

# Картотека подвижных игр в средней группе.

Подготовил воспитатель  
МАДОУ д /с «Ромашка»  
Чернышева М.Е.





### «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 1м от сетки на линии с обеих сторон стоят группки 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.





## «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 встаёт и ловит детей, они бегут домой.





## « Найди и промолчи » (ориентировка в пространстве)

Задачи: Учить ориентироваться в зале.

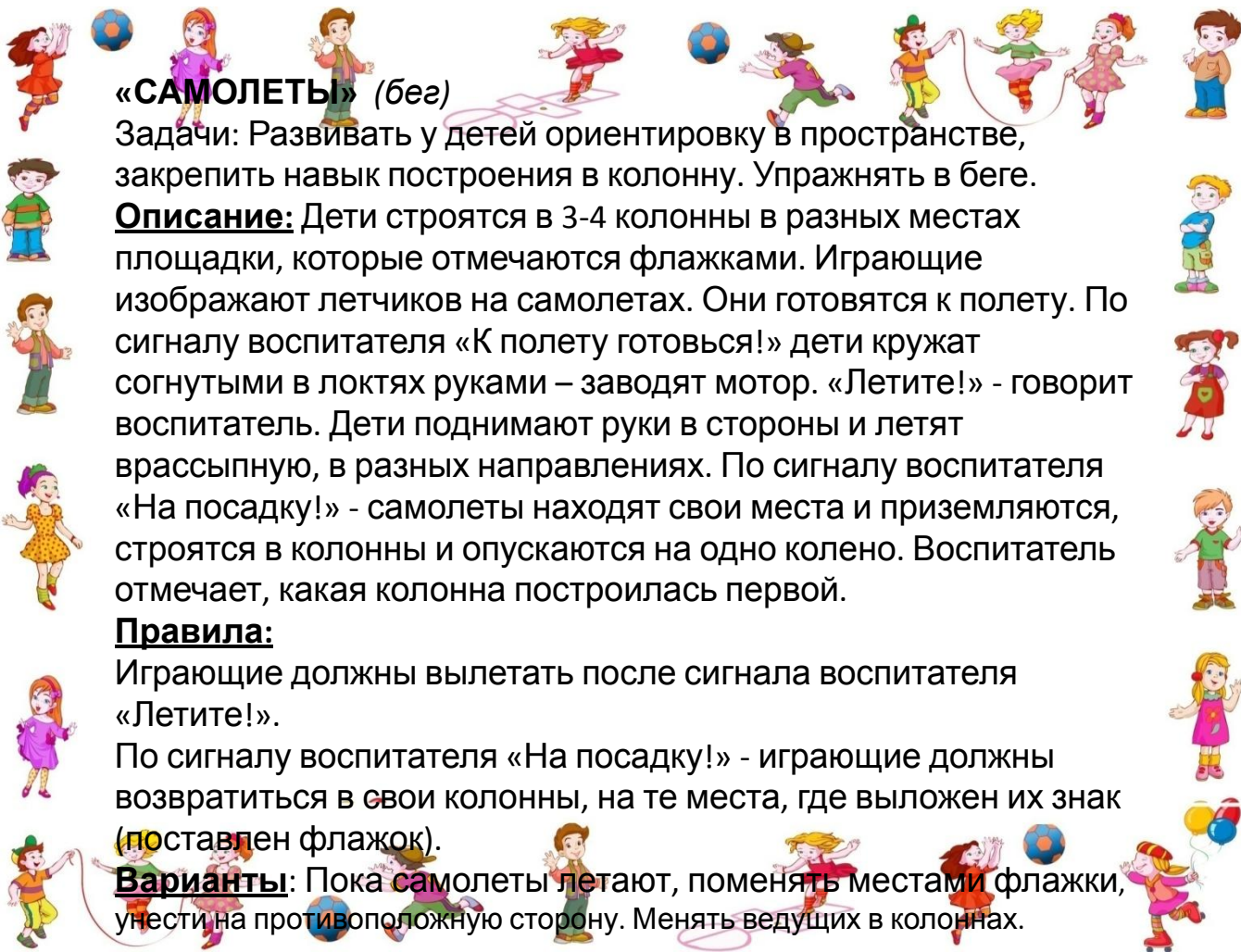
Воспитывать выдержку, смекалку.

**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.

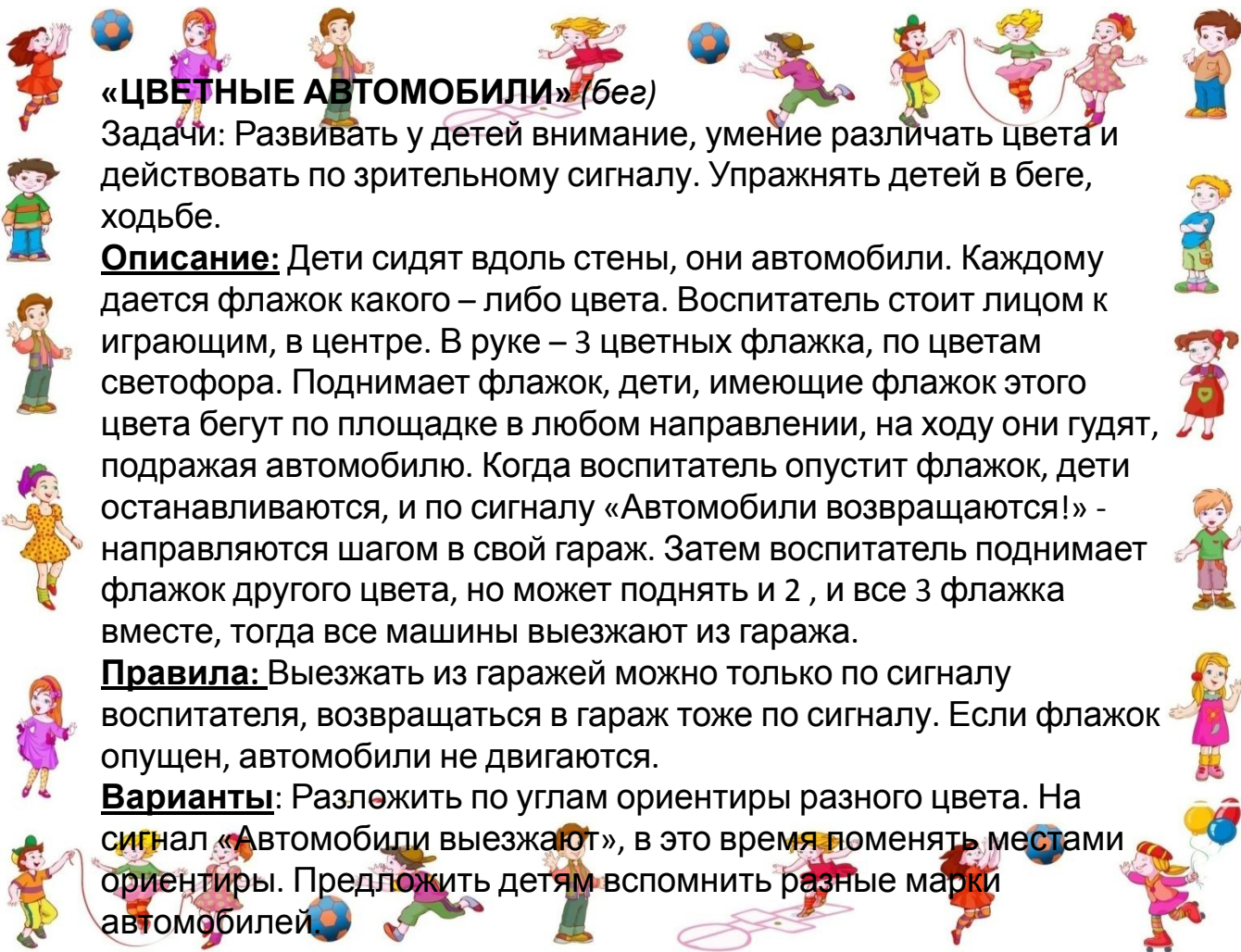
**Описание:** Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками. Играющие изображают летчиков на самолетах. Они готовятся к полету. По сигналу воспитателя «К полету готовься!» дети кружат согнутыми в локтях руками – заводят мотор. «Летите!» - говорит воспитатель. Дети поднимают руки в стороны и летят врассыпную, 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.





## «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.



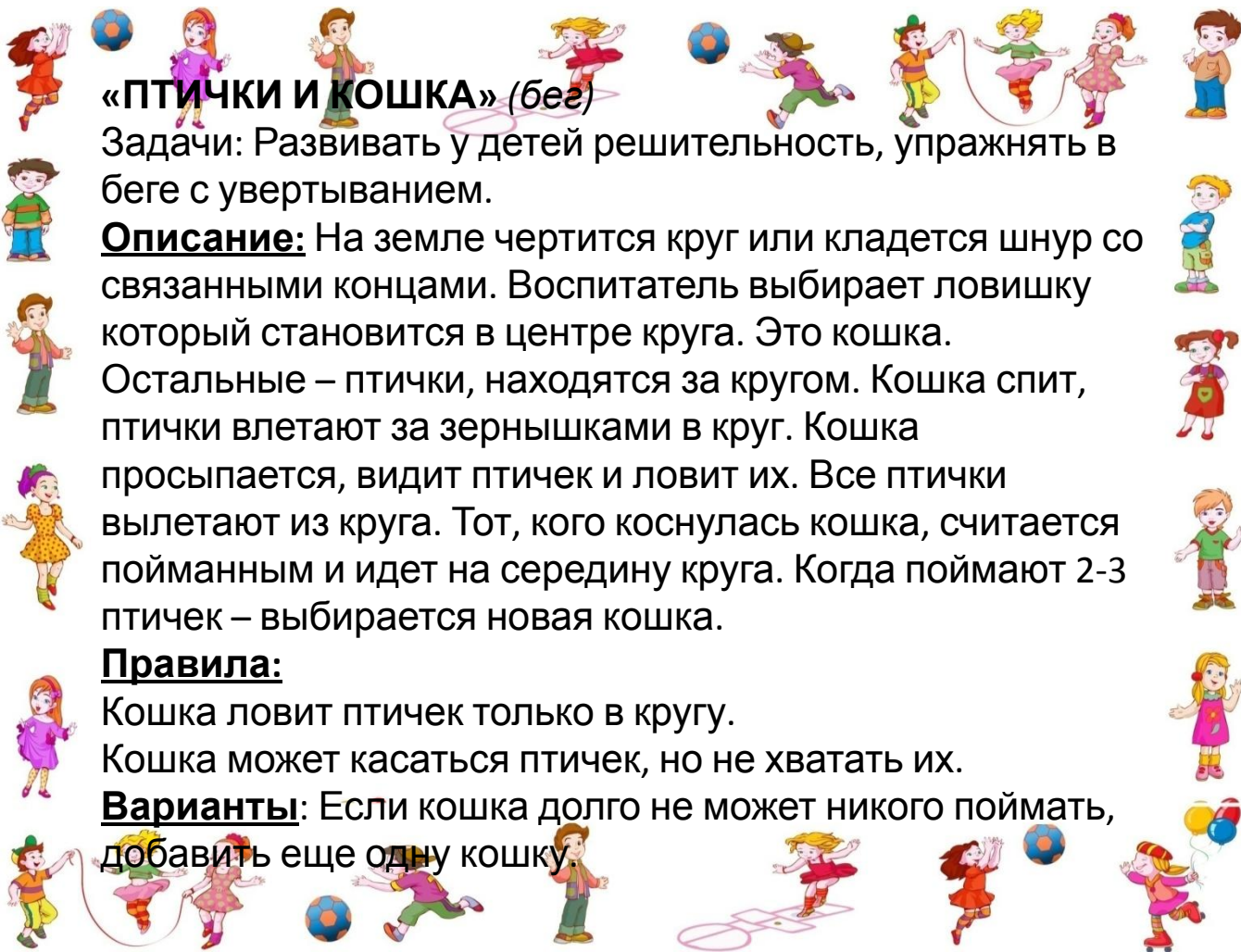
**Описание:** На одной стороне площадки отчерчивается курятник. В курятнике на насесте (на скамейках) располагаются куры, дети стоят на скамейках. На другой стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место – двор. Один из играющих назначается лисой, остальные куры – они ходят и бегают по двору, 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!».





## «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 настигнуть. 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!».



## «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



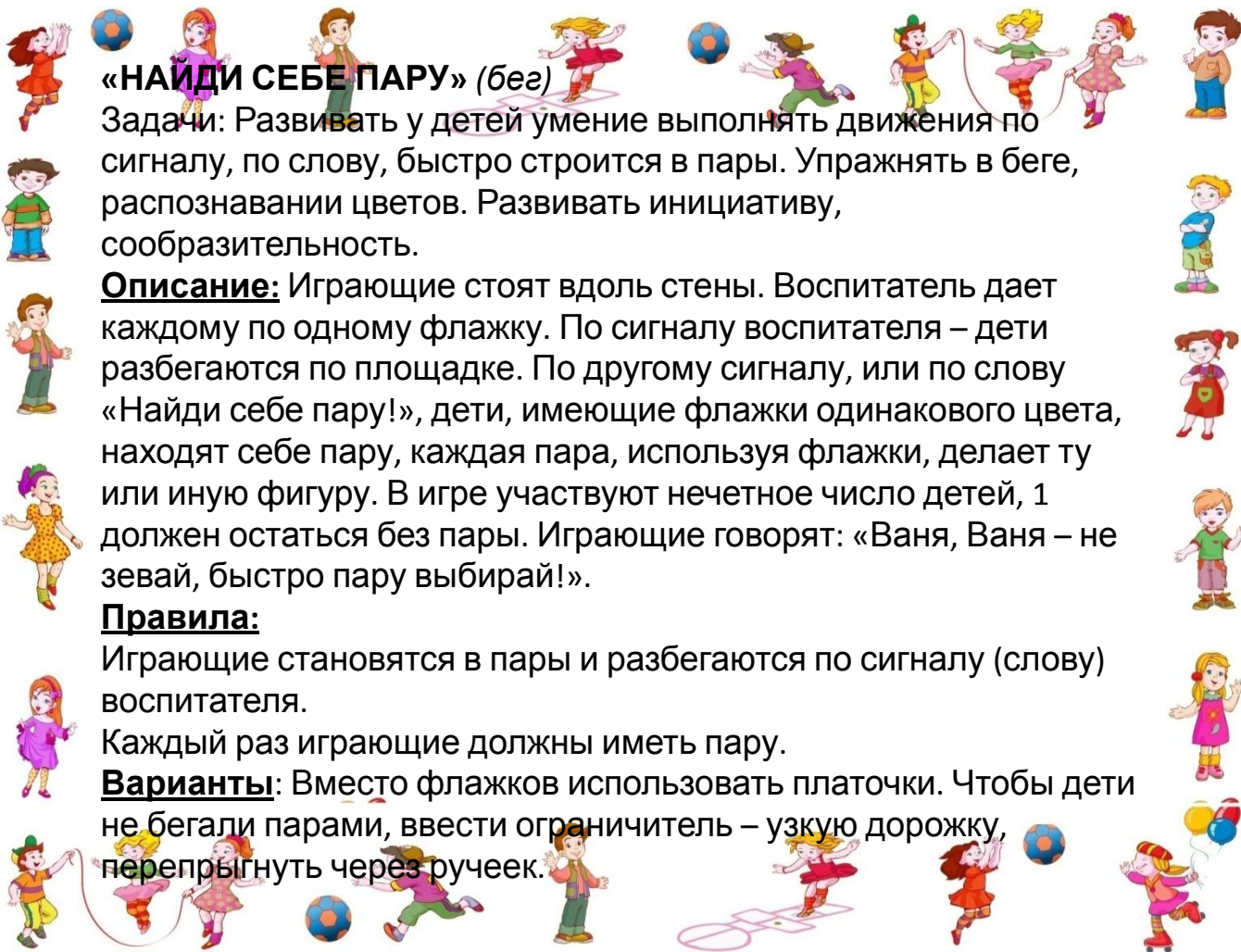
— повязать на руку ленточку, приколоть бант, надеть шапочку с султанчиком и т. п. Если ловишка оказался



неловким и долгое время никого не может поймать, воспитатель останавливает игру и назначает другого



водящего.



## **«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.





### «Кегли» (катание шара)

Задачи: Учить детей основным правилам игры. Упражняться в сильном и резком катание 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





### «Перелёт птиц» (лазание)

Задачи: Развивать реакцию на словесные сигналы. Упражняться в лазание 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.





## «Пастух и стадо»



Задачи: Закрепление умения играть по правилам игры. Упражнять в ползание 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

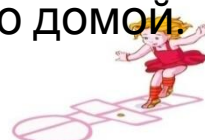
Пастушок: «Ту-ру-ру-ру». Затянули: «Му-му-му».



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.







## «Котята и щенята» (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.



Котята находятся около гимнастической стенки, щенята - на другой стороне комнаты (в будках за скамейками, за лесенкой, поставленной на ребро)

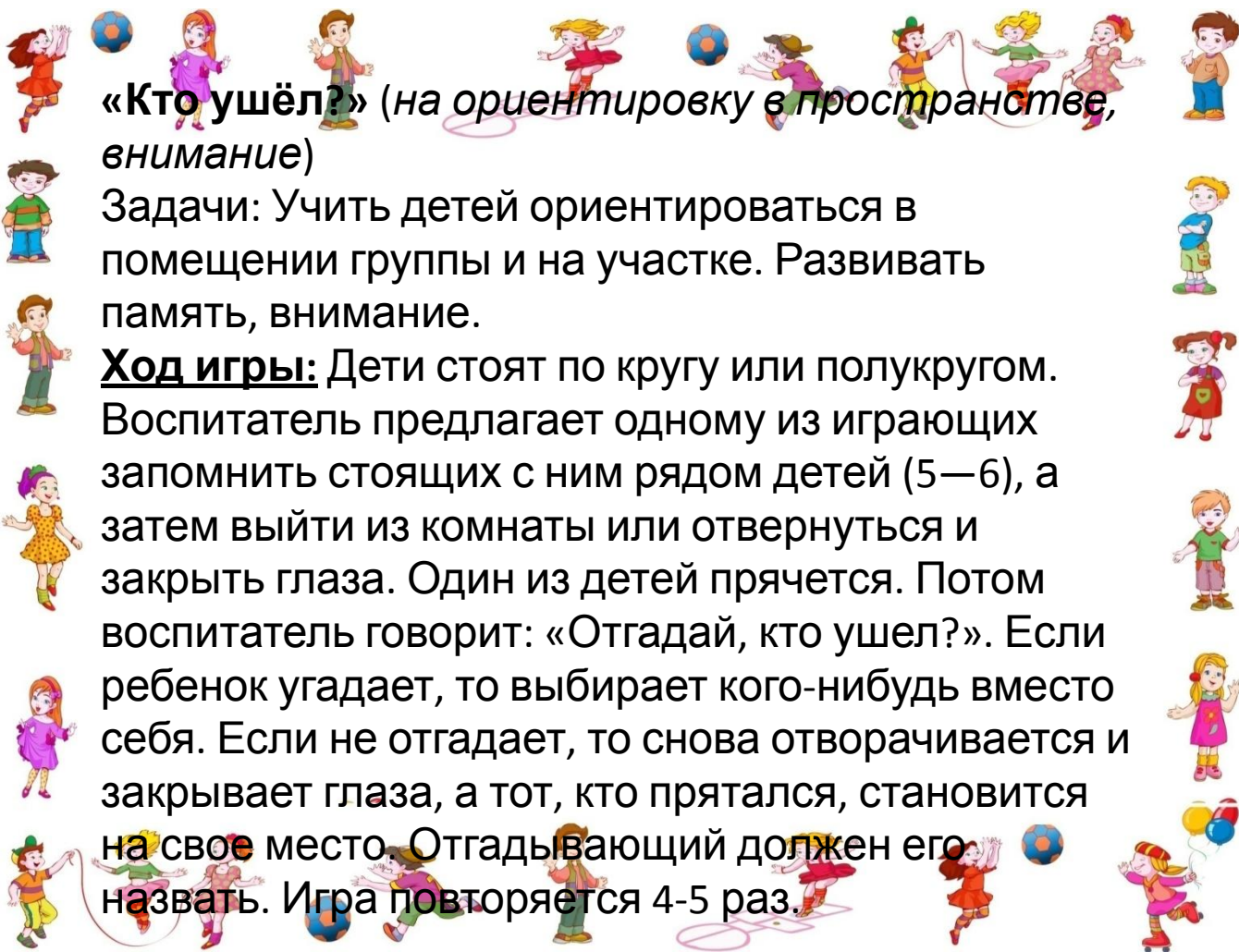
Воспитатель предлагает котьятам побегать легко, мягко. На слова воспитателя «ЩЕНЯТА» вторая группа детей перелезают через скамейки. Они на четвереньках бегут за котьятами и лают «ав-ав-ав-ав!».



Котьята мяукая, 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.

