнастическая стенка).

По сигналу воспитателя: «Птицы улетают!» - птицы летят расправив крылья.

По сигналу «Буря!» - птицы летят на вышку – скрываются от бури на деревьях.

После слов: «Буря прекратилась», - птицы снова летят.

«Лиса в курятнике» (прыжки)

Задачи:

- Развивать у детей ловкость и умение выполнять движение по сигналу, упражнять в беге с увертыванием, в ловле, в лазании, прыжках в глубину.

Описание: На одной стороне площадки отчерчивается курятник. В курятнике на насесте (на скамейках) располагаются куры, дети стоят на скамейках. На другой стороне площадки находится нора лисы.

Все остальное место – двор.

Один из играющих назначается лисой, остальные куры – они ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями.

По сигналу «Лиса» куры убегают в курятник, взбираются на насест, а лиса старается утащить курицу, не успевшую взобраться на насест.

Отводит ее в свою нору.

Куры спрыгивают с насеста и игра возобновляется.

Правила:

Лиса может ловить кур, а куры могут взбираться на насест только по сигналу воспитателя «Лиса!».

Варианты: Увеличить число ловишек – 2 лисы. Курам взбираться на гимнастическую стенку.

«У медведя во бору» (Бег)

Задачи:

- Приучать детей поочередно выполнять разные функции (Убегать и ловить).

Материал: Грибы, ягоды, корзинки, маска медведя.

Ход игры: Определяется берлога медведя (на конце площадке) и дом детей на другой. Дети идут в лес гулять и выполняют движения соответственно стиху, который произносят хором:

У медведя во бору,
Грибы, ягоды беру,
А медведь не спит
И на нас рычит.

Как только дети закончили говорить стихотворение медведь с рычанием встает и ловит детей, они бегут домой.

«Птички и кошка» (бег)

Задачи:

- Развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием.

Описание: На земле чертится круг или кладется шнур со связанными концами. Воспитатель выбирает ловишку который становится в центре круга. Это кошка. Остальные – птички, находятся за кругом.

Кошка спит, птички влетают за зернышками в круг.

Кошка просыпается, видит птичек и ловит их.

Все птички вылетают из круга. Тот, кого коснулась кошка, считается пойманным и идет на середину круга. Когда поймают 2-3 птичек – выбирается новая кошка.

Правила:

Кошка ловит птичек только в кругу.

Кошка может касаться птичек, но не хватать их.

Варианты: Если кошка долго не может никого поймать, добавить еще одну кошку.

«Зайцы и волк» (прыжки)

Задачи:

- Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу.
- Упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле.

Описание: Одного из играющих назначают волком, остальные изображают зайцев. На одной стороне площадки зайцы отмечают себе места шишками, камушками, из которых выкладывают кружочки или квадраты. Вначале игры зайцы стоят на своих местах. Волк находится на противоположном конце площадки – в овраге. Воспитатель говорит: «Зайки скачут, скок – скок – скок, на зеленый на лужок.

Травку щиплют, слушают, не идет ли волк».

Зайцы выпрыгивают из кружков и разбегаются по площадке.

Прыгают на 2 ногах, присаживаются, щиплют траву и оглядываются в поисках волка. Воспитатель произносит слово «Волк», волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться.

Зайцы убегают каждый на свое место, где волк их уже не может настичь. Пойманных зайцев волк отводит себе в овраг.

После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирается другой волк.

Правила:

Зайцы выбегают при словах – зайцы скачут.

Возвращаться на места можно лишь после слова «Волк!».

Варианты: Нельзя ловить тех зайцев, которым подала лапу зайчиха - мать. На пути поставить кубы – пенечки, зайцы оббегают их. Выбрать 2 волков. Волку перепрыгнуть через преграду – ручей.

«Лошадки» (бег)

Задачи:

- Развивать у детей умение действовать по сигналу, согласовывать движения друг с другом.
- Упражнять в беге, ходьбе.

Описание: Дети делятся на 2 равные группы.

Одна группа изображает конюхов, другая – лошадей.

На одной стороне очерчивается конюшня.

На другой – помещение для конюхов, между ними луг.

Воспитатель говорит: «Конюхи, вставайте скорей, запрягайте лошадей!».

Конюхи с вожжами в руках, бегут к конюшне и запрягают лошадей.

Когда все лошади запряжены, они выстраиваются друг за другом и по указанию воспитателя идут шагом или бегут. По слову воспитателя «Приехали!» конюхи останавливают лошадей.

Воспитатель говорит «Идите отдыхать!».

Конюхи распрягают лошадей и отпускают их пастись на луг.

Сами возвращаются на свои места отдохнуть. Лошади спокойно ходят по площадке, пасутся, щиплют траву.

По сигналу воспитателя «Конюхи, запрягайте лошадей!» конюх ловит свою лошадь, которая убегает от него.

Когда все лошади пойманы и запряжены, все выстраиваются друг за другом. После 2-3 повторений воспитатель говорит: «Отведите лошадей в конюшню!». Конюхи отводят лошадей в конюшню, распрягают их и отдают вожжи воспитателю.

Правила: Играющие меняют движения по сигналу воспитателя.

По сигналу «Идите отдыхать» - конюхи возвращаются на места.

Варианты: Включить ходьбу по мостику – доске, положенной горизонтально или наклонно, предложить разные цели поездки.



«Кегли» (катание шара)

Задачи:

- Учить детей основным правилам игры.
- Упражняться в сильном и резком катании шара в кегли правой рукой.
- Развивать глазомер.

Материал: Кегли, шары.

Ход игры: Кегли ставят с интервалом 10-15 см. друг от друга. Дети прокатывают по одному шару с расстояния 1-1,5 м.



«Найди себе пару» (бег)

Задачи:

- Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары.
- Упражнять в беге, распознавании цветов.
- Развивать инициативу, сообразительность.

Описание: Играющие стоят вдоль стены.

Воспитатель дает каждому по одному флажку.

По сигналу воспитателя – дети разбегаются по площадке.

По другому сигналу, или по слову «Найди себе пару!», дети, имеющие флажки одинакового цвета, находят себе пару, каждая пара, используя флажки, делает ту или иную фигуру.

В игре участвуют нечетное число детей, 1 должен остаться без пары.

Играющие говорят: «Ваня, Ваня – не зевай, быстро пару выбирай!».

Правила:

Играющие становятся в пары и разбегаются по сигналу (слову) воспитателя.

Каждый раз играющие должны иметь пару.

Варианты: Вместо флажков использовать платочки.

Чтобы дети не бегали парами, ввести ограничитель – узкую дорожку, перепрыгнуть через ручеек.



«Пастух и стадо»

Задачи:

- Закрепление умения играть по правилам игры.
- Упражнять в ползании на четвереньках по залу.

Материал: Для пастуха шапку, хлыст и рожок.

Ход игры: Выбирают пастуха, дают ему рожок и кнут.

Дети изображают стадо (коров, телят, овец).

Воспитатель произносит слова:

Рано-рано поутру А коровки в лад ему

Пастушок: «Ту-ру-ру-ру».

Затянули: «Му-му-му».

Дети выполняют под слова действия, затем пастух гонит стадо в поле (на условленную лужайку), все бродят по ней.

Через некоторое время пастух щёлкает кнутом, гонит стадо домой.



«Бездомный заяц». (бег)

Задачи:

- Учить детей действовать по сигналу.
- Развивать внимание, смекалку.

Дети-зайцы делают из скакалок, сложенных кольцом, домики.

По сигналу воспитателя зайцы выбегают из домиков, скачут друг за другом, прыгают на одной ноге. Зайцы спешат занять любой домик, но одному домика не хватает. Он становится «бездомным зайцем». Теперь он выступает в роли ведущего, произнося:

Зайцы в поле побежали,

По полянке поскакали

Дети выбегают и резвятся на площадке.

Игра продолжается.

«Подбрось-поймай» (игра с бросанием и ловлей мяча)

Задачи:

- Учить детей соревноваться.
- Упражнять в бросании мяча двумя руками снизу вверх и ловить его.

Ход игры: Дети свободно располагаются в помещении или на площадке, каждый в руках держит мяч.

По сигналу воспитателя: «Начинай!» дети подбрасывают мяч вверх и ловят его. Каждый считает, сколько раз сумеет поймать мяч и не уронить его.

Указания. Детей можно разделить на пары.

Одни подбрасывают и ловят мячи, а другие считают или все становятся в круг, а один или двое из играющих выходят в середину круга и подбрасывают мяч. Все наблюдают за правильностью выполнения задания.

Можно ввести и элемент соревнования: кто подбросит и поймает мяч большее число раз? Можно включить и такие упражнения: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его; подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его.

«Котят и щенят» (с прыжками)

Задачи:

Игру можно проводить в комнате, где есть гимнастическая стенка, или на участке.

Ход игры: Играющих делят на две группы.

Дети одной группы изображают котят, другие - щенят.

Котят находят около гимнастической стенки, щенят - на другой стороне комнаты (в будках за скамейками, за лесенкой, поставленной на ребро)

Воспитатель предлагает котят побегать легко, мягко.

На слова воспитателя «ЩЕНЯТА» вторая группа детей перелезают через скамейки. Они на четвереньках бегут за котятками и лают «ав-ав-ав!»..

Котят мяукают, быстро влезают на гимнастическую стенку.

Воспитатель всё время находится рядом.

Щенята возвращаются в свои домики, игра возобновляется.

«Кто ушёл?» (На ориентировку в пространстве, внимание).

Задачи:

- Учить детей ориентироваться в помещении группы и на участке.
- Развивать память, внимание.

Ход игры: Дети стоят по кругу или полукругом.

Воспитатель предлагает одному из играющих запомнить стоящих с ним рядом детей (5-6), а затем выйти из комнаты или отвернуться и закрыть глаза. Один из детей прячется.

Потом воспитатель говорит: «Отгадай, кто ушел?».

Если ребенок угадает, то выбирает кого-нибудь вместо себя.

Если не отгадает, то снова отворачивается и закрывает глаза, а тот, кто прятался, становится на свое место.

Отгадывающий должен его назвать.

Игра повторяется 4-5 раз.

«Перелёт птиц»

Цель:

- Развивать реакцию на словесные сигналы.
- Упражняться в лазании по гимнастической лестнице.

Описание игры: Дети стоят на одном конце зала, они птицы.

На другом конце зала вышка (гимнастическая стенка).

По сигналу воспитателя: «Птицы улетают!» - птицы летят расправив крылья.

По сигналу «Буря!» - птицы летят на вышку - скрываются от бури на деревьях.

После слов: «Буря прекратилась», - птицы снова летят.

«Ловишки» (бег)

Задачи:

- Учить бегу в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга.

Ход игры: Дети произвольно располагаются на площадке.

Ведущий - ловишка, назначенный воспитателем или выбранный играющими, становится на середине площадки. Воспитатель говорит: «Раз, два, три — лови!»

По этому сигналу все дети разбегаются по площадке, увертываются от ловишки, который старается догнать одного из играющих и коснуться его рукой (запятнать).

Тот, кого ловишка коснулся рукой, отходит в сторону.

Игра заканчивается, когда ловишка поймает 3-4 играющих.

Затем выбирается новый ловишка.

Игра повторяется 4-5 раз.

Указания. Для того чтобы дети лучше ориентировались, ловишке можно выдавать какой-либо отличительный знак — повязать на руку ленточку, приколоть бант, надеть шапочку с султанчиком и т. п.

Если ловишка оказался неловким и долгое время никого не может поймать, воспитатель останавливает игру и назначает другого водящего.

«Повар и котята»

Цель:

- Упражнять детей в различных видах ходьбы или бега.
- Развитие быстроты реакции, сноровки, умения ориентироваться на слово.

Описание игры: По считалке выбирается повар, который охраняет лежащие в обруче предметы — «сосиски».

Повар разгуливает внутри обруча, шнура — «кухни».

Дети - котята идут по кругу, выполняя различные виды ходьбы, бега, произнося текст:

Плачут киски в коридоре,

У котят большое горе:

Хитрый повар бедным кискам

Не дает схватить сосиски.

С последним словом «котята» забегают на «кухню», стремясь схватить сосиску.

Повар пытается осалить вбежавших игроков.

Осаленные игроки выбывают из игры.

Игра продолжается до тех пор, пока все сосиски не будут украдены у повара.

Выигравший котенок становится поваром.

Нельзя раньше времени забегать в круг.

Повару не разрешается хватать котят, только салить, ему не разрешается выходить за пределы круга. Запрещено брать одновременно 2 и более предмета.

«Воевода»

Цель:

- Упражнять детей в прокатывании, бросании и ловле мяча, в умении согласовывать движение со словом,
- Развивать внимание, ловкость.

Описание игры: Играющие по кругу перекатывают мяч от одного к другому, произнося:

-Катится яблоко в круг хоровода,

-Кто его поднял, тот воевода...

Ребенок, у которого в этот момент окажется мяч - воевода.

Он говорит -Я сегодня воевода.

-Я бегу из хоровода.

Бежит за кругом, кладет мяч на пол между двумя игроками.

Дети хором говорят: Раз, два, не воронь

И беги как огонь!

Игроки бегут по кругу в противоположные стороны, стараясь раньше напарника схватить мяч. Тот, кто первым добежал и схватил мяч, катит его по кругу.

Игра продолжается.

Прокатывать или перебрасывать мяч только рядом стоящему игроку.

Нельзя мешать игроку, бегущему за кругом. Выиграл тот, кто первым коснулся мяча.

«Пастух и стадо»

Цель:

- Закрепление умения играть по правилам игры.
- Упражнять в ползании на четвереньках по залу.

Описание игры: Выбирают пастуха, дают ему рожок и кнут. Дети изображают стадо (коров, телят, овец).

Воспитатель произносит слова:

Рано-рано поутру

Пастушок: «Ту-ру-ру-ру».

А коровки в лад ему

Затянули: «Му-му-му».

Дети выполняют под слова действия, затем пастух гонит стадо в поле (на условленную лужайку, все бродят по ней). Через некоторое время пастух щёлкает кнутом, гонит стадо домой.

«Мышеловка»

Цель:

- Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость.
- Упражнять в беге и приседание, построение в круг и ходьбе по кругу.

Описание игры: играющие делятся на две неравные команды, большая образует круг – «мышеловку», остальные – мыши.

Слова:

Ах, как мыши надоели,
Все погрызли, все поели.

Берегитесь же плутовки,
Доберемся мы до вас.

Вот расставим мышеловки,
Переловим всех сейчас!

Затем дети опускают руки вниз, и «мыши» оставшиеся в кругу встают в круг и мышеловка увеличивается.

«Гори, гори ясно!»

Цель:

- Развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве.
- Упражнять в быстром беге.

Описание игры:

Играющие становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. «Ловящий» становится на эту линию.

Все говорят: Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло.

Глянь на небо-

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Раз, два, три – беги!

После слова «беги» дети, стоящие в последней паре, бегут вдоль колонны (один слева, другой – справа, стремясь схватить за руки впереди ловящего, который старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и соединить руки).

Если ловящему это удастся сделать, то он образует пару и становится впереди колонны, а оставшийся – ловящий.

«Бездомный заяц» 1

Цель:

- Развивать у детей ориентировку в пространстве.
- Упражнять в быстром беге

Описание игры: из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки – «свой домик».

Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет.

Заяц может спастись от охотника, забежав в любой кружок; тогда заяц, стоявший в кружке – становится бездомным зайцем.

Если охотник поймает, то меняются ролями.

Продолжительность игры 5-7 минут

«Ловишки из круга»

Цель:

- Развивать у детей умение согласовывать движения со словами.
- Упражнять в ритмической ходьбе, в беге с увертыванием и в ловле, в построении в круг

Описание игры: дети стоят по кругу, взявшись за руки.

Ловишка – в центре круга, на руке повязка.

Играющие двигаются по кругу и говорят:

Мы, веселые ребята,
Любим бегать и скакать
Ну, попробуй нас догнать.
Раз, два, три – лови!

Дети разбегаются, а ловишка догоняет. Пойманный временно отходит в сторону. Игра продолжается, пока ловишка не поймает 2-3 детей.

Продолжительность 5-7 минут.

«Волк во рву»

Цель:

- Развивать смелость и ловкость, умение действовать по сигналу.
- Упражнять в прыжках в длину с разбегу.

Описание игры: на площадке проводятся две параллельные прямые на расстоянии 80 – 100 см – «ров».

По краям площадки очерчивается «дом коз».

Воспитатель назначает одного играющего «волком», остальные – «козы». Все козы располагаются на одной стороне площадки.

Волк становится в ров.

По сигналу воспитателя «волк во рву» козы бегут на противоположную сторону площадки, перепрыгивая через ров, а волк - старается их поймать (коснуться).

Пойманных отводит в угол рва.

Продолжительность игры 5-7 минут.

«Совушка»

Цель:

- Развивать у детей торможение, наблюдательность, умение выполнять движения по сигналу.
- Упражнять детей в беге.

Описание игры: на расстоянии 80 – 100 см проводятся две прямые – это «ров». На расстоянии одного – двух шагов от границы очерчивается «дом козы».

Все козы располагаются на одной стороне площадки.

Волк становится в ров.

По сигналу «волк во рву» козы бегут на противоположную сторону, перепрыгивая ров, а волк в это время ловит коз.

Пойманных отводит в угол рва.

Продолжительность 6-8 минут.

«Пожарные на ученье»

Цель:

- Развивать у детей чувство коллективизма, умение выполнять движения по сигналу.
- Упражнять в лазании и в построении в колонну.

Описание игры: дети строятся лицом к гимнастической стенке на расстоянии 5 – 6 шагов в 3 – 4 колонны.

Против каждой колонны на одной и той же высоте подвешивается колокольчик.

По сигналу «1, 2, 3 – беги» дети, стоящие первыми, бегут к стенке, влезают и звонят в колокольчик.

Затем спускаются и становятся в конец своей колонны.

Повторить игру 6-8 раз.

«Подбрось-поймай» (Бросание, ловля мяча)

Задачи:

- Упражнять в бросании мяча двумя руками снизу вверх и ловить его.

Описание: Дети свободно располагаются в помещении или на площадке, каждый в руках держит мяч. По сигналу воспитателя: «Начинай!» дети подбрасывают мяч вверх и ловят его. Каждый считает, сколько раз сумеет поймать мяч и не уронить его.

Правила: Дети подбрасывают и ловят мячи, а другие считают или все становятся в круг, а один или двое из играющих выходят в середину круга и подбрасывают мяч. Все наблюдают за правильностью выполнения задания.

Варианты: Можно включить и такие упражнения: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его; подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его.

(бег) «Кошка и мыши»

Задачи:

- Развивать у детей умение быстро действовать по сигналу, ходить, сохраняя форму круга.
- Упражнять в беге с ловлей.

Описание: Все играющие, кроме 2, становятся в круг, на расстоянии вытянутых рук, и берутся за руки. В одном месте круг не замыкается. Этот проход – называется воротами. Двое играющих, находятся за кругом, изображают мышку и кошку. Мышка бежит вне круга и в кругу, кошка – за ней, стараясь поймать ее. Мышка может вбегать в круг через ворота и подлезать под руки стоящих в кругу.

Кошка – только в ворота.

Дети идут по кругу и говорят:

«Ходит Васька серенький,

Хвост пушистый – беленький.

Ходит Васька – кот.

Сядет, умывается,

Лапкой вытирается,

Песенки поет.

Дом неслышно обойдет,

Притаится Васька – кот.

Серых мышек ждет».

После слов кошка начинает ловить мышку.

Правила:

Стоящие в кругу не должны пропускать кошку под сцепленные руки.

Кошка может ловить мышку за кругом и в кругу.

Кошка может ловить, а мышка убежать после слова «ждет».

Варианты: Устроить дополнительные ворота, ввести 2 мышек, увеличить количество кошек.

«Бездомный заяц» 2 (бег)

Задачи:

- Развивать ловкости и координации движения.
- Учить выполнять движения по сигналу.

Описание игры: По кругу на полу разложены обручи по количеству детей. Дети стоят каждый в своем обруче-домике.

По звуку бубна дети выходят из обручей и бегут по кругу друг за другом (в это время один обруч убирается).

Как только бубен замолкает, дети должны занять свободный домик.

Кому не хватило обруча, выбывает из игры.

После того, как убрали 3-4 обруча, игра повторяется.

Правила: Действовать нужно только по сигналу.

Бежать спокойно, соблюдать расстояние.

Варианты: Убирать несколько обручей за один раз..

«Подбрось-поймай» (Бросание, ловля мяча)

Задачи:

- Упражнять в бросании мяча двумя руками снизу вверх и ловить его.

Описание: Дети свободно располагаются в помещении или на площадке, каждый в руках держит мяч. По сигналу воспитателя: «Начинай!» дети подбрасывают мяч вверх и ловят его. Каждый считает, сколько раз сумеет поймать мяч и не уронить его.

Правила: Дети подбрасывают и ловят мячи, а другие считают или все становятся в круг, а один или двое из играющих выходят в середину круга и подбрасывают мяч. Все наблюдают за правильностью выполнения задания.

Варианты: Можно включить и такие упражнения: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его; подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его.

(бег) «Кошка и мыши»

Задачи:

- Развивать у детей умение быстро действовать по сигналу, ходить, сохраняя форму круга.
- Упражнять в беге с ловлей.

Описание: Все играющие, кроме 2, становятся в круг, на расстоянии вытянутых рук, и берутся за руки.

В одном месте круг не замыкается. Этот проход – называется воротами. Двое играющих, находятся за кругом, изображают мышку и кошку. Мышка бежит вне круга и в кругу, кошка – за ней, стараясь поймать ее. Мышка может вбегать в круг через ворота и подлезать под руки стоящих в кругу.

Кошка – только в ворота.

Дети идут по кругу и говорят:

«Ходит Васька серенький,
Хвост пушистый – беленький.
Ходит Васька – кот.
Сядет, умывается,
Лапкой вытирается,
Песенки поет.
Дом неслышно обойдет,
Притаится Васька – кот.
Серых мышек ждет».

После слов кошка начинает ловить мышку.

Правила:

Стоящие в кругу не должны пропускать кошку под сцепленные руки.

Кошка может ловить мышку за кругом и в кругу.

Кошка может ловить, а мышка убежать после слова «ждет».

Варианты: Устроить дополнительные ворота, ввести 2 мышек, увеличить количество кошек.

«Бездомный заяц» 2 (бег)

Задачи:

- Развивать ловкости и координации движения.
- Учить выполнять движения по сигналу.

Описание игры: По кругу на полу разложены обручи по количеству детей. Дети стоят каждый в своем обруче-домике.

По звуку бубна дети выходят из обручей и бегут по кругу друг за другом (в это время один обруч убирается).

Как только бубен замолкает, дети должны занять свободный домик.

Кому не хватило обруча, выбывает из игры.

После того, как убрали 3-4 обруча, игра повторяется.

Правила: Действовать нужно только по сигналу.

Бежать спокойно, соблюдать расстояние.

Варианты: Убирать несколько обручей за один раз..

«Где позвонили» (Бег)

Задачи:

- Развивать у детей слух, внимание и выдержку.

Описание: Дети сидят по кругу или вдоль стены.

Один из играющих по назначению воспитателя становится в центре круга или перед сидящими.

По сигналу воспитателя он закрывает глаза.

Воспитатель дает кому-нибудь из детей звоночек и предлагает позвонить.

Ребенок, находящийся в центре круга, должен не открывая глаз, указать рукой направление, откуда доносится звук. Если он укажет правильно, воспитатель говорит «Пора!», играющий открывает глаза.

А тот, кто позвонил – поднимает и показывает звонок.

Если водящий ошибся, он снова закрывает глаза и отгадывает еще раз. Затем воспитатель назначает другого водящего.

Правила:

Водящий открывает глаза только после слова воспитателя «Пора!»

Варианты: Раскрыть водящего;

вместо звоночка ввести дудочку или другой музыкальный инструмент

«Мяч через сетку» (Бросание мяча)

Задачи:

- Развивать у детей умение соревноваться.
- Упражнять в бросании мяча через сетку двумя руками снизу и из-за головы.

Описание: На расстоянии 1м от сетки на линии с обеих сторон стоят группы детей напротив друг друга. По сигналу воспитателя: «Начинай!» - ребёнок бросает мяч через сетку ребёнку, стоящему напротив. Тот, поймав мяч, перебрасывает его стоящему рядом и т. д. Когда мяч дойдёт до последнего играющего, воспитатель отмечает какие ошибки были сделаны группами играющих.

Варианты: Все дети одной из групп получают мячи и перебрасывают их стоящим напротив

«Попади мешочком в круг»

Задачи:

- Развивать у детей умение действовать по сигналу.
- Упражнять в метании правой и левой рукой.

Описание: Дети стоят по кругу. В центре круга выложен из веревки кружок, концы веревки связаны, круг можно начертить. Диаметр круга – 2 метра. Дети находятся на расстоянии 1-2 шагов от круга. В руках мешочки с песком.

По слову воспитателя «Бросай!», все бросают свои мешочки в круг.

«Поднимите мешочки!» - говорит воспитатель. Дети поднимают мешочки, становятся на место. Воспитатель отмечает, чей мешочек не попал в круг, игра продолжается. Дети бросают другой рукой.

Правила: Бросать мешочек нужно по слову воспитателя «Бросай!».

Поднимать по сигналу «Поднимите!».

Варианты: Вместо мешочков бросать шишки; разделить детей на подгруппы, каждая бросает в свой круг; увеличить расстояние.

«Меткие стрелки»

Цель.

- Воспитывать выдержку и дисциплинированность.
- Совершенствовать навыки в бросании мяча в вертикальную цель.
- Развивать глазомер, глазодвигательные функции, фиксацию взора.

Оборудование: мячи по количеству детей.

Описание. Детям раздают мячи. Воспитатель вместе с детьми произносит:

Крепки руки, меток глаз.

Трудно армии без нас.

В цель мячи кидаем –

Точно попадаем.

Русская народная игра: «МЯЧИК К ВЕРХУ».

Задачи:

- Развивать у детей умение соревноваться.
- Упражнять в бросании мяча двумя руками снизу вверх и ловить его,
- Учить соотносить действия со словами.

Описание: Дети встают в круг, водящий идет в его середину и бросает мяч со словами: «Мячик кверху!» Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: «Стой!» Все должны остановиться, а водящий, не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. Играющий в которого попал водящий становится водящим. Если же водящий промахнулся, то остается им вновь и игра продолжается.

Правила: Водящий бросает мяч как можно выше и только после слов: «Мячик кверху!». Водящему разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли. Если кто-то из играющих после слов «Стой!» продолжал двигаться, то он должен сделать три шага в сторону водящего. Убегая от водящего, дети не должны прятаться за постройки или деревья.

«Мы ребята смелые»

Цель.

- Воспитывать выдержку и дисциплинированность.
- Совершенствовать навыки ползания на четвереньках между предметами – в прямом направлении, по доске, по наклонной доске.
- Развивать умение согласовывать движения со словами, ползти друг за другом не толкаясь.
- Формирование навыка безопасного поведения в подвижной игре.
- Развивать ориентировку в пространстве, зрительное восприятие ориентиров.

Оборудование: кубики, кирпичики, доски, шнуры.

Описание. Воспитатель читает стихотворение, а дети ползают и ходят, изображая разведчиков.

Мы ребята смелые,
Ловкие, умелые.
Проползем здесь и там – по дорогам
(в прямом направлении)
По мостам (по доске)
Влезем на гору высоко (по наклонной доске)
Видно нам с нее далёко.
А потом найдем дорожку

И пройдем по ней немножко (ходьба по извилистой «дорожке», обозначенной шнурами).

«Зайчата»

Цель.

- Воспитывать умение подчиняться правилам игры.
- Развивать быстроту реакции, ловкость, скорость, внимание.
- Развивать ритмичной, выразительной речи и координации движений.
- Развивать ориентировку в пространстве.

Описание. Воспитатель считалкой выбирает одного ребенка, который будет выполнять роль Волка. Остальные дети – Зайчата.

Дети идут к логову Волка, произнося:

Мы, Зайчата смелые,
Не боимся волка.
Спит зубастый серый волк
Под высокой елкой. (Волк просыпается и старается поймать зайчат)
Мы, зайчата, не просты:
Разбежались под кусты. (Дети бегут за стулья)

«Щенок»

Цель.

- Воспитывать желание оказывать помощь.
- Упражнять в лазании по гимнастической стенке, перелезая с одного пролета на другой, быть внимательным, не топиться, действовать по сигналу.
- Формирование навыка безопасного поведения на гимнастической стенке.
- Формировать зрительное восприятие предметов окружающей действительности.

Оборудование: гимнастическая стенка, игрушка – собачка.

Описание.

На забор залез щенок,
А спуститься сам не смог.
Высоты мы не боимся
И помочь ему стремимся.

Воспитатель предлагает детям помочь Щенку спуститься, но для этого надо залезть на гимнастическую стенку. Дети по очереди влезают и дотрагиваются до Щенка, таким образом спасая его.

«Пастух и коровы»

Цель.

- Воспитывать выдержку и дисциплинированность.
- Совершенствовать навыки ползания на четвереньках.
- Развивать ориентировку в пространстве.

Описание. Воспитатель – Пастух, дети – коровы. Дети на четвереньках ползут к Пастуху, который в это время произносит:

Милые коровушки,
Белые головушки!
Злой колдун здесь побывал
И коров заколдовал.
На зеленом на лугу
Я буренкам помогу.
Будут все коровы
Веселы, здоровы.

Дети изображают коров, мычат. Они приближаются к Пастуху. Он касается их рукой, расколдовывая, после чего дети пляшут.

«Крокодилы»

Цель.

- Воспитывать доброжелательное отношение к участникам игры.
- Развивать умение пролезать в обруч, лазать по наклонной лесенке, действовать в соответствии со словами текста.

Оборудование: веревка, обруч, лесенка.

Описание. Дети выполняют упражнения.

Жили в долине Нила
Три больших крокодила.
Звали их так:
Мик, Мок, мак.
Мик ползать любил, как любой крокодил
Любопытный Мок
Пролезал куда мог
А ловкий Мак
По горам бродил
Такой смельчак
Этот был крокодил.

«Ручеек»

Цель.

- Воспитывать доброжелательное отношение к участникам игры.
- Развивать умение ползать между предметами, пролезать под препятствиями (высота – 50см.), не задевая предметы.
- Развивать ориентировку в пространстве, зрительное восприятие предметов окружающей действительности.

Описание. Дети строятся в колонну и имитируют ручеек и произносят слова:

Ручеек течет, журча,
Камни огибает
Так водичка ключа
В речку попадает.

«Лошадки»

Цель.

- Воспитывать доброжелательное отношение к участникам игры.
- Развивать навыки бега в среднем темпе.
- Отрабатывать произношение звука – ц .
- Развивать ориентировку в пространстве.

Описание: Дети бегают по площадке, изображая лошадей.

Цок, цок, цок –
Цокают копытца.
Бегают лошадки,
Им воды б напиться.
Топ, топ, топ –
Перешли они в галоп.
К речке быстро прибежали,
Весело заржали!
Тпру!

«Салют»

Цель.

- Воспитывать самостоятельность.
- Упражнять детей в подбрасывании мяча снизу вверх и умении ловить его двумя руками.
- Развивать глазодвигательные функции, фиксацию взора.

Оборудование: мячи по количеству детей.

Описание. Детям раздают мячи разных цветов.

Воспитатель вместе с детьми произносит:

Это не хлопушки:
Выстрелили пушки.
Люди пляшут и поют.
В небе – праздничный салют!

«Поймай комара»

Описание:

Воспитатель стоит в центре круга, который образовали дети, и в руках держит прутик со шнуром на конце.

К шнуру привязан игрушечный комар. Воспитатель кружит комара над детскими головками, а те подпрыгивают на обеих ногах и пытаются его поймать. Кому удастся поймать комара, кричит «я поймал».

Затем игра продолжается заново пока не пройдет 5 минут.

Рекомендации. Перед началом игры, желательно, чтобы дети потренировались в прыжках на двух ногах.

«Хитрый лис»

Цель.

- Воспитывать доброжелательное отношение к участникам игры.
- Упражнять в лазании по гимнастической стенке.
- Закреплять умение согласовывать движения со словами.
- Формирование осторожность и осмотрительность на гимнастической стенке.

Оборудование: гимнастическая стенка, шапочки кур и лисицы.

Описание. Дети выполняют движения проговаривая слова:

В огороде, во дворе
Курицы гуляли.
Зёрнышки клевали,
Червячка искали. (Дети ходят, имитируя движения кур)
Вдруг откуда ни возьмись
Появился хитрый лис.
Куры быстро и насест!

А не то всех вас он съест!

(дети бегают и забираются на гимнастическую стенку).

«Собираем урожай»

Цель.

- Воспитывать выдержку и дисциплинированность.
- Упражнять в метании мяча в горизонтальную цель левой и правой руками.
- Развивать глазомер, глазодвигательные функции, фиксацию взора.

Оборудование: корзинки, маленькие мячи двух цветов.

Описание. На расстоянии 2 м. от детей стоят корзинки, рядом с детьми лежат маленькие мячи двух цветов. Воспитатель объясняет детям, что они – зайцы, а мячи – это овощи, которые нужно собрать в корзинки.

Соберут зайчата ловко
С грядок сочную морковку
И хрустящую капусту.
В огороде будет пусто.

По очереди дети бросают мячи «овощи» в корзинку: левой рукой – «морковку», а правой – «капусту».

«Охотники и утки»

Цель.

- Воспитывать организованность, внимание, умение управлять своими движениями.
- Упражнять детей в метании мяча в движущуюся цель.
- Развивать глазомер, глазодвигательные функции, фиксацию взора.

Описание. Игроки одной команды «охотники» становятся за линией круга (вокруг озера), а игроки другой команды «утки», располагаются в круге (на озере).

Охотники стреляют в «уток» (кидают маленькие мячики).

Утки перемещаются в пределах круга.

Подбитая «утка» покидает озеро.

Игра продолжается до тех пор, пока все «утки» не будут подбиты.

После этого команды меняются ролями.

«Найди свой цвет»

Описание:

Воспитатель делит детей на 4 группы и раздает им флажки разных цветов: желтые, красные, синие и зеленые.

Каждая группа уходит на свое специально отведенное место. Затем воспитатель устанавливает по одному флажку тех же цветов, что и у детей, в противоположные углы.

Дается сигнал «идите гулять», после которого дети расходятся по комнате и гуляют. Как только они услышат команду «найди свой цвет» сразу же подбегают каждый к своему флажку, по цвету совпадающему с флажком в их руке. В это время воспитатель внимательно наблюдает какая группа быстрее всех собралась возле соответствующего флажка.

Самые первые – это и есть победители.

Продолжительность игры должна быть не больше 5 минут.

«Птички и птенчики»

Описание: Перед самым началом игры воспитатель рисует на полу круги. Это будут «гнезда» для птенчиков.

Одно «гнездо» для одной только группы. Дети делятся на 3-4 группы и расходятся по своим «гнездам».

В каждой группе выбирается «птичка — мать».

Воспитатель дает команду «полетели». «Птенчики» выходят из своих домиков и «летают» (машут руками, имитируя крылья, и ходят). «Птички — матери» тоже «вылетают» из своих гнезд, но держаться подальше от остальных детей.

Они изображают поиск корма, т. е. червячков.

Звучит сигнал «домой».

Птички-матери возвращаются в гнезда и зовут своих птенцов.

Те вновь усаживаются в «гнезда» и птичка-мать начинает кормить своих детей.

Игра повторяется заново и так 3-4 раза.

«Цветные автомобили»

Описание: Дети рассаживаются вдоль стены на стульчики.

Их назначают «автомобилями».

Каждому раздают флажки разных цветов. Воспитатель встает перед детьми и держит в руке по одному флажку тех же цветов, что и у детей.

Воспитатель поднимает вверх любой флажок, например, красный.

Это сигнал для «автомобилей», что пора выезжать из своих «гаражей».

Дети, у кого красный флажок встают и ходят по комнате, при этом гудят, изображая автомобиль.

Воспитатель опускает флажок. «Автомобили» сразу же останавливаются и не двигаются с места.

Звучит команда «пора домой». «Автомобили» разъезжаются каждый на свое место. Воспитатель опять поднимает флажок, но уже другого цвета и игра продолжается – выезжают другие «автомобили».

В эту игру можно играть не более 6 минут!

«Трамвай»

Описание: Дети встают вдоль стены парами в одну колонну и держатся за руки. Свободными руками (один ребенок левой рукой, другой ребенок правой) держаться за веревку, концы которой связаны.

Получился «трамвай».

Воспитатель отходит от детей и берет в руки три флажка красного, зеленого и желтого цветов.

Воспитатель поднимает зеленый флаг и «трамвай» едет.

Дети бегут и наблюдают за флажками у воспитателя.

Как только зеленый флажок опускается, а вместо него поднимается желтый или красный «трамвай» останавливается и ждет сигнал к новому движению, т. е. пока не поднимется зеленый флажок.

«Воробышки и кот»

Описание: Дети – «воробышки», воспитатель – «кот».
«Воробышки» сидят на «крыше» (на стульчиках или на скамеечке).
Дается команда «воробышки полетели».
«Воробышки» спрыгивают с «крыши» и начинают «летать», т. е. бегать и махать руками, точно крыльями.
Пока дети бегают «кот» спит.
Затем она внезапно просыпается и мяукает «Мяу, мяу».
Это сигнал, что кошка вышла на охоту.
«Воробышки» сразу разбегаются по своим местам на «крышу», а «кот» их ловит и отводит в свой «домик».

«Мыши в кладовой»

Описание: Дети – это «мышки».
Воспитатель рассаживает детей на скамейке, которая стоит вдоль стенки помещения.
Скамейка играет роль «норки». На противоположной стороне от детей протягивается веревка так, чтобы детки смогли под нее пролезть.
Пространство за веревкой – это «кладовая» для мышек.
Недалеко от мышек спит «кошка», т. е. воспитатель.
Пока кошка спит, мышки выбегают из своих норок и бегут в кладовую.
Там они изображают, как будто что-то грызут, к примеру, сухарик.
Вдруг, кошка просыпается и начинает ловить мышек.
Мышки же, испугавшись, разбегаются по своим норкам.
Никого не поймав, кошка возвращается на место и опять засыпает.
Мышки вновь бегут в «кладовку».
В эту подвижную игру можно играть не более 5 раз!

«Кролики»

Описание: На одной стороне комнаты рисуются мелом кружки.
Они будут «клетками для кроликов».
Перед кружками ставятся стульчики с привязанными в вертикальном положении обручами.
Вместо обручей можно просто протянуть веревку.
У противоположной стены устанавливается стул – «дом для сторожа».
На стул садится воспитатель, играющий роль «сторожа».
Промежуток между «клетками» и «домом сторожа» обозначается «лугом».
После всех приготовлений воспитатель делит детей на небольшие группы по 3-4 человека и рассаживает каждую группу-кроликов по своим «клеткам».
По команде «кролики в клетке» дети садятся на корточки.
Затем «сторож» выпускает «кроликов» из клетки (дети, пролезая через обруч, выходят из очерченного круга и начинают бегать и прыгать по комнате).
Дается команда «кролики домой» и дети бегут назад к своим «клеткам», опять пролезая через обручи.
Через некоторое время игра начинается заново.

«Что спрятано?»

Описание: Дети садятся на стульчики или на пол.
Воспитатель перед ними раскладывает несколько предметов и просит детей постараться их запомнить.
После чего дети встают и отворачиваются лицом к стене.
Пока никто не видит, воспитатель прячет какой-нибудь предмет и разрешает детям повернуться.
Игроки должны вспомнить чего не хватает, но вслух о своей догадке не говорят. Воспитатель к каждому подходит и те уже на ушко рассказывают, что пропало. Когда большинство детей ответят правильно, воспитатель громко говорит о пропаже и игра продолжается заново.

«Принеси мяч»

Описание: Игроки садятся на стульчики, стоящие вдоль стены. Недалеко от них на расстоянии в 3-4 шага чертится мелом линия. За эту линию встают 5-6 детей и поворачиваются спиной к сидящим детям. Около стоящих детей встает воспитатель с ящиком небольших мячиков. Количество мячиков должно быть такое же, сколько стоят за линией детей. Воспитатель произносит «раз, два, три – беги!» и с этими словами выбрасывает из ящика все мячи. Дети, что стояли, бегут за мячами и пытаются их поймать, а поймав, приносят назад воспитателю и садятся на стульчики. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не принесут свои мячи. Затем группа меняется. Кто стоял садиться, а кто сидел – встает.

«Попади в круг»

Описание: Дети встают в круг в центре которого очерчен мелом кружок диаметром не больше 2 метров. Каждому игроку раздают по мешочку с песком. Задача: нужно по команде «бросай» кинуть свой мешочек в нарисованный кружок. Когда все кинут, дается команда «забери мешочек». Дети собирают каждый свой мешочек и вновь встают на свои места.

24. «Возьми что хочешь»

Описание: Дети садятся на стульчики или на скамейку. Воспитатель вызывает несколько детей и ставит их вплотную к очерченной линии на полу или земле. Каждому игроку раздается свой мешочек определенного цвета, например, одному синий мешочек, а другому красный. По сигналу «бросай» дети кидают мешочки вдаль.

И по сигналу «собери мешочки» бегут за своими мешочками и приносят их воспитателю. Воспитатель обращает внимание кто дальше кинул свой мешочек. Затем дети меняются. Кто бросал, садятся на скамейку, а на их место встают другие.

Игра заканчивается только тогда, когда все дети бросят свои мешочки.

«Лисичка в избушке»

Описание: С одной стороны площадки перед нарисованной линией ставят скамейки (высотой 20 - 25 см). Это избушка.

На противоположной стороне площадки помечают норку для лисички.

Середина площадки - двор.

Среди детей выбирают "лисичку", остальные дети - "куры".

Они ходят по двору, притворяются, что ищут себе покушать.

На определенный сигнал воспитателя "лисица!" куры убегают в курятник, прячутся от лисы и взлетают (встают на скамейку).

Лиса ловит курочек.

Игра заканчивается, когда лиса словит одну или две курочки (по договоренности).

При повторении игры выбирают другую лису.

«Через ручеек»

Описание: В длину площадке положены две ленты на расстоянии 1,5 - 2 м одна от другой - это "ручеек". В четырех местах ручейка положены квадратные доски на расстоянии 15 - 25 см одна от другой.

Это - "камушки".

Отмеченные воспитателем дети (3 - 4) подходят к ручейку и встают каждый напротив камушка.

На сигнал воспитателя: "Переходите ручеек" дети перепрыгивают с досточки на доску.

Остальные дети сидят на стульчиках и наблюдают.

Кто оступился и "замочил ноги", тот идет на свое место "сушится".

После того как все дети перейдут через ручеек, игра заканчивается.

Выигрывает тот, Кто ни разу не попал ногой в ручеек.

«Кому катить мячик?»

Описание: Дети делятся на четыре группы.

Каждой группе выбирается определенный цвет: красный, зеленый, синий, желтый.

По середине площадки начертана линия, на которой лежат мячики по два на каждого ребенка.

На расстоянии одного метра от этой линии начерчена вторая, параллельная линия, на которой стоят кубики (на расстоянии 10 - 20 см один от другого).

На поднятый воспитателем флаг, например, красного цвета, дети, которым определил воспитатель красный цвет, берут мячики в правую руку и встают напротив своих кубиков.

На сигнал воспитателя "раз" дети катят мячики в направлении кубиков, на сигнал "два" катят левой рукой.

Воспитатель отмечает детей, попали по кубику.

Дети собирают мячики и кладут их на линию, затем садятся на свои места.

На поднятый флаг другого цвета, например, зеленый, выходят дети, у которых зеленый цвет, и игра продолжается.

Игра заканчивается, когда все группы детей прокатят мячики к кубикам.

Воспитатель отмечает группу детей, у которой было больше попаданий и сбито кубиков.

«Маленький мяч догоняет большой»

Описание: Дети встают в круг. Воспитатель стоит рядом с ними и подает большой мяч ребенку, который стоит с правой стороны.

Дети передают мяч по кругу. Когда мяч будет приблизительно у пятого ребенка, воспитатель дает детям мяч, но уже маленький.

Дети его тоже передают по кругу.

Игра заканчивается только тогда, когда оба мяча будут у воспитателя.

Воспитатель отмечает детей, которые правильно и быстро передавали мяч.

При повторении игры воспитатель дает мячи с левой стороны.

«Два мяча»

Описание: Дети стоят по кругу на расстоянии вытянутых рук один от другого. Воспитатель дает два мяча детям, которые стоят рядом.

На команду "раз" дети начинают передавать мячи один с правой стороны от себя, а другой - с левой. Когда мячи встретятся у детей, которые стоят рядом, эти дети выходят на середину круга, подбрасывают мяч вверх 2 - 3 раза, ловят его, а потом подходят к детям, которые стоят в кругу рядом, и дают им мяч, а сами встают на свои места.

Игра продолжается.

Воспитатель отмечает детей, у которых мяч при передаче другому ни разу не упал.

«Попади в предмет»

Описание: Дети сидят вдоль комнаты.

В центре комнаты нарисован круг (диаметром 1,5 - 2 м). В середину круга поставить ящик (высотой 40 см).

В ящик положить по два мяча или два мешочка (наполненных пистком) на каждого ребенка. Воспитатель берет 4 - 5 детей, которые подходят к ящику, берут по два мяча и встают на линию круга на расстоянии 1 м от ящика и на определенном расстоянии один от другого.

На сигнал "раз" дети все вместе бросают мячи правой рукой в ящик (цель).

На сигнал "два" - бросают мячи левой рукой.

Игра заканчивается, когда дети бросят по два мяча каждый.

«Попади в обруч!»

Описание: Поделить детей на колонны и посадить на противоположных концах вдоль комнаты. Посередине комнаты поставить две цели (вертикальные). Перед каждой целью положить на линию по два мешочка (весом 150 г). Расстояние от цели до линии 1,5 - 2 м.

К линии выходят дети с двух колонок, берут мешочки в правую руку и на определенный сигнал воспитателя "раз" бросают мешочки в цель.

Затем берут мешочки в левую руку и на повторный сигнал "раз" бросают мешочки в цель левой рукой. Затем мешочки собирают и кладут на линию, садятся на свои места. Воспитатель отмечает, кто из детей попал в обруч. Дальше идут бросать остальные дети с обеих колонн и т. д.

Игра заканчивается, когда все дети бросят мячи в цель.

Подвижные игры для детей в средней группе, где преобладает лазание.

«Возьми и поиграй!»

Описание: Не далеко от стульчиков, где сидят дети, натянута веревка (на высоте 60 - 40 см). За веревкой (на расстоянии 2 - 3 м)

Лежат 2 - 3 игрушки (мяч, кукла, машинка или медведь).

Предложить 3 - 4 ребятам встать возле натянутой веревки, на сигнал "раз" подлезть под веревку, выбрать себе любимую игрушку и поиграть с ней.

Игра заканчивается, когда все дети поиграют с игрушками.

«Не звони!»

Описание: Дети сидят на стульчиках.

На некотором расстоянии натянут канат (на высоте 60 - 40 см), к которому привязаны звоночки.

За канатом (на расстоянии 2 - 3 м) положены разные игрушки по одной на ребенка. Дети по 3 - 4 человека подходят к канату и пролазят под ним так, чтобы не задеть звоночки, каждый выбирает себе игрушку, чтобы потом поиграть с ней.

«Поезд»

Описание: Дети встают в колонну по росту.

Первый ребенок в колонне - "паровоз", остальные - "вагончики".

Паровоз после сигнала воспитателя гудит: "у - у - у", в это время дети сгибают руки в локтях. После гудка паровоза дети вытягивают руки вперед и говорят: "чу", руками изображают движение колес.

Они повторяют это 3 - 4 раза. На слова воспитателя: "Колеса стучат" дети делают шаг на месте, на сигнал "поехали" - идут, постепенно ускоряя шаг, дальше - на бег. На слова воспитателя: "мост", "туннель" или "под гору" поезд идет медленно, а "с горы" - снова идет быстрее. Когда воспитатель поднимает красный флажок, поезд останавливается; когда зеленый - движется дальше. К станции поезд подходит медленно и останавливается.

Паровоз выпускает пар: "пш - ш...".

«Найди себе пару!»

Описание: Дети становятся в пары, кто с кем хочет.

На определенный сигнал воспитателя (например удары в бубен) дети расходятся или разбегаются по всей площадке.

Другой сигнал - два удара в бубен или слова: "Найди себе пару!" снова спешат встать в пары с тем, с кем стояли раньше.

Тому, кто долго ищет пару, дети говорят: "Галя, Галя

(Называют имя ребенка), поспеши, быстрее пару выбирай!"

Игра повторяется.

«На прогулку»

Описание: Дети делятся на две одинаковые группы. Каждая группа садится на стульчики, которые расставлены на противоположных концах площадки перед нарисованными линиями. Воспитатель сначала подходит к одной группе детей и говорит: "Ну, ребята, на прогулку собирайтесь поскорей!" Дети встают и один за другим идут за воспитателем. Воспитатель вместе с детьми первой группе подходит ко второй группе, и все вместе этими же словами приглашают их на прогулку. Дети второй группы встают за детьми первой группы и идут вместе. Воспитатель отводит их как можно дальше от их мест. Неожиданно воспитатель говорит: "На места!", и дети бегут на свои места. Чья группа быстрее справится с заданием считается победителем.

«Чья колонна быстрее соберется?»

Описание: Дети стоят в две колонны напротив воспитателя. На определенный сигнал дети ходят колоннами один за другим или в своей колонне перестраиваются в пары и ходят парами. Затем разбегаются по всей площадке. На слово воспитателя: "Стой!" все останавливаются и закрывают глаза. Воспитатель меняет место и говорит: "Раз, два, три, быстрее стройтесь в колонны возле меня!" Воспитатель отмечает, чья колонна быстрее соберется. Затем игра повторяется.

«Поменяй кубик!»

Описание: Дети, поделены на 2 равные группы, сидят на стульчиках, на противоположных концах площадки, лицом в центр. На расстоянии метра от стульчиков начертить линии и положить кубики на одной стороне площадки, а обручи на другой. Воспитатель выбирает группу детей (4-5) с одной стороны площадки, они встают перед кубиками. На сигнал воспитателя "раз" они нагибаются и берут кубики, а на "два" бегут с ними на противоположный конец площадки, там меняют кубики на обручи и возвращаются на места, поднимают их вверх. Воспитатель проверяет все ли дети правильно поменяли кубики, и хвалит тех, кто не ошибся и первым вернулся на свое место. То же самое проделывает вторая группа, а первая в это время наблюдает и отдыхает.

«Медведь и дети»

Описание: Дети стоят за линией с одной стороны площадки. Среди детей выбирают медведя. Медведь сидит в своей берлоге на площадке, в стороне от детей. На слова воспитателя "дети в лесу гуляют", дети разбегаются по площадке, бегают, прыгают. На слова воспитателя "медведь!", дети неожиданно замирают на одном месте. Медведь подходит к тому, кто пошевелился, и забирает его. Игра повторяется уже с другим медведем.

«Караси и щука»

Описание: На противоположных концах площадки чертят линиями две "затоки", где живут караси. Расстояние между затоками приблизительно 10-12 шагов. Среди детей выбирается "щука", которая становится посередине площадки - речки. Все дети "караси", становятся в шеренгу на одном конце площадки. На слова воспитателя "раз, два, три!" все караси переплывают на противоположный берег, в другую затоку. Щука их ловит. При повторении выбирают другого ребенка "щуку".

«Кто быстрее?»

Описание: Дети сидят на стульчиках лицом в середину. Стульчики поставлены в круг, один от другого на расстоянии одного шага. Воспитатель вызывает двух детей, которые сидят рядом. Названные дети выходят за круг и стоят возле своих стульчиков, спиной один к другому. Остальные дети, вместе с воспитателем, громко говорят "раз, два, три, бегите!". Пара, которая стоит за стульчиками бегут: один ребенок в одну сторону, другой - в другую. Выигрывает тот ребенок, который раньше добежит до своего стульчика.

«Кто быстрее добежит до флажка?»

Описание: С одной стороны площадки на стульчиках сидят дети перед нарисованной линией. На линию выходят 3 - 4 ребенка и встают напротив стульчиков. На другом конце площадки лежат флажки. На сигнал воспитателя "раз!" или "беги!" дети бегут к флажкам, берут их и поднимают вверх, затем кладут на место. Воспитатель отмечает, кто первый поднял флажки. Затем все дети, кто принимал участие, идут и садятся на свои места. На линию выходят следующая тройка или четверка детей. Игра заканчивается, когда все дети поднимут флажки вверх. Игру можно повторить 2 - 3 раза.

«Искатели»

Описание: Дети встают из своих мест и отворачиваются к стене, закрывают глаза. Воспитатель с другой стороны площадки раскладывает флажки так, чтобы их не было видно. На обговоренный сигнал дети раскрывают глаза и идут искать флажки. Кто нашел, тот садится на свой стульчик с найденным флажком. Когда все флажки будут найдены, дети встают и под песню воспитателя ходят с ними по площадке. Первым в колонне идет тот, кто раньше всех нашел флажок. Дети обходят один раз площадку и садятся на свои места. Игра повторяется.

«Угадай по голосу!»

Описание: Дети сидят в кругу. Один ребенок встает или садится в центре круга и закрывает глаза. Воспитатель не называя имени ребенка, показывает рукой на кого - либо из детей, которые сидят за спиной. Тот, на кого указали, встает и громко называет имя ребенка, который сидит в середине круга. Если ребенок угадал, кто его позвал, он открывает глаза, и они меняются местами с тем, кто назвал его имя. Если не отгадал воспитатель предлагает ему не раскрывать глаза, а еще раз послушать, кто его имя называет. Игра повторяется 2 - 3 раза.

«Передай обручи!»

Описание: Дети стоят в кругу лицом в центр. Воспитатель берет обручи и на слово "раз!" подает обруч ребенку справа, а на - "два" - ребенку слева. Дети берут обручи за свободные места и, поворачивая туловище, переносят обручи на вытянутые руки вперед, в другую сторону, передают его дальше. Ребенок, у которого окажутся два обруча, выходит на середину и выполняет разные движения с обручами. На слова воспитателя: «Толя, в круг вставай, обручи передавай!» Толя встает, где хочет и на обговоренный сигнал "раз" передает один обруч в правую сторону, на сигнал "два" передает обруч в левую сторону. Игра повторяется 3 - 4 раза.

«Лиса в курятнике»

Цель:

- Развивать, внимание, ловкость.
- Учить выполнение движений по сигналу.
- Упражнять в беге.

Описание: На одной стороне площадки очерчивается курятник. На противоположной стороне – нора лисы.

Все остальное место – двор.

Один из играющих назначается лисой, остальные куры – куры.

По сигналу воспитателя куры ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями.

По сигналу воспитателя «Лиса!» - куры убегают в курятник, а лиса старается утащить курицу, не успевшую спастись, в нору.

Продолжительность игры 4 – 5 раз.

«Кто бросит дальше мешочек»

Цель:

- Развивать у детей умение действовать по сигналу.
- Упражнять в метании вдаль правой и левой рукой, в беге, в распознавании цвета.

Описание: Дети сидят вдоль стен или по сторонам площадки.

Несколько детей, названных воспитателем, становятся на одной линии перед положенной на пол веревкой. Дети получают мешочки 3 – 4 разных цветов.

По сигналу воспитателя «бросай» дети бросают мешочек вдаль.

Воспитатель обращает внимание детей на то, чей мешочек упал дальше, и говорит: «Поднимите мешочки».

Дети бегут за своими мешочками, поднимают их и садятся на места.

Воспитатель называет других детей.

Игра повторяется 3 – 4 раза.

«Зайцы и волк»

Цель:

- Развивать у детей координацию движение, ориентировку в пространстве.
- Упражнять в беге и прыжках.

Описание: Одного из играющих выбирают волком.

Остальные дети изображают зайцев.

На одной площадке зайцы стоят в своих домиках, волк – на другом конце площадки. Воспитатель говорит:

Зайки скачут, скок, скок, скок,
На зеленый на лужок,
Травку щиплют, кушают,
Осторожно слушают –
Не идет ли волк.

Зайцы выпрыгивают из домиков и разбегаются по площадке.

Они то прыгают, то присаживаются и оглядываются.

Когда воспитатель произносит последнее слово, волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать. Зайцы убегают.

Пойманных зайцев волк отводит в овраг.

Продолжительность игры 5 – 6 раз.

«Поднеси руки!»

Описание: Дети стоят в кругу.

Воспитатель предупреждает детей, что когда он будет называть птиц, то нужно поднимать руки вверх, а когда будет называть что то другое, то руки не поднимать.

Кто ошибется, тот проиграл.

«Перелет птиц»

Цель:

- Развивать у детей выдержку, умение двигаться по сигналу.
- Упражнять в беге, лазании.

Описание игры: дети стоят в рассыпную на одном конце площадки – «птицы». На другом конце – вышка для влезания или гимнастическая стенка с несколькими пролетами.

По сигналу «птицы улетают» птицы летят, расправив крылья.

По сигналу «буря» птицы летят на вышку – скрываются от бури.

По сигналу «буря прекратилась», птицы летают.

Продолжительность 5-7 минут.

«Гори, гори ясно!»

Цель:

- Развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве.
- Упражнять в быстром беге.

Описание игры: играющие становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. «Ловящий» становится на эту линию.

Все говорят: Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло.
Глянь на небо
- Птички летят,
Колокольчики звенят!
Раз, два, три – беги!

После слова «беги» дети, стоящие в последней паре, бегут вдоль колонны (один слева, другой – справа), стремясь схватить за руки впереди ловящего, который старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и соединить руки.

Если ловящему это удастся сделать, то он образует пару и становится впереди колонны, а оставшийся – ловящий.

«Два мороза»

Цель:

- Развивать у детей торможение, наблюдательность.
- Развивать умение выполнять движения по сигналу.
- Упражнять в беге

Описание игры: играющие располагаются по две стороны площадки, двое водящих становятся по середине (Мороз – Красный нос и Мороз – Синий нос) и говорят:

Мы два брата молодые,
Два мороза удалые:
Я мороз – Красный нос,
Я Мороз – Синий нос,
Кто из вас решится
В путь – дороженьку пуститься?

Все играющие хором отвечают:

Не боимся мы угроз,
И не страшен нам мороз.

После слова «мороз» все играющие перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а морозы стараются их «заморозить» (коснуться рукой).
Продолжительность игры 5-7 минут.



«Стрекоза»

Дети собираются во дворе, в саду или в просторной комнате, становятся на корточки, руки в бока и наперерыв, перегоняя друг друга, стараются прыжками добраться до противоположного конца места, назначенного для игры.

Кто из детей первый достигнет таким способом передвижения к назначенному месту, считается победителем, причем споткнувшегося по дороге наказывают тем, что исключают его из числа играющих. Эта несложная игра доставляет детям громадное удовольствие и развивает их физические силы.

«Лягушки и цапля»

Цель:

- Развивать у детей умение действовать по сигналу, ловкость.
- Упражнять в прыжках в высоту с места

Описание игры: очерчивается квадрат – «болото», где живут «лягушки». В углах вбиваются колышки или кладутся кубики. Высота 10 – 15 см. По сторонам квадрата протягивается веревка. За пределами квадрата «гнездо цапли».

по сигналу «цапля» она, поднимая ноги, направляется к болоту и перешагивает через веревку.

Лягушки выскакивают из болота, прыгая через веревку, отталкиваясь двумя ногами.

Перешагнув через веревку, цапля ловит лягушек.

Продолжительность 5-7 минут

«Волк во рву»

Цель:

- Развивать смелость и ловкость, умение действовать по сигналу.
- Упражнять в прыжках в длину с разбегу.

Описание игры: на площадке проводятся две параллельные прямые на расстоянии 80 – 100 см – «ров».

По краям площадки очерчивается «дом коз».

Воспитатель назначает одного играющего «волком», остальные – «козы». Все козы располагаются на одной стороне площадки. Волк становится в ров.

По сигналу воспитателя «волк во рву» козы бегут на противоположную сторону площадки, перепрыгивая через ров, а волк – старается их поймать (коснуться).

Пойманных отводит в угол рва.

Продолжительность игры 5-7 минут

«Рыбаки и рыбки»

Цель:

- Развивать у детей ловкость, сообразительность, умение действовать по сигналу.
- Упражнять в быстром беге с увертыванием и в ловле.

Описание игры: площадка – «пруд».

Вдоль площадки ходит рыбак, а на противоположной стороне – его помощник.

В руках старшего рыбака «сеть» (веревка), на конце – мешочек с песком.

Старший рыбак говорит помощнику: «Лови!», и бросает ему конец веревки с грузом, затем рыбаки окружают веревкой рыбок, которые не успели уплыть в глубокое место (отчерченное место на площадке).

По сигналу «рыбки, плывите» рыбки снова выплывают из глубокого места.

Продолжительность игры 6 – 8 минут.

«Хромая лиса»

Количество участвующих детей может быть как угодно велико. Сбравшись на просторном дворе или в большой комнате, они выбирают одного из участвующих, которому дают прозвище хромой лисы.

На месте, выбранном для игры, очерчивают круг довольно больших размеров, в который входят все дети, кроме хромой лисы.

По данному сигналу дети бросаются бегом по кругу, а хромая лиса в это время скачет на одной ноге и старается во чтобы то ни стало запятнать кого-нибудь из бегущих, т. е. прикоснуться к нему рукой.

Лишь только ей это удалось, она входит в круг и присоединяется к остальным бегущим товарищам, потерпевший же принимает на себя роль хромой лисы.

Дети играют до тех пор, пока все не перебивают в роли хромой лисы; игру, однако, можно прекратить раньше, при первом появлении признаков утомления.

Для правильного ведения игры необходимо соблюдать следующие условия: дети, вошедшие внутрь круга, должны, бегать лишь в нем и не выходить за очерченную линию, кроме того, участвующий, избранный хромой лисой, должен бегать лишь на одной ноге.

Главные элементы этой игры составляют бег и прыжки.

«Ястреб»

Дети собираются, количеством до 16 и больше, во дворе, в саду или в просторной комнате и бросают меж собою жребий.

Выбираемый по жребию представляет ястреба.

Остальные дети берутся за руки и становятся парами, образуя несколько рядов.

Впереди всех помещается ястреб, который может смотреть только вперед и не смеет оглядываться.

По данному сигналу, пары внезапно отделяются друг от друга и бросаются бегом в различные стороны, в это время ястреб догоняет их, стараясь кого-нибудь поймать.

Потерпевший, т. е. очутившийся в когтях ястреба, меняется с ним ролями. Дети во время бега стремятся бросить в ястреба платок или свернутый жгут, — если они попадают в него, он считается убитым и из среды детей выбирается на его место другой.

«Палочка – стукалочка»

С одной стороны площадки посадить детей, поделив их на одинаковые колонны. На расстоянии 1 - 2 шагов от них начертить линию, от которой дети будут бегать на противоположный конец площадки, где стоит стул.

Под стулом лежит палочка.

На линию выходят по одному из каждой колонны и на слово "раз" или "беги" бегут.

Кто быстрее вытянит палочку, тот стучит и говорит: "Раз, два, три, палочка - стукалочка, стучи!", кладет палочку на место и садится на свое место. Колонна, в которой ребенок выиграл, получает флажок.

Затем выходит вторая, третья пара и т. д.

В конце игры подсчитываются флажки.

Выигрывает та колонна, которая имеет больше флажков.