

Министерство общего и профессионального  
образования

Свердловской области

МО Качканар


МДОУ детский сад «Ладушки»



## **КАРТотеКА ПОДВИЖНЫХ ИГР.**

Составитель:  
Фаррахова Г.Н.





## Подвижные игры для детей младшего дошкольного возраста

### **1. По дорожке, по тропинке**

Воспитатель подзывает к себе детей и показывает, какая ровная дорожка нарисована (две параллельные линии на расстоянии 30см) . Предложить детям погулять по ровенькой дорожке, не заходя за линии.

Игру повторять на прогулке с различной мотивацией ( к кусту, к лавочке, к игрушке...) Отрабатывать умение двигаться в одном направлении, не заходя за линии, не толкаясь.

### **2. Воробушки и автомобиль**

Воспитатель очерчивает площадку, где будут летать воробушки , ставит по краям скамеечки или стулья, говорит:

- Сюда полетят воробушки, когда поедет автомобиль.

На дереве или на крыше они не бояться машины.

Как уедет автомобиль- воробьи опять полетят искать зёрнышки и крошки.

Тут же воспитатель показывает детям, что автомобилем будет он.

- Тихо, на дворе никого нет! Лети воробушки!

Дети изображают воробушков, бегают, машут крылышками.

Вдруг раздаётся «гудок» и выезжает автомобиль.

Воробушки убегают на стульчики.

Игра повторяется несколько раз.

### **3. «Солнышко и дождик»**

Домики расположены полукругом ,на некотором расстоянии друг от друга ( обручи и стулья) Дети вместе с воспитателем находятся на стульях.

Воспитатель

говорит:

- Какая хорошая погода! Сейчас выйду и позову ребят поиграть!

Выходит на середину и зовёт всех играть.

Малыши берутся за руки и водят хоровод под песенку:

«Смотрит солнышко в окошко, светит в нашу комнату,

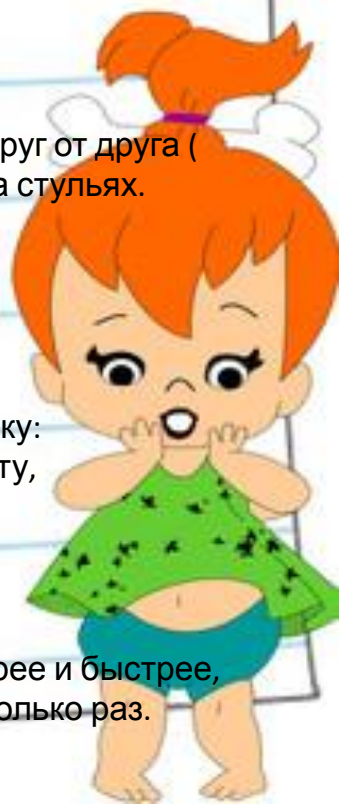
Мы захлопаем в ладоши, очень рады солнышку.

Топ-топ, , топ- топ,

Хлоп-хлоп, Хлоп-хлоп»

Неожиданно для детей воспитатель говорит:

- Посмотрите, дождь идёт, сначала медленно, а затем все быстрее и быстрее, скорее домой! Дети бегут в домики. Игра повторяется несколько раз.





#### 4. «Принеси флажок»

Собрав группу детей (4-6 человек)

Воспитатель показывает им флажки и предлагает поиграть ими. Дети тануются около черты, проведённой на некотором расстоянии от стены.

С противоположной стороны площадки (комнаты) воспитатель ставит стул и кладёт на него флажки.

Между чертой и стулом складываются палки (2-3) на расстоянии 1м друг от друга

#### 5. «По ровненькой дорожке»

Воспитатель предлагает детям пойти на прогулку. Все идут друг за другом , приговаривая:

По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке,  
По камешкам, по камешкам , (прыгают на двух ногах)

В ямку - бух ( присели на корточки)

Ух-у-ух! (Выпрямляются)

Этот текст и соответствующие движения повторяются 2 раза. Затем дети произносят следующие слова:

По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке (Идут один за другим немного расслабив тело, будто устали).

Устали наши ножки, устали наши ножки ,

Вот наш дом–(бегут к стульчикам в противоположный конец зала и садятся)

Вот так и живём!

#### 6. «Где звенит?»

Дети стоят лицом к стене. Помощник воспитателя прячется в другом конце зала и звонит в колокольчик .

Воспитатель говорит детям:

«Послушайте, где звенит,  
и найдите колокольчик!».

Когда дети находят колокольчик, воспитатель хвалит их , а затем предлагает снова повернуться к стене.

Помощник воспитателя опять звонит в колокольчик.





## 7. «Поезд»

Дети становятся друг за другом. Каждый ребёнок изображает вагон, а впереди стоящий воспитатель-паровоз.

Паровоз гудит, а поезд начинает двигаться- сначала- медленно, потом быстрее. Приближаясь к станции (заранее отмеченное место), Поезд замедляет ход, останавливается.

Затем паровоз даёт гудок, и движение возобновляется.

«По мостику через ручеёк»

Воспитатель чертит две линии

( в помещении можно использовать шнуры) и говорит детям, что это река, затем кладёт через неё доску, мостик, и предлагает детям:

-Почимся ходить по мостику!

Наблюдая , чтобы дети шли только по доске не наталкиваясь друг на друга, воспитатель напоминает, что идти надо осторожно, чтобы не упасть в реку. Дети проходят по доске в одну и другую сторону 2-3 раза. Идти по мостику осторожно, стараясь не упасть «в реку», не толкаясь.

## 8. «Хоровод»

Учить детей водить хоровод; упражнять в приседании.

Дети за воспитателем проговаривают слова. Взявшись за руки, ходят по кругу.

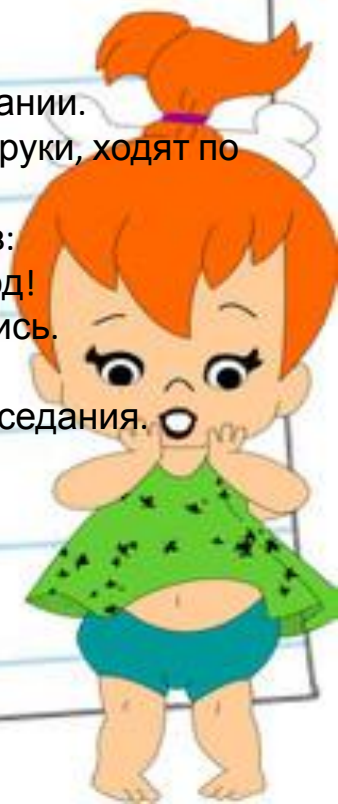
Вокруг розовых кустов, среди травок и цветов:

Кружим, кружим хоровод, ох, весёлый мы народ!

До того мы закружились, что на землю повалились.

Бух!

При произнесении последней фразы выполняют приседания.







### 9. «Карусель»

Развивать у детей равновесие в движении, навык бега, повышать эмоциональный тонус.

Описание. Воспитатель предлагает детям покататься на карусели. Держит в руках обруч (находясь в середине обруча) с привязанными к нему разноцветными ленточками. Дети берутся за ленточки, воспитатель двигается с обручем. Дети идут, а затем бегут по кругу.

Воспитатель говорит:

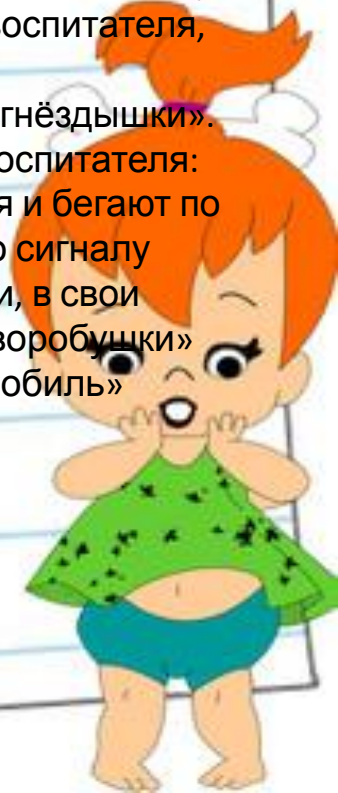
Еле-еле, еле-еле завертелись карусели,  
А потом, а потом всё бегом, бегом, бегом!  
Тише, тише, не бегите, карусель остановите,  
Раз и два, раз и два, вот и кончилась игра!  
Дети останавливаются.

### 10. «Воробушки и автомобиль»

Приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить своё место.

Описание. Дети – «воробушки» садятся на скамейку – «гнездышки».

Воспитатель изображает «автомобиль». После слов воспитателя: «Полетели, воробушки, на дорожку» - дети поднимаются и бегут по площадке, размахивая руками – «крылышками». По сигналу воспитателя: «Автомобиль едет, летите, воробушки, в свои гнездышки!» - «автомобиль» выезжает из «гаража», «воробушки» улетают в «гнезда» (садятся на скамейки). «Автомобиль» возвращается в «гараж».





### 11. «Раз, два, три – беги!»

Упражнять детей в умении действовать по сигналу; развивать быстроту бега, слаженность коллективных действий.

Описание. Дети стоят возле воспитателя и слушают, что он скажет. Если воспитатель говорит: «Раз, два, три, к дереву беги», дети бегут к дереву и ждут воспитателя. Если воспитатель скажет: «Раз, два, три, к песочнице беги», дети бегут к песочнице и ждут воспитателя.

### 12. «Вейся, венок»

Учить детей водить хоровод; упражнять в беге.

Описание. Дети и воспитатель стоят около дерева, вокруг которого можно образовать круг и поводить хоровод. Воспитатель произносит: «Вы, ребята, листочки, из которых я буду плести веночки. Подул ветерок, разлетелись листочки» (дети выполняют бег по площадке). По сигналу воспитателя: «Вейся, венок! Завивайся, венок! Да не путайся!» (дети бегут к воспитателю). Воспитатель помогает образовать круг. Вместе с воспитателем дети водят хоровод вокруг дерева, произнося

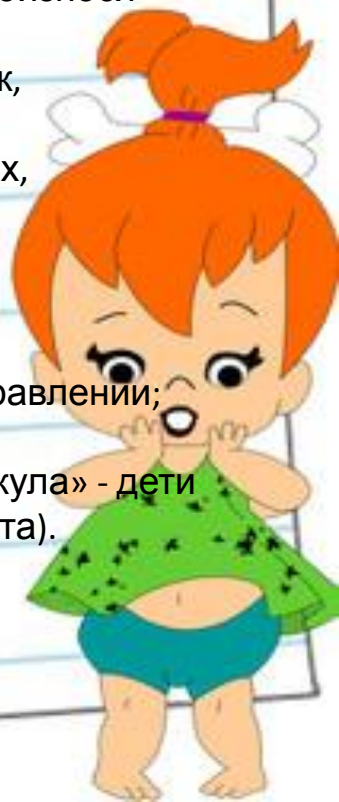
рифмованные строки:

Выйдем, выйдем погулять, погулять в садочек,  
Будем листья собирать, сделаем веночек.  
Много листьев наберём, жёлтеньких и красных,  
И веночки мы сплетём из листочков разных.

### 13. «Акула и рыбки»

Развитие умения у детей бегать в определённом направлении; ориентироваться в пространстве.

Дети – «рыбки» «плавают». По сигналу воспитателя: «Акула» - дети прячутся, «уплывают» в укрытие (домик из каната).







## 14 «Зайка беленький сидит»

Приучать детей слушать текст и выполнять движения с текстом; учить их подпрыгивать, хлопать в ладоши, убегать, услышав последние слова текста; доставить детям радость.

Описание. Дети – «зайки» сидят на скамейке. Воспитатель предлагает выбежать «зайчикам» на середину площадки («полянку»). Дети выходят на середину площадки, становятся около воспитателя и приседают на корточки. Воспитатель произносит текст:

Зайка беленький сидит Дети шевелят кистями  
И ушами шевелит. рук, подняв их к голове,  
Вот так, вот так имитируя заячьи уши.

Он ушами шевелит.

Зайке холодно сидеть, Хлопают в ладоши.

Надо лапочки погреть  
Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп,  
Надо лапочки погреть.


Зайке холодно стоять, Подпрыгивают на обеих  
Надо зайке поскакать. ногах на месте.

Скок-скок, скок-скок,  
Надо зайке поскакать.

(Название игрушки) зайку испугал, Конкретно указывается,  
кто испугал зайку

Зайка прыг и ускакал. (воспитатель показывает  
игрушку).

Дети убегают на свои места.





### 15. «Мой весёлый звонкий мяч»

Учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убежать только тогда, когда будут произнесены последние слова.

**Описание.** Дети стоят с одной стороны площадки, около них воспитатель с мячом в руках. Он показывает, как легко и высоко подпрыгивает мяч, если его отбивать рукой, сопровождая действия словами:

Мой весёлый звонкий мяч,  
Ты куда пустился вскачь?  
Красный, жёлтый, голубой,  
Не угнаться за тобой.

Затем воспитатель предлагает детям выполнить прыжки, при этом отбивая мяч о землю. Прочитав снова стихотворение, он говорит: «Сейчас догоню!» Дети перестают прыгать и убегают. Воспитатель делает вид, что ловит их. Воспитатель, не пользуясь мячом, предлагает детям выполнить прыжки, сам же при этом поднимает и опускает руку над головами детей, как будто отбивает мячи.

### 16. «Снег идёт»

Научить соотносить собственные действия с действиями участников игры; упражнять детей в беге, делать повороты вокруг себя.

Воспитатель читает стихотворение:

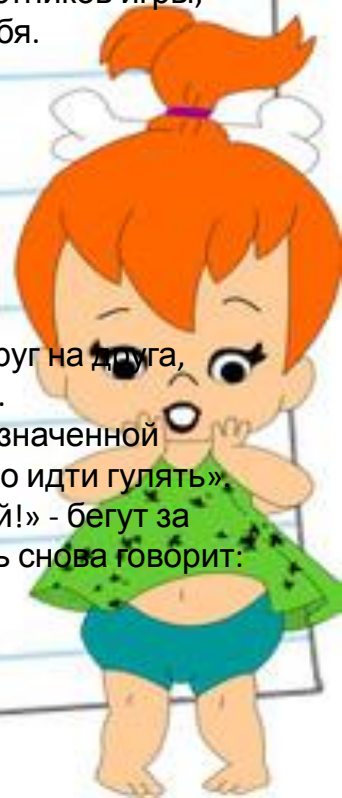
Белый снег пушистый в воздухе кружится,  
И на землю тихо падает, ложится.  
Дети бегают по кругу, кружатся.

### 17. «Солнышко и дождик»

Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, приучать их действовать по сигналу воспитателя.

**Описание.** Дети присаживаются на корточки за чертой, обозначенной воспитателем. Воспитатель говорит: «На небе солнышко! Можно идти гулять»

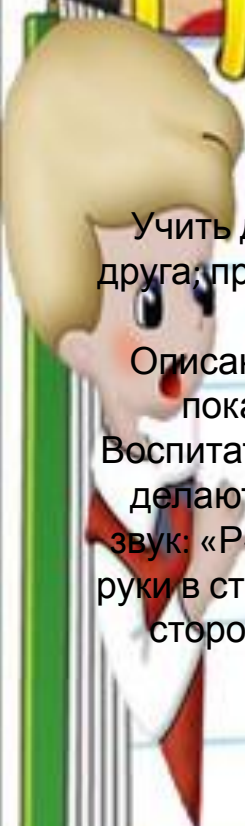
Дети бегают по площадке. На сигнал: «Дождик! Скорей домой!» - бегут за обозначенную линию и присаживаются на корточки. Воспитатель снова говорит: «Солнышко! Идите гулять», и игра повторяется.







## 18. «Самолёты»



Учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; приучать их внимательно слушать сигнал и начинать движение по словесному сигналу.

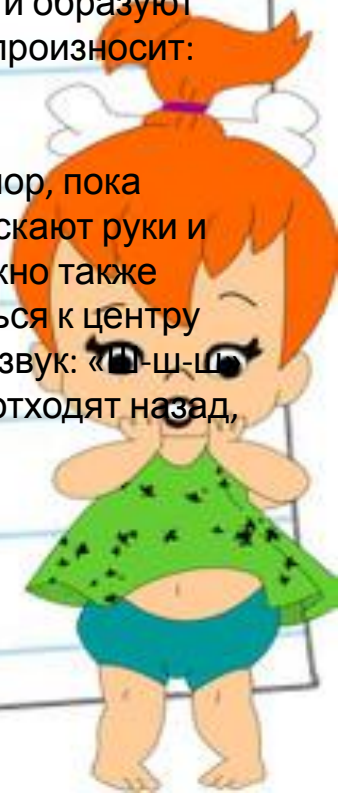
Описание. Воспитатель предлагает детям подготовиться к «полёту», показав предварительно, как «заводить» мотор и как «летать». Воспитатель говорит: «К полёту подготовиться. Завести моторы!» - дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук: «Р-р-р». После сигнала воспитателя: «Полетели!» - дети разводят руки в стороны (как крылья у самолёта) и «летят» - разбегаются в разные стороны. По сигналу воспитателя: «На посадку!» - дети садятся на скамейку.

## 19. «Пузырь»

Научить детей становиться в круг, делать его то шире, то уже, приучать их согласовывать свои движения с произносимыми словами.

Описание. Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют небольшой круг, стоя близко друг к другу. Воспитатель произносит:  
Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой,  
Оставайся такой да не лопайся.

Играющие отходят назад и держатся за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Лопнул пузырь!», тогда они опускают руки и приседают на корточки, говоря при этом: «Хлоп!» Можно также предложить детям после слов: «Лопнул пузырь» двигаться к центру круга, по-прежнему держась за руки и произнося при этом звук: «П-ш-ш» (воздух выходит). Затем дети снова «надувают» пузырь – отходят назад, образуя большой круг.





## 20. «Снежинки и ветер»

Развитие воображения детей, внимательности, умения играть в коллективе; упражнять в беге, делать повороты вокруг себя, в приседании.

Воспитатель произносит слова:

А сейчас я посмотрю:

Кто умеет веселиться,

Кто мороза не боится.

Воспитатель – «ветер» имитирует дуновение ветра, а дети – «снежинки» передвигаются по площадке, изображая полёт снежинок. Дети прячутся (присаживаются), когда воспитатель прекращает дуть.

## 21. «Поезд»

Учить детей ходить и бегать в колонне по одному, ускорять и замедлять движение, делать остановки по сигналу; приучать детей находить своё место в колонне, не толкать товарищей, быть внимательными.

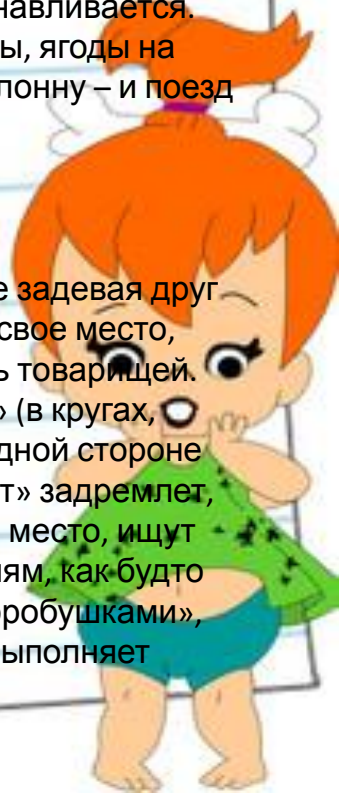
Описание. Дети становятся в колонну по одному (не держась друг за друга). Первый – «паровоз», остальные – «вагоны». Воспитатель даёт гудок, и «поезд» начинает двигаться вперёд сначала медленно, потом быстрее, быстрее, наконец, дети переходят на бег. После слов воспитателя «Поезд подъезжает к станции» дети постепенно замедляют движение – поезд останавливается.

Воспитатель предлагает всем выйти, погулять, собрать цветы, ягоды на воображаемой полянке. По сигналу дети снова собираются в колонну – и поезд начинает двигаться.

## 22. «Воробушки и кот»

Учить детей мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убежать, находить свое место, приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

Описание. Дети – «воробушки» сидят в своих «гнездышках» (в кругах, обозначенных на земле, или нарисованных на асфальте) на одной стороне площадки. На другой стороне площадки – «кот». Как только «кот» задремлет, «воробушки» «вылетают» на дорогу, «перелетают» с места на место, ищут крошки, зёрнышки (дети приседают, стучат пальцами по коленям, как будто клюют). Но вот «просыпается» «кот», «мяукает» и бежит за «воробушками», которые «улетают» в свои «гнезда». Сначала роль «кота» выполняет воспитатель, а затем кто-нибудь из детей.







### 23. «Зайцы и волк»

Приучать детей внимательно слушать воспитателя, выполнять прыжки и другие действия в соответствии с текстом; учить ориентироваться в пространстве, находить своё место.

Описание. Дети – «зайцы» прячутся за кустами и деревьями. В стороне, за кустом, находится «волк». «Зайцы» выбегают на полянку, прыгают, щиплют травку, резвятся. По сигналу воспитателя: «Волк идёт!» - «зайцы» убегают и прячутся за кусты, деревья. «Волк» пытается их догнать. В игре можно использовать стихотворный текст:

Зайки скачут: скок, скок, скок –  
На зелёный на лужок.  
Травку щиплют, кушают,  
Осторожно слушают,  
Не идёт ли волк?

Дети выполняют движения по тексту. С окончанием текста появляется «волк» и начинает ловить «зайцев». Первое время роль «волка» выполняет воспитатель.

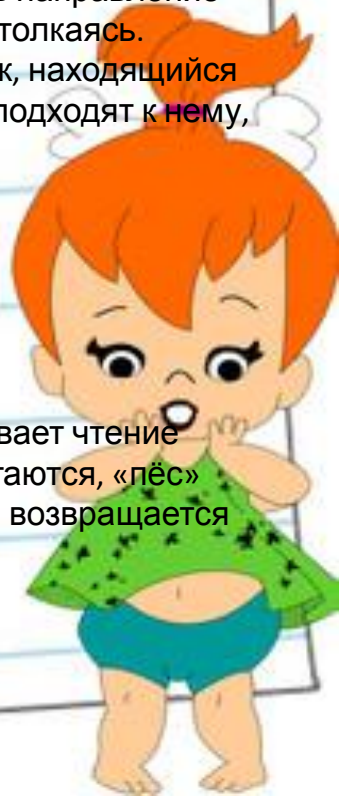
### 24. «Лохматый пёс»

Учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения, бегать, стараясь не попадаться ловящему и не толкаясь.

Описание. Дети стоят на одной стороне площадки. Один ребёнок, находящийся на противоположной стороне, изображает «пса». Дети тихонько подходят к нему, а воспитатель в это время произносит:

Вот лежит лохматый пёс,  
В лапы свой уткнувши нос,  
Тихо, смирно он лежит,  
Не то дремлет, не то спит.  
Подойдём к нему, разбудим  
И посмотрим: «Что-то будет?»

Дети приближаются к «псу». Как только воспитатель заканчивает чтение стихотворения, «пёс» вскакивает и громко «лает». Дети разбегаются, «пёс» старается поймать кого-нибудь. Когда все дети спрячутся, «пёс» возвращается на место.





## 25. «Догони меня»

Учить детей быстро действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать ловкость.

Описание. Дети сидят на скамейке. Воспитатель предлагает им догнать его и бежит в сторону, противоположную от детей. Дети бегут за воспитателем, стараясь поймать его. Когда они подбегают к нему, воспитатель останавливается и говорит: «Убегайте, убегайте, догоню!»

Дети бегом возвращаются на свои места.

Указания к проведению. Воспитатель не должен слишком быстро убегать от детей: им интересно его поймать. Не следует и слишком быстро бежать за детьми, так как они могут упасть. Сначала бег проводится только в одном направлении. Когда дети подбегут к воспитателю, надо отметить, что они умеют быстро бегать. При повторении игры воспитатель может менять направление, убегая от детей.

## 26. «Мороз Красный Нос»

Развитие умения выполнять характерные движения; упражнять детей в беге.

Воспитатель стоит напротив детей на расстоянии 5 метров и произносит слова:

Я – Мороз Красный Нос. Бородою весь зарос.

Я ищу в лесу зверей. Выходите поскорей!

Выходите, зайчики! Девочки и мальчики!

(Дети идут навстречу воспитателю.)

- Заморожу! Заморожу!

Воспитатель пытается поймать ребят – «зайчат». Дети разбегаются.







## 27. «Куры в огороде»

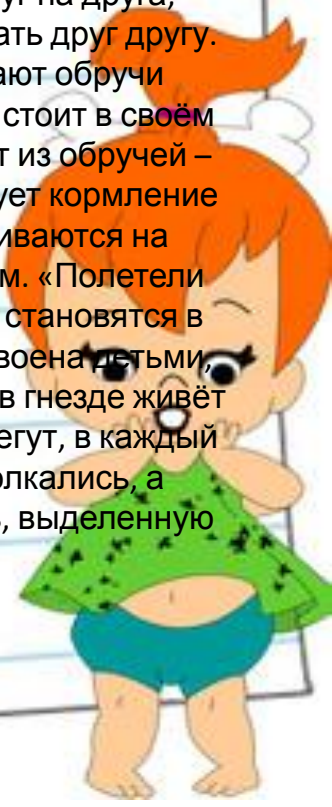
Развивать координацию движений, быстроту реакции; упражнять в беге, приседании и подлезании.

Описание. На середине площадки ограничивают небольшую площадь – «огород». Недалеко от него, с одной стороны площадки ставят стул – это «дом» сторожа, с другой стороны на уровне груди ребёнка на стойках укрепляют рейку или натягивают ленту – «дом» для кур. Роль «сторожа» вначале выполняет воспитатель, а затем более активные дети. Остальные – «куры». По сигналу воспитателя: «Идите, курочки, гулять» - дети – «куры» подлезают под «ограду» (рейку), пробираются в «огород», бегают, «ищут» корм, «кудахчут». «Сторож» замечает «кур» и гонит их из «огорода» - хлопает в ладоши, приговаривая: «Кыш, кыш!» Дети – «куры» убегают, подлезают под рейку и прячутся в «дом». «Сторож» обходит «огород» и снова садится. Игра повторяется. Если игра проводится впервые, то площадь «огорода» не обозначается. Дети бегают, используя всю площадку.

## 28. «Птички в гнёздышках»

Учить детей ходить и бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.

Описание. С одной стороны площадки свободно раскладывают обручи («гнёздышки») по количеству детей. Каждый ребёнок («птичка») стоит в своём «гнёздышке». По сигналу воспитателя дети – «птички» выбегают из обручей – «гнёзд» - и разбегаются по всей площадке. Воспитатель имитирует кормление «птиц» то в одном, то в другом конце площадки: дети присаживаются на корточки, ударяя кончиками пальцев по коленям – «клюют» корм. «Полетели птички в гнёзда!» - говорит воспитатель, дети бегут к обручам и становятся в любой свободный обруч. Игра повторяется. Когда игра будет усвоена детьми, можно ввести новые правила: разложить 3-4 больших обруча – «в гнезде живёт несколько птиц». На сигнал: «Полетели птицы в гнёзда» - дети бегут, в каждый обруч встают 2-3 детей. Воспитатель следит, чтобы они не толкались, а помогали друг другу встать в обруч, использовали всю площадь, выделенную для игры.





## 29. «По ровненькой дорожке»

Развивать у детей согласованность движения рук и ног; приучать ходить свободно в колонне по одному; развивать чувство равновесия, ориентировке в пространстве.

Описание. Дети, свободно группируясь, идут вместе с воспитателем. Воспитатель в определённом темпе произносит следующий текст, дети выполняют движения согласно тексту:

По ровненькой дорожке, Идти шагом.

По ровненькой дорожке

Шагают наши ножки:

Раз – два, раз – два.

По камешкам, по камешкам, Прыгать на двух ногах с продвижением вперёд.

По камешкам, по камешкам...

В ямку – бух! Присесть на корточки.

Подняться.

Стихотворение повторяется снова. После нескольких повторений воспитатель произносит другой текст:

По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке

Устали наши ножки, устали наши ножки,

Вот наш дом – здесь мы живём.

По окончании текста дети бегут в «дом» - заранее обусловленное место за кустом, под деревом и т.п.

## 30. «Пастух и стадо»

Закреплять у детей умение играть по правилам игры, упражнять в ходьбе и беге.

Описание. Дети изображают «стадо» (коров, телят, овец). Выбирают «пастуха», дают ему дудочку и «кнут» (прыгалку). Воспитатель произносит слова, дети выполняют движения по тексту:

Рано – рано поутру

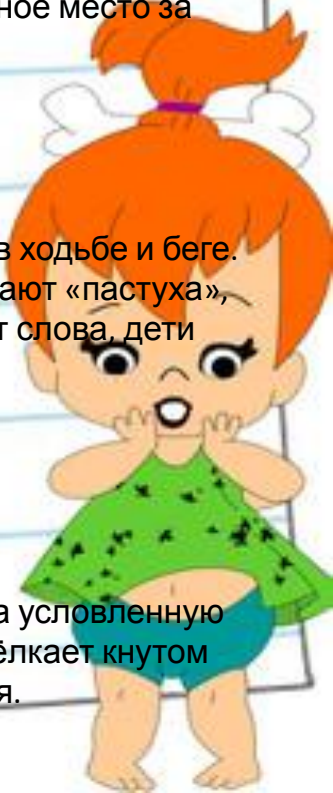
Пастушок: «Ту-ру-ру-ру»,

(«Пастушок» играет на дудочке.)

А коровки в лад ему

Затянули: «Му-му-му».

Дети – «коровки» мычат. Затем «пастух» гонит «стадо» в поле (на условленную лужайку), все ходят по ней. Через некоторое время «пастух» щёлкает кнутом (прыгалкой), гонит «стадо» домой. Игра повторяется.







### 31. «Лошадки»

Приучать детей двигаться вдвоём один за другим, согласовывать движения, не подталкивать бегущего впереди, даже если он двигается не очень быстро.

Описание. Дети делятся на две группы: одни изображают «лошадок», другие – «конюхов». Каждый «конюх» имеет «вожжи» - скакалки. По сигналу воспитателя «конюхи» ловят «лошадок», «запрягают» их (надевают «вожжи»). По указанию воспитателя дети могут ехать (бежать в паре) тихо, рысью или вскачь. Через некоторое время «лошадей» распрягают и выпускают на луг, «конюхи» садятся отдыхать. Через 2-3 повторения игры дети меняются ролями. В игре дети чередуют движения: бегают, подпрыгивают, ходят шагом и т.п. Можно предложить разные сюжеты поездок: на скачки, за сеном, в лес за дровами. Если «конюх» долго не может «поймать» какую-либо из «лошадей», другие «конюхи» помогают ему.

### 32. «Курочка – хохлатка»

Упражнять детей быстро реагировать на сигнал воспитателя; упражнять детей в ходьбе.

Воспитатель изображает «курицу», дети – «цыплят». Один ребёнок (постарше) – «кошка». «Кошка» садится на стул в сторонке. «Курочка» и «цыплята» ходят по площадке. Воспитатель говорит:

Вышла курочка – хохлатка, с нею жёлтые цыплятки,  
Квохчет курочка: «Ко-ко, не ходите далеко».

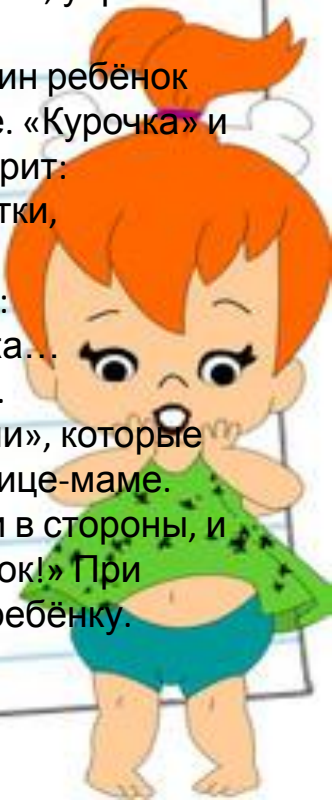
Приближаясь к «кошке», воспитатель говорит:

На скамейке у дорожки улеглась и дремлет кошка...

Кошка глазки открывает и цыпляток догоняет.

«Кошка» открывает глаза, мяукает и бежит за «цыплятами», которые убегают в определённый угол площадки – «дом» - к курице-маме.

Воспитатель («курица») защищает «цыплят», разводя руки в стороны, и говорит при этом: «Уходи, кошка, не дам тебе цыпляток!» При повторении игры роль «кошки» поручается другому ребёнку.





### 33. «Найди свой цвет»

Учить детей быстро действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать ловкость.

Описание. В разных сторонах площадки воспитатель кладёт обручи (изготовленные из картона) и в них ставит по одной кегле разного цвета.

Одна группа детей становится вокруг кегли красного цвета, другая – жёлтого, третья – синего. По сигналу воспитателя: «На прогулку!» - дети расходятся или разбегаются по всей площадке в разных направлениях.

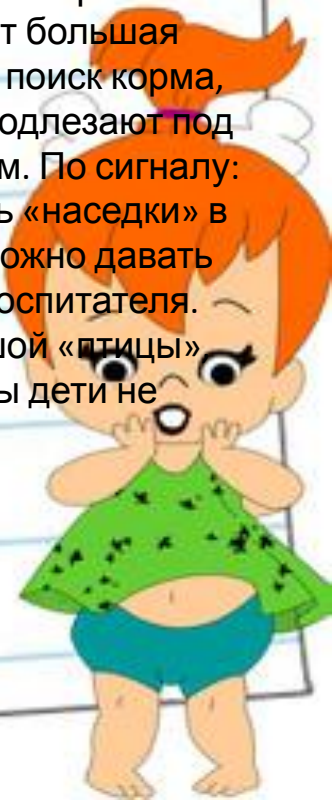
На второй сигнал: «Найди свой цвет!» - дети бегут к своим местам, стараясь найти кеглю своего цвета. Игра повторяется.

### 34. «Наседка и цыплята»

Учить детей подлезать под верёвку, не задевая её, увёртываться от водящего, быть осторожным и внимательным; приучать их действовать по сигналу, не толкать других детей, помогать им.

Дети, изображающие цыплят, вместе с воспитателем – «наседкой» - находятся за натянутой между стульями на высоте 35-40 см верёвкой – «домом». На противоположной стороне площадки сидит большая «птица». «Наседка» выходит из «дома» и отправляется на поиск корма, она зовёт «цыплят»: «Ко-ко-ко-ко». По её зову «цыплята» подлезают под верёвку, бегут к «наседке» и вместе с ней гуляют, ищут корм. По сигналу: «Большая птица!» - «цыплята» быстро убегают в дом. Роль «наседки» в первое время выполняет воспитатель, а затем эту роль можно давать детям, сначала по их желанию, а потом по назначению воспитателя.

Когда «цыплята» возвращаются в «дом», убегая от большой «птицы» воспитатель может приподнять верёвку повыше, чтобы дети не задевали её.







### 35. «Мыши в кладовой»

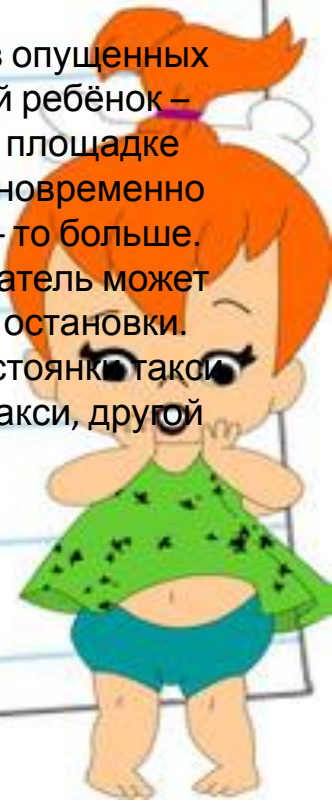
Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу; упражнять детей в подлезании, в беге и приседанию.

Дети – «мышки» находятся на одной стороне площадки. На противоположной стороне протянута верёвка на высоте 50 см от уровня земли – это «кладовка». Сбоку от играющих находится «кошка» (её роль выполняет воспитатель). «Кошка» засыпает, и «мыши» потихоньку бегут в «кладовую». Проникая в «кладовую», они нагибаются, чтобы не задеть верёвку. Там они присаживаются и как будто «грызут» сухари. «Кошка» просыпается, мяукает и бежит за «мышами». Они быстро убегают в свои норки. Игра возобновляется. В дальнейшем по мере усвоения правил игры роль «кошки» может исполнять кто-либо из детей.

### 36. «Такси»

Приучать детей двигаться вдвоём, соразмерять движения друг с другом, менять направление движений, быть внимательным к партнёрам по игре.

Дети становятся внутрь небольшого обруча, держат его в опущенных руках: один – у одной стороны, другой за другом. Первый ребёнок – «водитель» такси, второй – «пассажир». Дети бегут по площадке (дорожке). Через некоторое время меняются ролями. Одновременно могут играть 2-3 пары детей, а если позволяет площадь – то больше. Когда дети научатся бегать в одном направлении, воспитатель может дать задание двигаться в разных направлениях, делать остановки. Можно место остановки обозначить флажком или знаком стоянки такси. На остановке «пассажиры» меняются, один выходит из такси, другой садится.



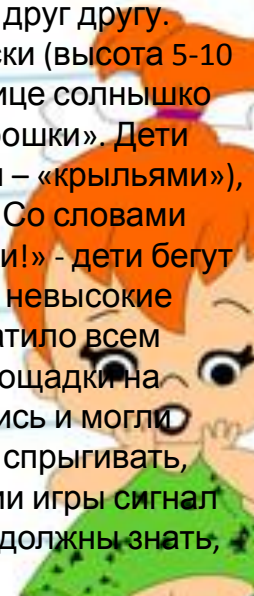


### 37. «Мыши и кот»

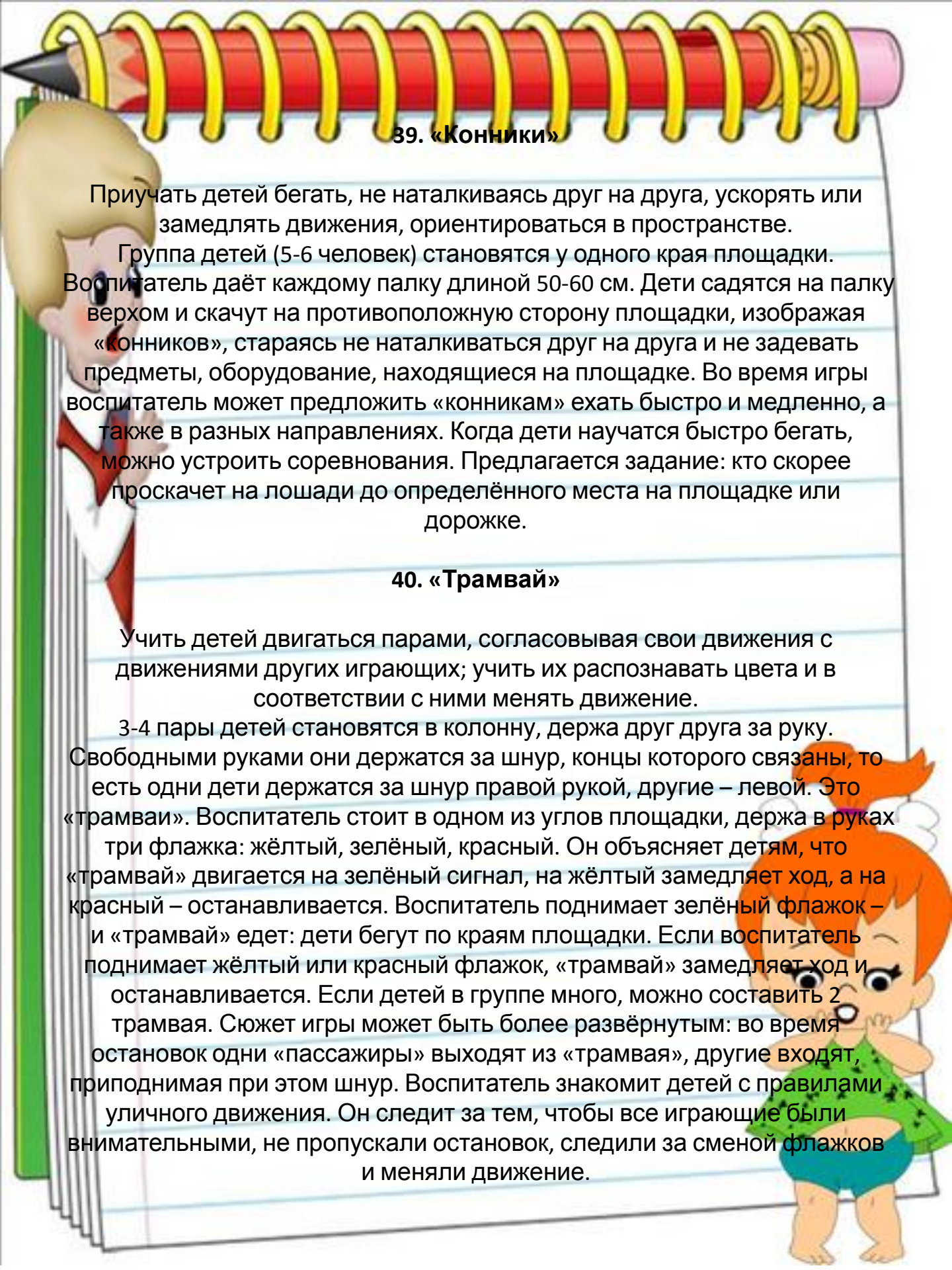
Приучать детей бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга; ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя. Дети сидят на скамейках – это «мыши в норках». На противоположной стороне площадки сидит «кот», роль которого исполняет воспитатель. «Кот» засыпает (закрывает глаза), а «мыши» разбегаются по площадке. Но вот «кот» просыпается, потягивается, мяукает и начинает ловить «мышей». «Мыши» быстро убегают и прячутся в «норках» (занимают свои места). Пойманных «мышек» «кот» уводит к себе. Когда остальные «мыши» спрячутся в «норках», «кот» ещё раз проходит по площадке, затем возвращается на своё место и засыпает. «Мыши» могут выбежать из «норок» тогда, когда «кот» закроет глаза и заснёт, а возвращаться в «норки» - когда «кот» проснётся и замяукает. Воспитатель следит, чтобы все «мышки» выбегали и разбегались как можно дальше от «норок». «Норками», кроме скамеек, могут служить дуги для подлезания, и тогда дети – «мышки» - выползают из своих «норок».

### 38. «Птички летают»

Учить детей прыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную, действовать только по сигналу; приучать малышей помогать друг другу. Дети становятся на небольшое возвышение – доску, кубики, бруски (высота 5-10 см) – по одной стороне площадки. Воспитатель говорит: «На улице солнышко светит, все птички вылетают из гнёздышек, ищут зёрнышки, крошки». Дети прыгивают с возвышений, «летают» (бегают, размахивая руками – «крыльями»), приседают, «клюют» зёрнышки (стучат пальчиками по земле). Со словами воспитателя: «Дождик пошёл! Все птички спрятались в гнёздышки!» - дети бегут на свои места. Перед игрой воспитатель должен приготовить невысокие скамеечки или такое количество кубиков, брусков, чтобы хватило всем желающим играть. Расположить их надо в одной стороне площадки на достаточном расстоянии друг от друга, чтобы дети не толкались и могли свободно занять свои места. Нужно показать детям, как мягко прыгивать, помочь им подняться на возвышение после бега. При повторении игры сигнал можно давать одним словом: «Солнышко!» или «Дождик!» Дети должны знать, по какому сигналу что нужно делать.







### 39. «Конники»

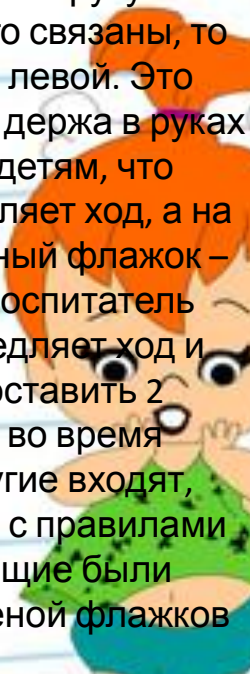
Приучать детей бегать, не наталкиваясь друг на друга, ускорять или замедлять движения, ориентироваться в пространстве.

Группа детей (5-6 человек) становятся у одного края площадки. Воспитатель даёт каждому палку длиной 50-60 см. Дети садятся на палку верхом и скачут на противоположную сторону площадки, изображая «конников», стараясь не наталкиваться друг на друга и не задевать предметы, оборудование, находящиеся на площадке. Во время игры воспитатель может предложить «конникам» ехать быстро и медленно, а также в разных направлениях. Когда дети научатся быстро бегать, можно устроить соревнования. Предлагается задание: кто скорее проскачет на лошади до определённого места на площадке или дорожке.

### 40. «Трамвай»

Учить детей двигаться парами, согласовывая свои движения с движениями других играющих; учить их распознавать цвета и в соответствии с ними менять движение.

3-4 пары детей становятся в колонну, держа друг друга за руку. Свободными руками они держатся за шнур, концы которого связаны, то есть одни дети держатся за шнур правой рукой, другие – левой. Это «трамвай». Воспитатель стоит в одном из углов площадки, держа в руках три флажка: жёлтый, зелёный, красный. Он объясняет детям, что «трамвай» двигается на зелёный сигнал, на жёлтый замедляет ход, а на красный – останавливается. Воспитатель поднимает зелёный флажок – и «трамвай» едет: дети бегут по краям площадки. Если воспитатель поднимает жёлтый или красный флажок, «трамвай» замедляет ход и останавливается. Если детей в группе много, можно составить 2 трамвая. Сюжет игры может быть более развёрнутым: во время остановок одни «пассажиры» выходят из «трамвая», другие входят, приподнимая при этом шнур. Воспитатель знакомит детей с правилами уличного движения. Он следит за тем, чтобы все играющие были внимательными, не пропускали остановок, следили за сменой флажков и меняли движение.





#### 41. «У медведя во бору»

Развитие у детей скорости реакции на словесный сигнал, развитие внимания; упражнять детей в беге.

Из всех участников игры выбирают одного водящего, которого назначают «медведем». На площадке для игры очерчивают два круга. Первый круг – это берлога «медведя», второй – это дом, для всех остальных участников игры.

Начинается игра, и дети выходят из дома со словами:

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

После того, как дети произносят эти слова, «медведь» выбегает из берлоги и старается поймать кого-либо из деток. Если кто-то не успевает убежать в дом и «медведь» ловит его, то уже сам становится «медведем».

#### 42. «Вороны и собачка»

Научить детей подражать движениям и звукам птиц, двигаться, не мешая друг другу.

Выбирается «собачка», остальные дети - «вороны».

Возле ёлочки зелёной Дети прыгают,  
Скачут, каркают вороны: «Кар! Кар! Кар!» изображая ворону.

Тут собачка прибежала Дети убегают от  
И ворон всех разогнала: «Ав! Ав! Ав!» «собачки».

Игра повторяется 2-3 раза.

Подвижная игра «Гуси – гуси»

Цель: развитие у детей координации движений, быстроты реакции, умения играть в команде.

Дети стоят у одной стены комнаты. Водящий (взрослый) посередине.

Ведущий говорит: «Гуси, гуси».

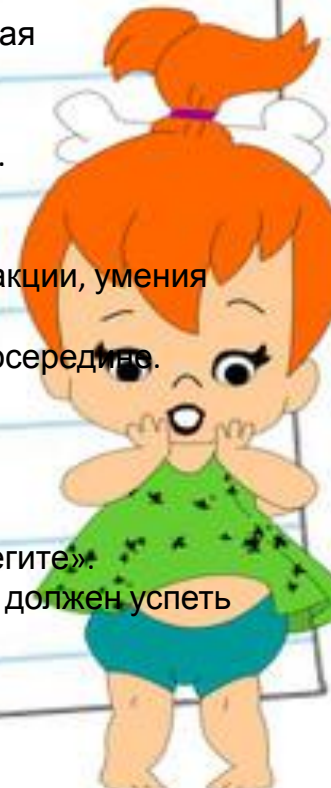
Дети: «Га, га, га».

Ведущий: «Есть хотите?»


Дети: «Да, да, да».

Ведущий: «Ну, летите - раз хотите, только крылья берегите».

Дети бегут к противоположной стене (там их домик), а ведущий должен успеть осалить как можно больше детей.

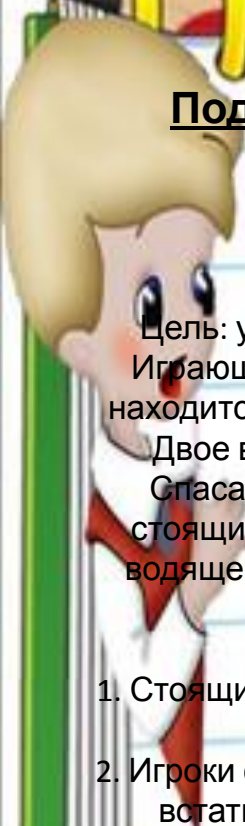






## Подвижные игры для детей старшего дошкольного возраста.

### «Третий лишний»



Цель: учить соблюдать правила игры, развивать ловкость и быстроту бега. Играющие становятся парами по кругу лицом к центру так, что один из пары находится впереди, а другой — сзади него. Расстояние между парами — 1—2 м.

Двое водящих занимают место за кругом: один убегает, другой его ловит. Спасаясь от погони, убегающий может встать впереди любой пары. Тогда стоящий сзади оказывается «третьим лишним» и должен убежать от второго водящего. Если догоняющий коснется убегающего, то они меняются ролями.

Никто не должен мешать игроку убежать от преследователя.

Разновидности игры

1. Стоящий сзади в паре «третий лишний» должен не убежать, а догнать второго водящего.
2. Игроки стоят в парах лицом друг к другу и держатся за руки. Убегающий может встать между руками любой пары. К кому он встанет спиной, тот «третий лишний» и должен убежать.
3. Играющие прогуливаются по кругу парами, держат друг друга за руки, а свободные руки на поясе. Убегающий, спасаясь от преследования, может в любой момент взять кого-нибудь под руку. Тогда стоящий с другой стороны становится убегающим. Эту же игру можно проводить под музыку.

### «Совушка»

Цель: учить ориентироваться в пространстве, развивать интерес к игре.

Выбирают водящего - "совушку", остальные дети изображают птичек.

Птички свободно бегают по площадке, размахивая руками, как крыльями.

"Совушка" сидит в дупле (обозначенное на площадке место).

Когда вожатый произнесет слово "Ночь", совушка вылетает из дупла и бегает по площадке, зорко следя за птичками.

Птички по сигналу "Ночь" должны остановиться на месте и не двигаться.

Кто пошевелится, того "совушка" уводит в свой дом, и сама снова выбегает на площадку.

Когда вожатый скажет "День", "совушка" прячется в дупло, а птички, кроме уведенных совушкой, начинают летать.

Игра прерывается, когда совушка уведет к себе 3-х птичек.

Тогда выбирают новую совушку и игра возобновляется.

### «Кто самый меткий»

Цель: развивать самостоятельность, смекалку, смелость.

Для игры нужны палки (по количеству участников) с заостренными концами, заменяющие копья, длиной 0,5–1 м. На земле чертят линию, в 10 м от нее – кружок диаметром с тарелку среднего размера. Первый игрок бросает «копье», стараясь попасть в кружок. За ним по очереди бросают «копья» остальные. Попавший в цель получает название «меткий».

При большом количестве участников можно начертить 2–3 кружка и разделить играющих на команды.

Чье звено скорее соберется

Цель: учить бегать на скорость.

У детей разноцветные и разные по величине геометрические фигуры. В разных местах группы размещены символы. Дети должны определить своё место (по цвету и размеру).

### «Волк и козлята»

Цель: учить игровой деятельности со строгим соблюдением правил. Участники берутся за руки и образуют цепочку - они козлята. Впереди - коза. За ними охотится волк, но он может поймать только последнего козленка. Коза пытается помешать ему, закрывает детеныша, а остальные козлята двигаются за ней, не расцепляя рук.

Волк схватил козленка? Отводит к себе в логово.

Игра заканчивается, когда волк переловит всех козлят.

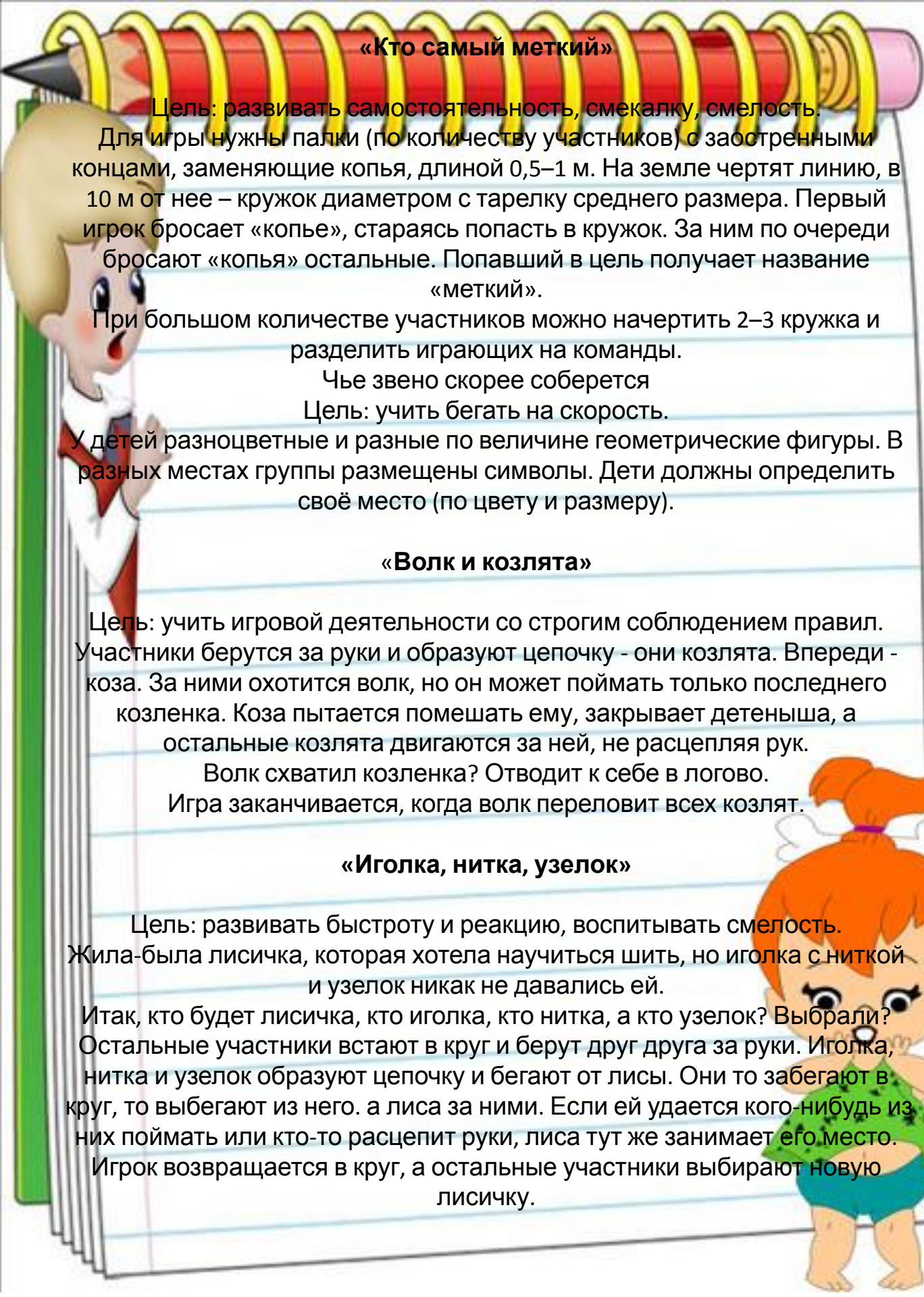
### «Иголлка, нитка, узелок»

Цель: развивать быстроту и реакцию, воспитывать смелость.

Жила-была лисичка, которая хотела научиться шить, но иголлка с ниткой и узелок никак не давались ей.

Итак, кто будет лисичка, кто иголлка, кто нитка, а кто узелок? Выбрали? Остальные участники встают в круг и берут друг друга за руки. Иголлка, нитка и узелок образуют цепочку и бегают от лисы. Они то забегают в круг, то выбегают из него. а лиса за ними. Если ей удастся кого-нибудь из них поймать или кто-то расцепит руки, лиса тут же занимает его место.

Игрок возвращается в круг, а остальные участники выбирают новую лисичку.







### «Добеги и прыгни»

Цель: развивать двигательную активность, умение прыгать в длину.

На противоположных сторонах площадки проводят линии на расстоянии 10 м друг от друга — это дома. Играющие делятся на 2—3 группы и встают у одной линии. Дети, назначенные водящими, переходят на противоположную сторону и встают у черты, каждый напротив своей группы.

Игру начинают первые номера. По сигналу они бегут к противоположной линии, добегают до водящих, ударяют их по протянутой ладони и быстро возвращаются. Водящие стараются догнать убегающих и осалить.

Если игрок осален, то он идет на сторону водящего и встает впереди него.

Игроки, которым удалось уйти неосаленными, встают в конец своего ряда. Игра кончается, когда пробегут последние игроки групп. Побеждает группа, в которой меньше осаленных участников игры.

#### Указания к проведению

Если площадь игровой площадки позволяет, то расстояние между домами можно увеличить до 30 м. Количество игроков не ограничивается. Если в игре принимает участие более 25 человек, нужно разделить их на 4 группы.

### «Попрыгунчики»

Цель: развивать двигательную активность, умение прыгать в длину.

На земле чертят круг. Один из играющих встает в середину круга — он пятнашка.

По сигналу дети перепрыгивают через черту круга и, если не грозит опасность быть осаленным, некоторое время остаются внутри круга. Продолжают прыгать на двух ногах на месте или продвигаясь вперед к центру круга. Участники игры стараются увернуться от пятнашки и вовремя выпрыгнуть из круга. Осаленный становится пятнашкой.

#### Правила

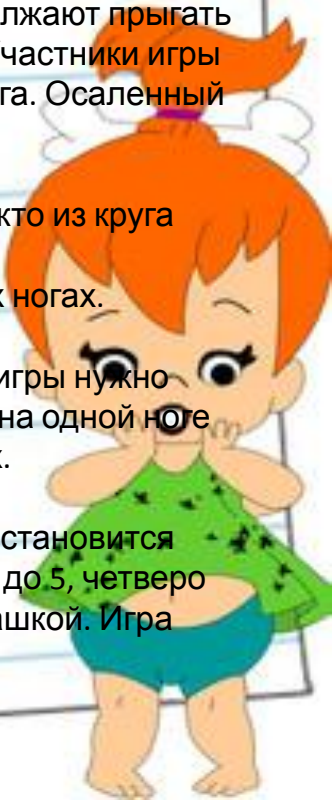
1. Играющим из круга разрешается только выпрыгивать. Тот, кто из круга выбегает, выходит из игры.
2. Пятнашка преследует играющих, также прыгая на двух ногах.

#### Указания к проведению

Величина круга зависит от числа играющих. Перед началом игры нужно договориться, как дети будут перепрыгивать через черту круга: на одной ноге (правой или левой), прямо или боком на двух ногах.

#### Вариант игры

Игра начинается так же, но осаленный из круга не выходит, а становится помощником пятнашки. Как только число пятнашек увеличится до 5, четверо уходят за круг, а тот, кого осалили последним, остается пятнашкой. Игра повторяется.





## «У оленя дом большой»

Цель: закреплять умение соотносить движение с текстом.

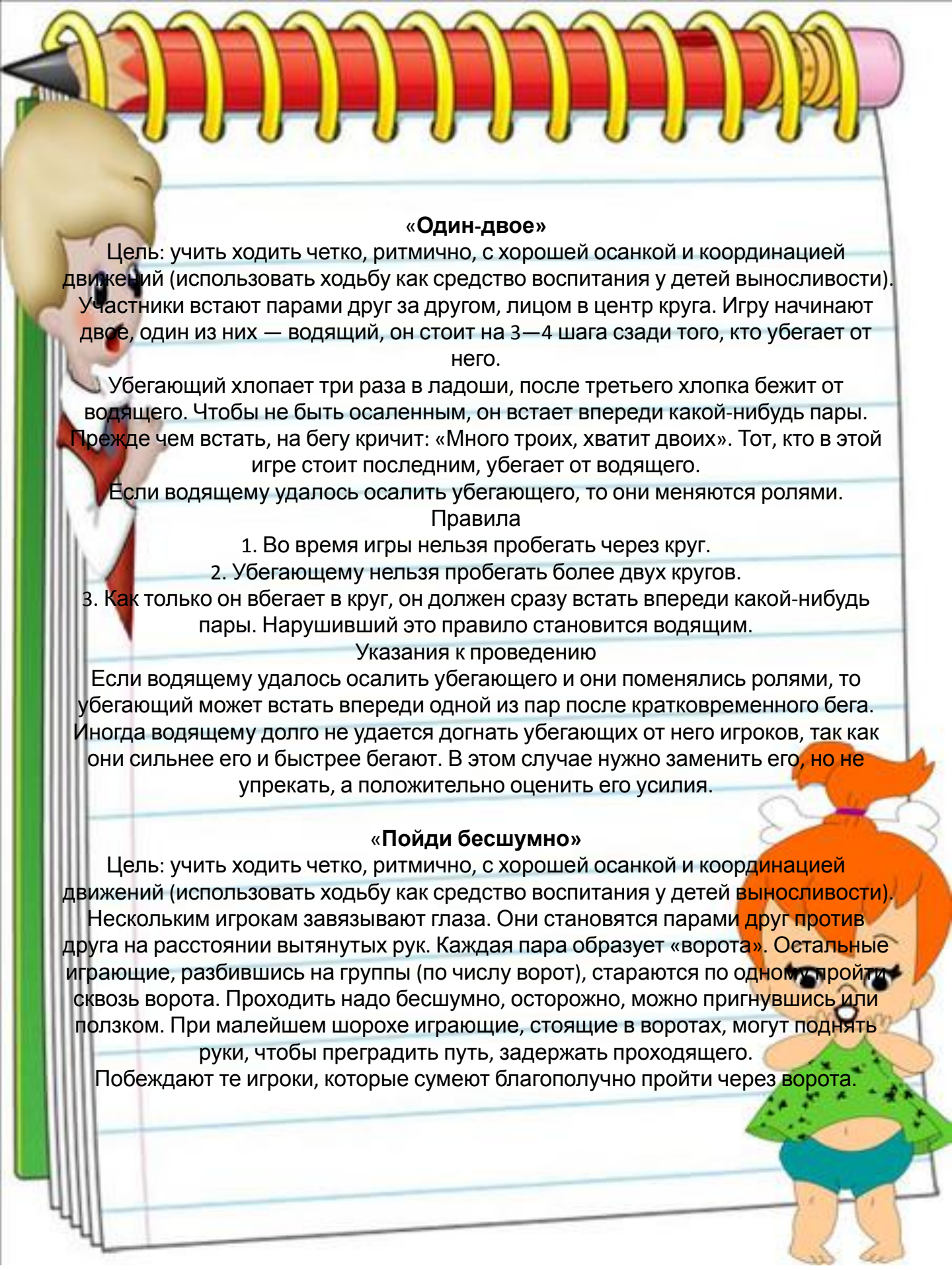
Ведущий на сцене произносит следующие слова, сопровождая их движениями: У оленя дом большой, Он глядит в свое окно. Заяц по лесу бежал, В дверь к нему стучал. Тук - тук - тук, - олень, открой. Там в лесу охотник злой. Заяц, заяц, забегай, лапу подавай

Ведущий разучивает слова с детьми и поясняет, что каждое слово обыгрывается соответствующими движениями рук. Темп постоянно нарастает.

У оленя дом большой,  
Он глядит в свое окошко.  
Заяц по лесу бежит.  
В дверь ему стучит:  
«Тук, тук, дверь открой,  
Там в лесу охотник злой!  
Быстро двери открывай,  
Лапу мне давай

Вед. обращается к ребятам: Для того чтобы нам сыграть в одну интересную игру, необходимо выучить лова и движения. Повторяйте за мной. Вед. напевает следующие слова: — У оленя дом большой (поднимает скрещенные руки над головой, изображая рога оленя). — Он глядит в свое окошко (имитирует окошечко). — Заяц по полю бежит (изображает бег на месте). — В дверь к нему стучит (стучит в воображаемую дверь). — Тук, тук, дверь открой (имитирует стук в дверь и тянет на себя ручку воображаемой двери). Там в лесу охотник злой (показывает большим пальцем назад, затем имитирует ружье). — Заяц, заяц забегай (машут руками над головой, изображая уши зайца, затем делают приглашающий жест). — Лапу мне давай (сцепляют руки в замок). Когда ребята запоминают слова, они произносят их и делают движения в более быстром темпе.





### «Один-двое»

Цель: учить ходить четко, ритмично, с хорошей осанкой и координацией движений (использовать ходьбу как средство воспитания у детей выносливости).  
Участники встают парами друг за другом, лицом в центр круга. Игру начинают двое, один из них — водящий, он стоит на 3—4 шага сзади того, кто убегает от него.

Убегающий хлопает три раза в ладоши, после третьего хлопка бежит от водящего. Чтобы не быть осаленным, он встает впереди какой-нибудь пары. Прежде чем встать, на бегу кричит: «Много троих, хватит двоих». Тот, кто в этой игре стоит последним, убегает от водящего.

Если водящему удалось осалить убегающего, то они меняются ролями.

#### Правила

1. Во время игры нельзя пробегать через круг.
2. Убегающему нельзя пробегать более двух кругов.
3. Как только он вбегает в круг, он должен сразу встать впереди какой-нибудь пары. Нарушивший это правило становится водящим.

#### Указания к проведению

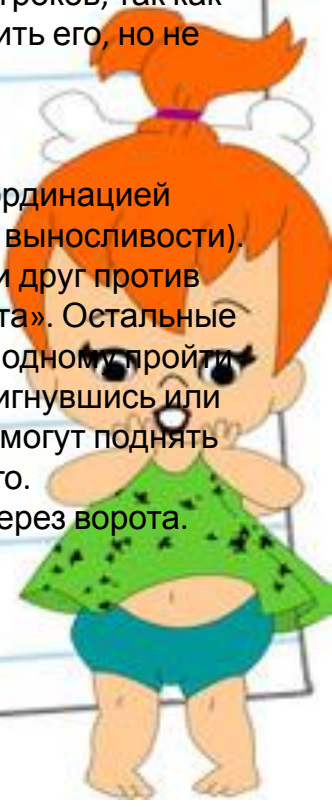
Если водящему удалось осалить убегающего и они поменялись ролями, то убегающий может встать впереди одной из пар после кратковременного бега. Иногда водящему долго не удается догнать убегающих от него игроков, так как они сильнее его и быстрее бегают. В этом случае нужно заменить его, но не упрекать, а положительно оценить его усилия.

### «Пойди бесшумно»

Цель: учить ходить четко, ритмично, с хорошей осанкой и координацией движений (использовать ходьбу как средство воспитания у детей выносливости).

Нескольким игрокам завязывают глаза. Они становятся парами друг против друга на расстоянии вытянутых рук. Каждая пара образует «ворота». Остальные играющие, разбившись на группы (по числу ворот), стараются по одному пройти сквозь ворота. Проходить надо бесшумно, осторожно, можно пригнувшись или ползком. При малейшем шорохе играющие, стоящие в воротах, могут поднять руки, чтобы преградить путь, задержать проходящего.

Побеждают те игроки, которые сумеют благополучно пройти через ворота.





### «Каких листьев больше»

Цель: развивать быстроту бега, мышление, ловкость.

Дети расходятся по лесу и собирают по несколько опавших с разных деревьев листьев. Потом собираются все вместе и по очереди раскладывают листья по их форме в букеты, называя, с какого они дерева. Сравнивают, каких листьев больше всего, а каких мало. Взрослый объясняет, почему одних листьев оказалось много, а других мало. Если дети нашли лист с такого дерева, которое не растет в этом месте, он спрашивает, как мог лист сюда попасть.

### «Кто дольше простоит на одной ноге»

Цель: учить быстро действовать при потере равновесия.

Встать, руки на поясе, согнуть правую ногу, стопу разместить на голени левой. Глаза закрыты. Выигрывает тот, кто дольше всех смог удержать устойчивое положение.

### «Жмурки»

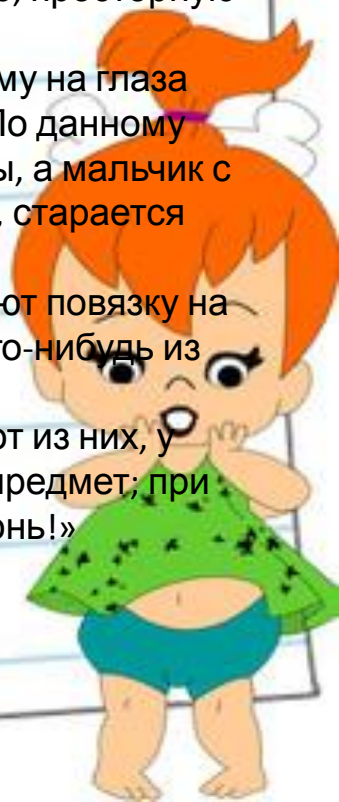
Цель: учить быстро действовать при потере равновесия.

Дети часто и охотно играют в жмурки, в особенности малолетние, так как игра эта очень проста. Местом для нее избирают большую, просторную комнату или чистый двор.

Дети выбирают из своей среды одного, накладывают ему на глаза повязку, пользуясь чистым носовым платком или т. п. По данному сигналу, участвующие в игре бросаются в разные стороны, а мальчик с повязкой на глазах, стоящий среди двора или комнаты, старается поймать кого-нибудь из бегущих.

Попавшийся меняется с ним ролями, т. е. ему накладывают повязку на глаза и он, в свою очередь, старается также поймать кого-нибудь из товарищей.

Дети должны во время бега все-таки следить, чтобы тот из них, у которого глаза завязаны, не наткнулся на какой-нибудь предмет; при виде опасности они предупреждают криком: «огонь!»







### «С кочки на кочку»

Цель: формировать навыки прыжков в длину.

Очень важно научить ребёнка управлять своим телом и упражнять его в основных видах движений.

Гуляя во дворе или в парке, очертите прутиком на площадке большой круг - это болото. На болоте много кочек- кружков (диаметр 30-35см), расположенных в произвольном или шахматном порядке. Вокруг болота располагаются лягушата. Мама предлагает лягушонку перепрыгнуть с кочки на кочку (на двух ногах), не замочив лапок. Игру можно повторить 3-4 раза.

### «Мышеловка»

Цель: развивать быстроту и выносливость.

Двое становятся друг против друга соединяют руки и поднимают их повыше.

Оба хором говорят:

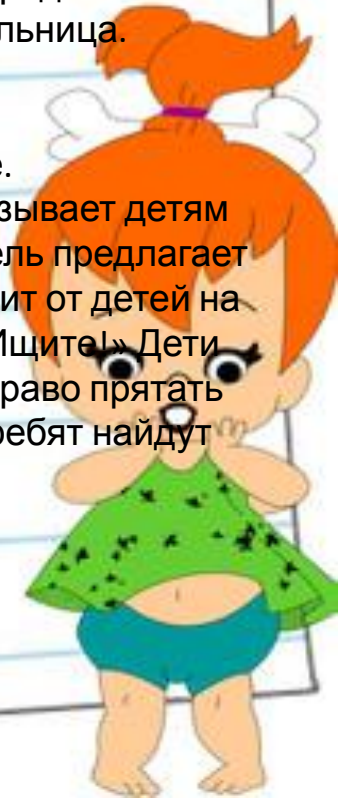
- Как нам мыши надоели, все погрызли, все поели. Мышеловку мы поставим и мышей тогда поймаем!

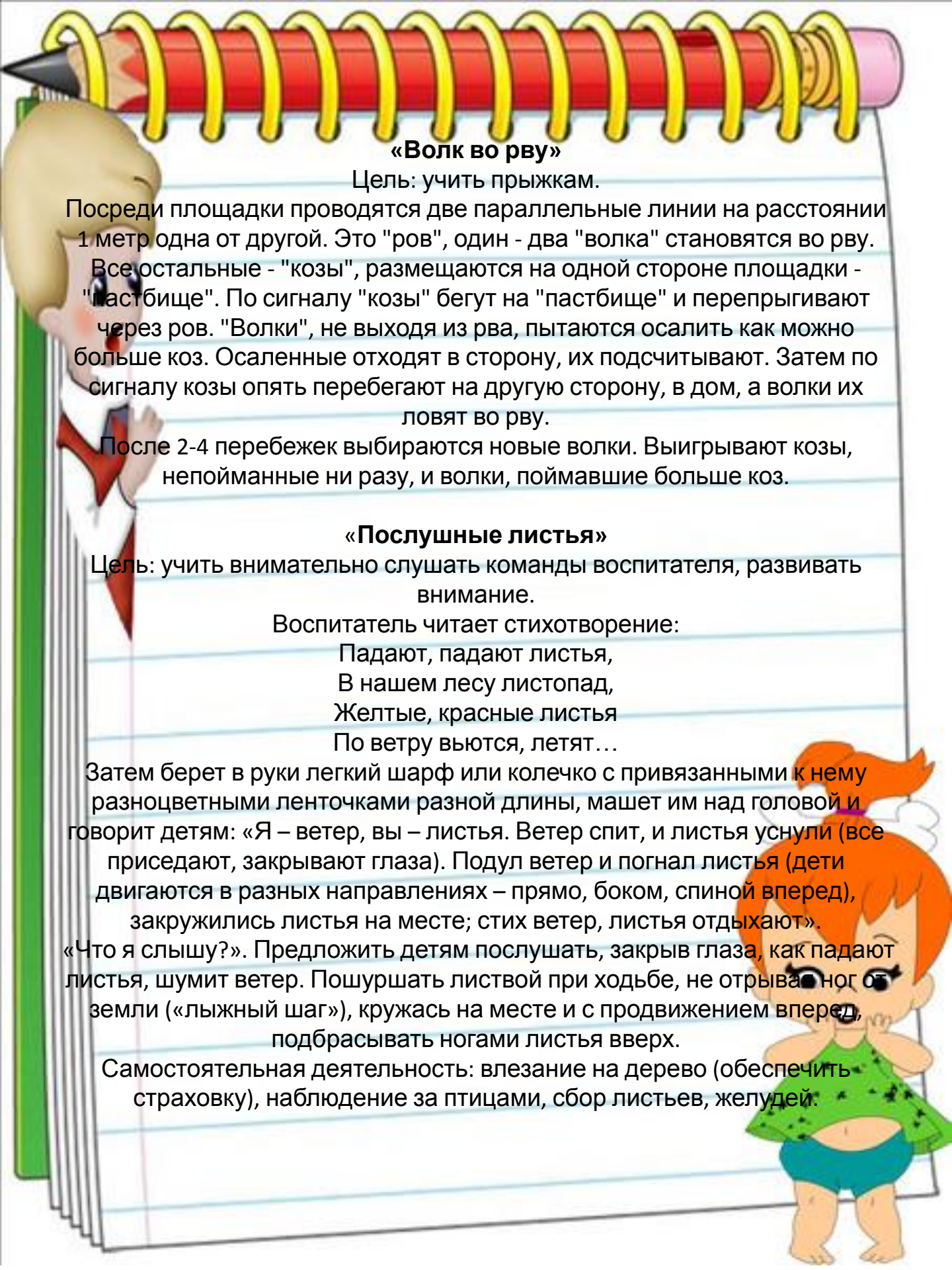
Задача играющих пока ведущие говорят стишок, пробежать под их сцепленными руками. Но на последних словах ведущие резко опускают руки и кого-то из игроков обязательно ловят. Тот кто попал в мышеловку присоединяется к ловцам. Мышеловка вырастает. Игра продолжается до тех пор пока не останется одна мышь - победительница.

### «Найди где спрятано»

Цель: учить ориентироваться в пространстве.

Дети сидят с одной стороны площадки. Воспитатель показывает детям игрушку или флажок, который он будет прятать. Воспитатель предлагает детям встать, отвернуться к стене. Сам воспитатель отходит от детей на несколько шагов и прячет флажок, после чего говорит: «Ищите!» Дети начинают искать. Кто первый найдет флажок, тот имеет право прятать его при повторении игры. Игра заканчивается, когда 3-5 ребят найдут флажок.





### «Волк во рву»

Цель: учить прыжкам.

Посреди площадки проводятся две параллельные линии на расстоянии 1 метр одна от другой. Это "ров", один - два "волка" становятся во рву. Все остальные - "козы", размещаются на одной стороне площадки - "пастбище". По сигналу "козы" бегут на "пастбище" и перепрыгивают через ров. "Волки", не выходя из рва, пытаются осалить как можно больше коз. Осаленные отходят в сторону, их подсчитывают. Затем по сигналу козы опять перебегают на другую сторону, в дом, а волки их ловят во рву.

После 2-4 перебежек выбираются новые волки. Выигрывают козы, непоиманные ни разу, и волки, поймавшие больше коз.

### «Послушные листья»

Цель: учить внимательно слушать команды воспитателя, развивать внимание.

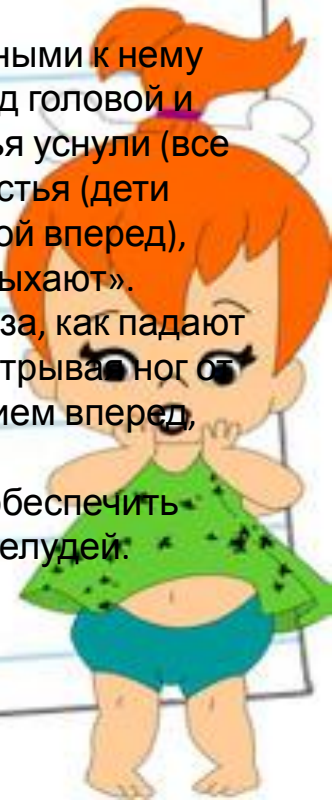
Воспитатель читает стихотворение:

Падают, падают листья,  
В нашем лесу листопад,  
Желтые, красные листья  
По ветру вьются, летят...

Затем берет в руки легкий шарф или колечко с привязанными к нему разноцветными ленточками разной длины, машет им над головой и говорит детям: «Я – ветер, вы – листья. Ветер спит, и листья уснули (все приседают, закрывают глаза). Подул ветер и погнал листья (дети двигаются в разных направлениях – прямо, боком, спиной вперед), закружились листья на месте; стих ветер, листья отдыхают».

«Что я слышу?». Предложить детям послушать, закрыв глаза, как падают листья, шумит ветер. Пошуршать листвой при ходьбе, не отрывая ног от земли («лыжный шаг»), кружась на месте и с продвижением вперед, подбрасывать ногами листья вверх.

Самостоятельная деятельность: взлезание на дерево (обеспечить страховку), наблюдение за птицами, сбор листьев, желудей.

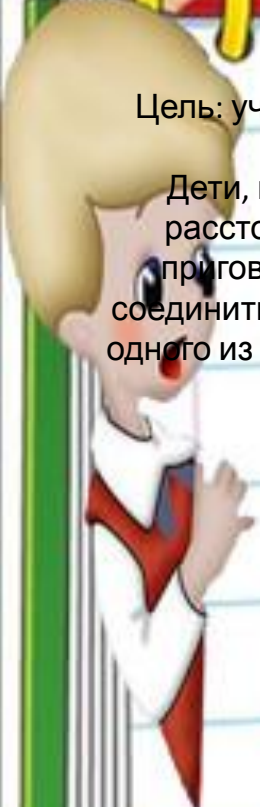






### «Горелки»

Цель: учить соблюдать правила игры, действовать по сигналу воспитателя, развивать ловкость.



Дети, взявшись за руки, становятся парами друг за другом. Впереди, на расстоянии 3-4 метров, становится водящий. Как только ребята окончат разговорку, первая пара разъединяет руки и бежит вперёд, чтобы снова соединиться за чертой, где уже не может ловить водящий. Он должен поймать одного из ребят, иначе ему придётся водить снова. Водящий становится в пару сзади всех вместе с тем ребёнком, которого поймал.

Другой из этой пары становится водящим.

Косой, косой,  
Не ходи босой,  
А ходи обутой,  
Лапочки закутай,  
Если будешь ты обут,  
Волки зайца не найдут,  
Не найдёт тебя медведь.  
Выходи, тебе гореть!

### «Коршун и наседка»

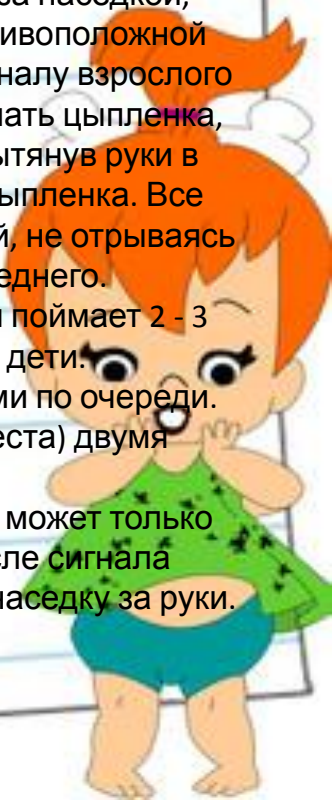
Цель: учить бегать, держась друг за друга, слушать сигнал воспитателя. В игре участвуют несколько детей. Один из играющих выбирается коршуном, другой - наседкой. Остальные дети - цыплята, они становятся за наседкой, держась друг за друга, а стоящий впереди - за наседку. На противоположной стороне площадки очерчивается кружок - гнездо коршуна. По сигналу взрослого «Коршун!» ребенок-коршун вылетает из гнезда и старается поймать цыпленка, стоящего последним в колонне. Наседка, распушив крылья (вытянув руки в стороны), защищает своих цыплят, не дает коршуну схватить цыпленка. Все цыплята следят за движениями коршуна и двигаются за наседкой, не отрываясь друг от друга, стараясь помешать коршуну поймать последнего.

Пойманного цыпленка коршун отводит к себе и гнездо. Когда он поймает 2 - 3 цыплят, на роли коршуна и наседки выбираются другие дети.

Если играющих больше 10 человек, можно играть двумя группами по очереди.

Можно играть и одновременно (при наличии достаточного места) двумя группами.

Правила игры: наседка не должна хватать коршуна руками, она может только преграждать ему путь; коршун вылетает из гнезда только после сигнала взрослого; во время ловли цыпленка коршун не должен хватать наседку за руки.





## «Кто дальше»

Цель: учить бегать, держась друг за друга, слушать сигнал воспитателя.

Дополнительно: пробки от бутылок по количеству участников  
Дуем на пробки от бутылок так, чтобы они отлетели как можно дальше.

## «Светофор»

Цель: закреплять знания о значении светофора.

Светофор - веселая подвижная игра для детей от четырех лет, развивает внимательность и реакцию. В нее можно играть на свежем воздухе в любое время года.

### Описание игры

На земле обозначают две линии метрах в 4-5 друг от друга, ведущий (светофор) становится между этими линиями, а все играющие должны встать за одной из них. Ведущий, отвернувшись от игроков называет какой-нибудь цвет и все игроки, у кого есть такой цвет в одежде переходят за другую линию. Те, у кого нет одежды такого цвета, должны пробежать мимо "светофора", а он в свою очередь должен осалить кого-нибудь из "нарушителей". Осаленный "светофором" "нарушитель" становится ведущим.

### Правила игры

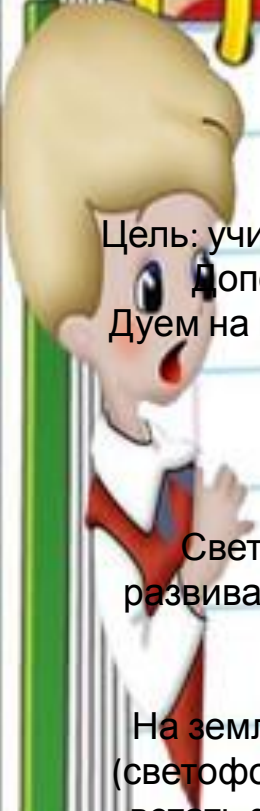
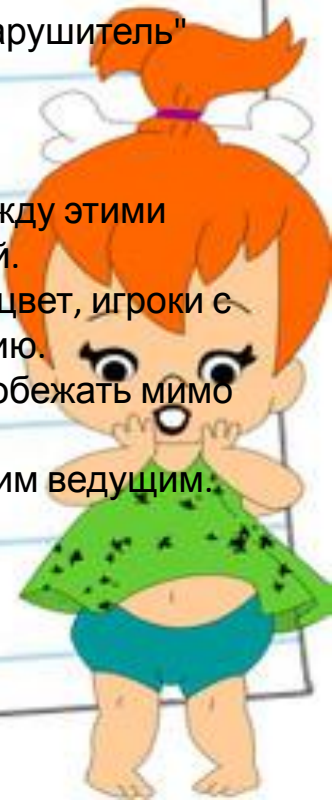
Рисуют две линии на земле.

Назначают ведущего-светофора, он должен встать между этими линиями. Игроки становятся за одной из линий.

"Светофор" отворачивается от игроков и называет любой цвет, игроки с таким цветом одежды переходят за другую линию.

Все оставшиеся становятся "нарушителями" и должны пробежать мимо "светофора" за другую линию.

Осаленный ведущим "нарушитель" становится следующим ведущим.





## «Холодно-горячо»

Цель: добиваться выполнения правильной техники в освоенных ранее видах ходьбы.

С помощью этой игры хорошо дарить ребенку в заранее спрятанный сюрприз/подарок, т.к. у ребенка в процессе поиска усиливается интерес к подарку (точно также, как вкусный запах из кухни усиливает аппетит перед обедом).

Описание игры

От ребенка в заранее прячется сюрприз/подарок. Он должен его найти по подсказкам ведущего:

Совсем замерз - значит, что от сюрприза очень далеко и ребенок ищет совершенно не в том направлении

Холодно - значит, что ребенок ищет не в том месте

Опять зимушка-зима пришла - означает, что ребенок идет в неправильном направлении, после правильного

Уже теплее - означает, что ребенок повернул в нужном направлении

Теплее - значит, что ребенок продолжает идти/искать в нужном направлении

Горячее - ребенок уже близок к сюрпризу

Жарко - ребенок близко-близко к сюрпризу

Совсем пожар! - ребенок в нескольких сантиметрах от своего подарка

Очевидно, что наградой ребенку является найденный подарок.

Правила игры

В укромном месте (чтобы сразу не догадаться) прячется сюрприз/подарок.

Ребенок ищет спрятанный сюрприз, по вышеописанным подсказкам ведущего.

Ребенок наслаждается найденным подарком. :)

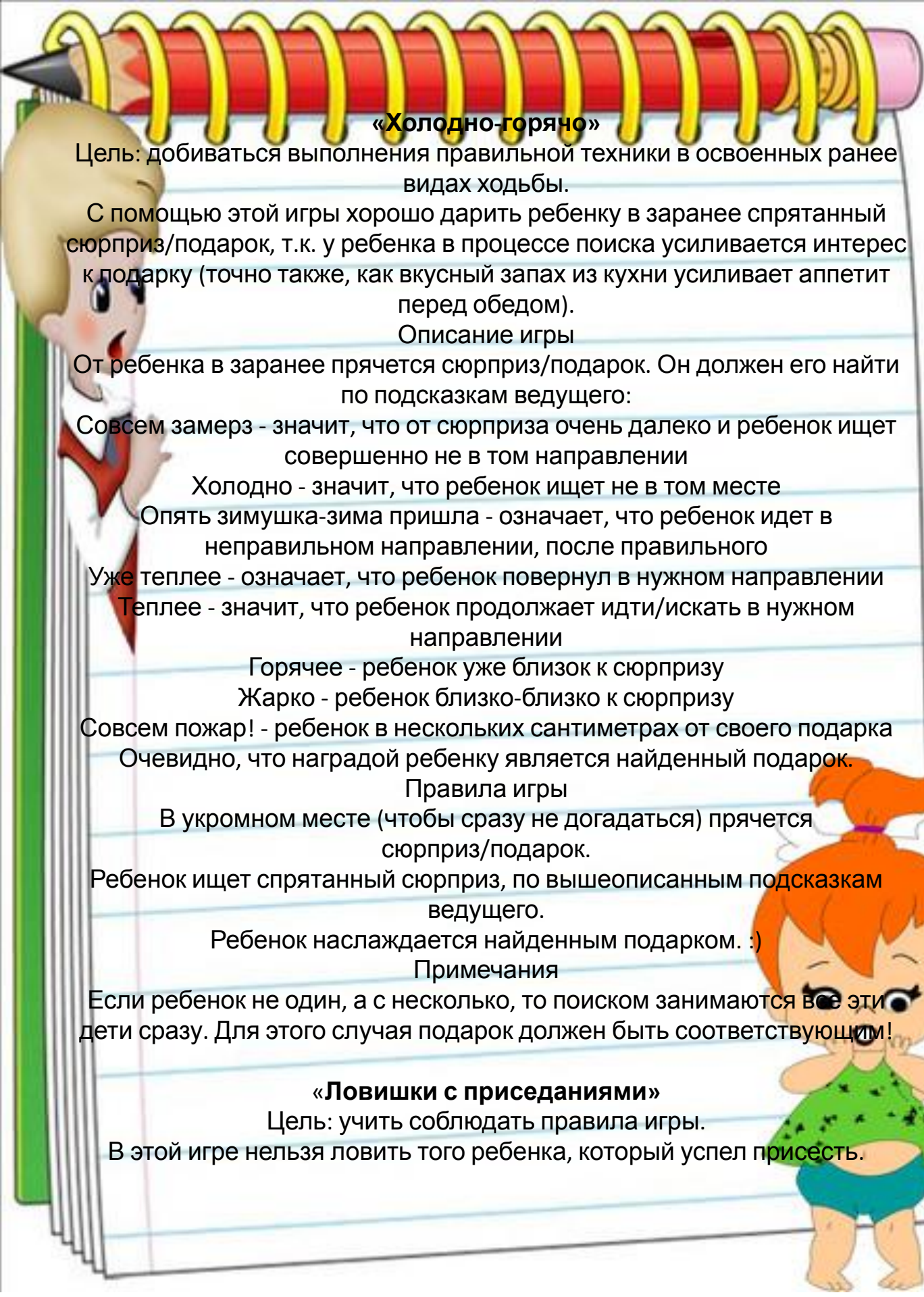
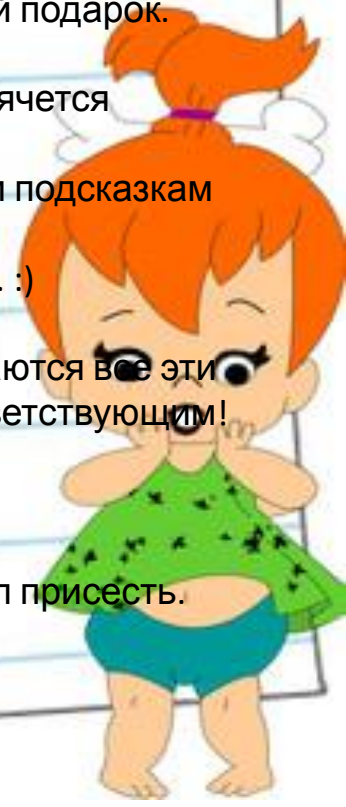
Примечания

Если ребенок не один, а с несколько, то поиском занимаются все эти дети сразу. Для этого случая подарок должен быть соответствующим!

## «Ловишки с приседаниями»

Цель: учить соблюдать правила игры.

В этой игре нельзя ловить того ребенка, который успел присесть.





### «Не упади»

Цель: закреплять умение передавать мяч назад и вперед прямыми руками.

В играх с ходьбой «Нам весело», «Парами на прогулку», «Солнышко и дождик» вводится кратко-временное медленное кружение на месте.

### «Перебежки-догонялки»

Цель: учить согласовывать свои действия с действиями товарищей.

На противоположных сторонах площадки отмечают линиями два дома, расстояние между ними 10—20 м. Участники игры делятся на две равные группы и занимают дома. В середине площадки стоит водящий. Игрокам нужно из одного дома перейти в другой. Водящий их не пропускает, он старается осалить перебегающих. Осаленный выходит из игры. Побеждает та группа, в которой оказывается большее число игроков в конце игры.

### «Обезьянки»

Цель: учить уверенно взбираться по канату.

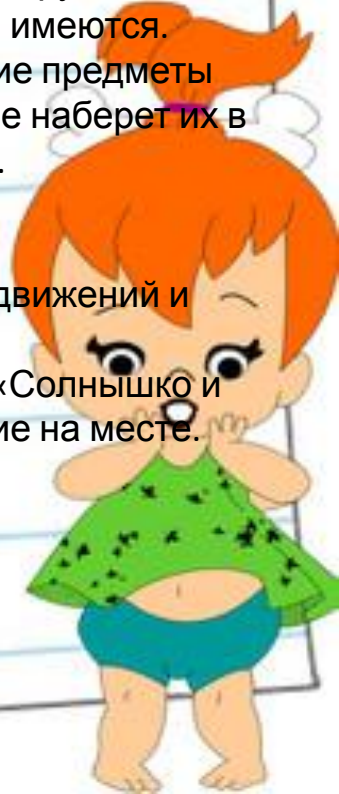
Вы знаете, что обезьянки могут хватать предметы не только руками, но и ногами и хвостом. Конечно хвоста у нас нет, а вот ноги имеются.

Поставьте на пол два детских ведерка и рассыпьте мелкие предметы (прищепки, фасоль, скомканные бумажки и пр.). Кто больше наберет их в свое ведерко при помощи ног, тот и победил.

### «Разойдись-не упади»

Цель: учить при ходьбе соблюдать непринужденность движений и хорошую осанку.

В играх с ходьбой «Нам весело», «Парами на прогулку», «Солнышко и дождик» вводится кратковременное медленное кружение на месте.







### «Затейники»

Цель: учить соблюдать правила игры, действовать быстро, ловко, упражнять в беге.

Современный вариант предыдущей игры. По считалке выбирают затейника. Взявшись за руки, все другие участники, движутся по кругу и пропевают:

Ровным кругом друг за другом  
Мы идем за шагом шаг.  
Стой на месте, скажем дружно  
Потом делаем... вот так.

После слов "Стой на месте" ребята останавливаются, разнимают руки и ждут движения затейника. Затейник показывает какое-нибудь движение, и все повторяют его.

После двух-трех повторений игры затейник назначает себе замену. Каждый последующий затейник придумывает для показа что-нибудь новенькое.

### «Мы – веселые ребята»

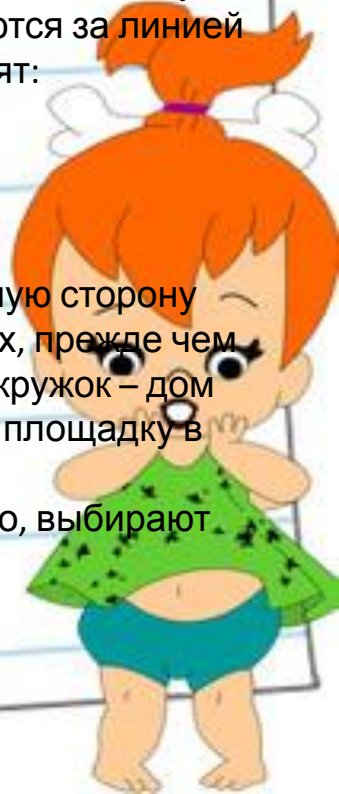
Цель: учить соблюдать правила игры, действовать быстро, ловко, упражнять в беге

На двух противоположных сторонах площадки чертят линии, а сбоку – несколько кружков. Это дом водящего. Играющие собираются за линией на одной стороне площадки и хором произносят:

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

После слова «лови!» все перебегают на противоположную сторону площадки. Водящий должен поймать кого-либо из бегущих, прежде чем тот переступит вторую линию. Пойманный становится в кружок – дом водящего. Затем дети снова читают стихи и перебегают площадку в обратном направлении.

После 2-3 попыток подсчитывают, сколько детей поймано, выбирают нового водящего и игра продолжается.



## «Пожарные на ученье»

Цели:

- познакомить детей с трудом пожарных;
- закрепить знания детей о правилах поведения в случае возникновения пожара;
- закрепить знания о правилах пожарной безопасности, средствах пожаротушения;
- знать номер телефона пожарной части и уметь пользоваться;
- повысить личную ответственность за свои поступки, формировать дисциплинированность, чувство долга; развивать внимание, память, речь;
- совершенствовать физические качества: ловкость, быстроту, выносливость, силу, смелость; воспитывать уважение к труду работников пожарной охраны.

Дети стоят лицом к гимнастической стенке на расстоянии 4—5 шагов от нее в 3—5 колоннах (по числу пролетов). На каждом пролете навесу подвешен колокольчик (погремушка). По сигналу дети, стоящие первыми, бегут к стенке, влезают на нее и звонят. Затем слезают и идут в конец колонны. Отмечают того, кто позвонил первым.

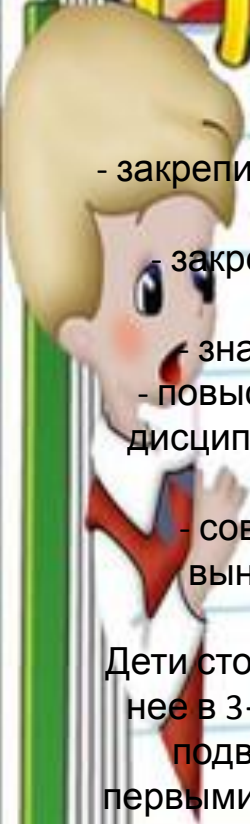
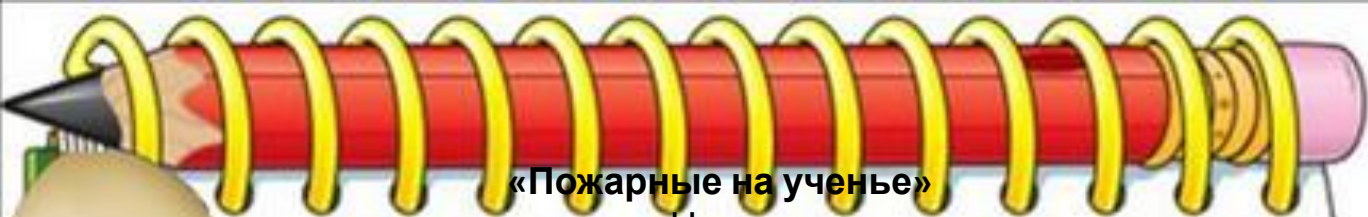
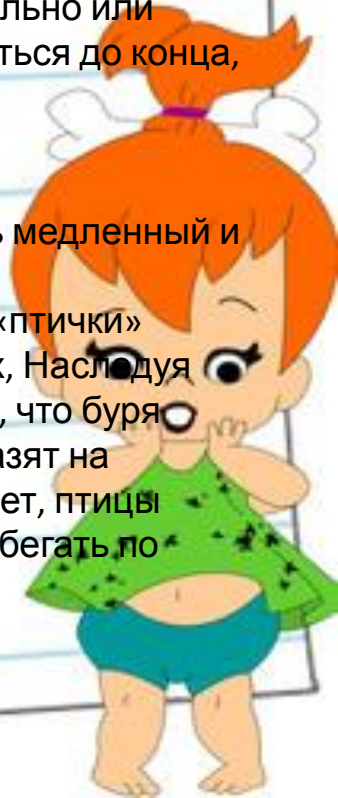
Бегут следующие дети. Подсчитывается, в какой колонне больше выигравших.

Правила: влезать установленным способом (произвольно или чередующимся шагом); не пропускать перекладин; спускаться до конца, не спрыгивать.

## «Перелет птиц»

Цель: упражнять в беге в разных направлениях, развивать медленный и быстрый бег.

Площадка – это «море», лестница – «забор». Дети – «птички» перелетают через море (бегают в разных направлениях, имитируя движения птиц). На звук «у – у – у!», который означает, что буря начинается, птицы быстро спасаются от бури (забегают на гимнастическую стену, высотой 2 м). Когда буря утихает, птицы вылетают (спускаются с лестницы) и снова начинают бегать по площадке. Игра повторяется.







### «Два мороза»

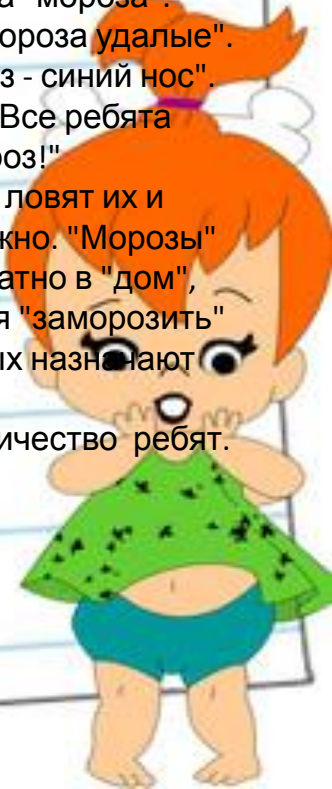
Цель: учить выполнять характерные движения по содержанию игры, развивать ловкость, быстроту.

#### Описание игры

На противоположных сторонах площадки, на расстоянии 10-20 метров отмечается линиями "дом" и "школа". Выбирается два "мороза". Остальные ребята располагаются за линией "дома", посередине стоят два "мороза". "Морозы" обращаются к ребятам: "Мы два брата молодые, два мороза удалые". Один говорит: "Я мороз - красный нос", другой говорит - "Я мороз - синий нос". Вместе говорят: "Кто и вас решится в путь-дорогу пуститься?" Все ребята отвечают: "Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз!" После этих слов ребята бегут из "дома" в "школу". "Морозы" ловят их и "замораживают". Остальные останавливаются и стоят неподвижно. "Морозы" обращаются к ребятам с теми же словами, а те, перебегая обратно в "дом", дотрагиваясь до детей, "размораживают" их. "Морозы" пытаются "заморозить" оставшихся участников. После двух перебежек из непойманных назначают новую пару "морозов", а пойманных отпускают. Повторяется 3-4 раза. Побеждает пара, поймавшая большее количество ребят.

#### Правила игры

На противоположных сторонах площадки, на расстоянии 10-20 метров отмечается линиями "дом" и "школа". Выбирается два "мороза". Остальные ребята располагаются за линией "дома", посередине стоят два "мороза". "Морозы" обращаются к ребятам: "Мы два брата молодые, два мороза удалые". Один говорит: "Я мороз - красный нос", другой говорит - "Я мороз - синий нос". Вместе говорят: "Кто и вас решится в путь-дорогу пуститься?" Все ребята отвечают: "Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз!" После этих слов ребята бегут из "дома" в "школу". "Морозы" ловят их и "замораживают". Остальные останавливаются и стоят неподвижно. "Морозы" обращаются к ребятам с теми же словами, а те, перебегая обратно в "дом", дотрагиваясь до детей, "размораживают" их. "Морозы" пытаются "заморозить" оставшихся участников. После двух перебежек из непойманных назначают новую пару "морозов", а пойманных отпускают. Повторяется 3-4 раза. Побеждает пара, поймавшая большее количество ребят.





### « Гуси-гуси»

Цель: учить по сигналу переносить предметы по одному, развивать точность, быстроту, ловкость.

Перед самым началом игры, желательно выбрать подходящую площадку, на которой на расстоянии 10 метров обозначаются линией два домика. Количество играющих может быть неограниченным, как и в подвижной игре «Совушка» но не должно быть меньше 5 участников. Один домик необходим для гусей, а другой для их хозяина. Между домами (линиями) живет волк. Его выбирают дети самостоятельно или при помощи воспитателя, используя считалочку. Волк – это водящий. Игра начинается с того, что хозяин (которого также выбирают, используя считалочку) и гуси должны вести между собой всем известный диалог в стихах: - Гуси-гуси! - Га-га-га-га. - Есть хотите? - Да-да-да-да. - Так летите, скорее! - А нам никак нельзя: страшный волчище ждет под большой горой и не пускает нас домой! Закончив диалог, гуси изо всех сил пытаются перебежать из своего домика в дом к хозяину. А в это время волк выбегает и старается поймать гусей. Игра длится до того момента, пока волк не сможет поймать первого гуся.

### «Ворона и воробей»

Цель: продолжать учить детей действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве

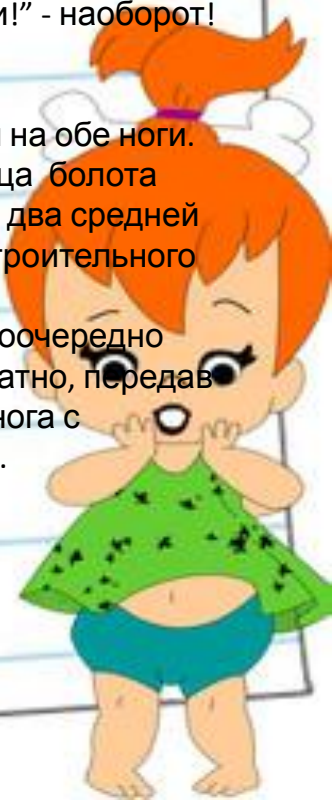
Выбираются 2 команды: “вороны” и “воробьи”. Герасим медленно говорит “Вороны!” и дети-“вороны” ловят “воробьев”, команде “Воробьи!” - наоборот!

### «Не замочи ног»


Цель: учить перепрыгивать через препятствия и приземляться на обе ноги.

Участники делятся на команды. Перед ними —болото(граница болота отмечается мелом или шнуром). Первым игрокам выдаются по два средней величины бруса (можно использовать кирпичики из детского строительного материала).

Задача играющих —с помощью брусьев, наступая на них и поочередно передвигая вперед, добраться до края болота и вернуться обратно, передав эстафету следующему участнику. Желательно, чтобы нога с импровизированной кочки в болото не попадала.







### «Лови-бросай»

Цель: учить ловить мяч, не прижимая его к груди, бросать точно воспитателю двумя руками в соответствии с ритмом произносимых слов.

Ход. Дети стоят в кругу, взрослый — в центре. Он перебрасывает мяч и ловит обратно, говоря: «Лови, бросай, упасть не давай!».

Текст произносит не спеша, чтобы успеть поймать и бросить мяч.

Расстояние постепенно увеличивается: от 1 до 2 м и более.

Правила: ловить мяч, не прижимая его к груди; бросать точно взрослому двумя руками в соответствии с ритмом произносимых слов.

Усложнение: дети стоят в парах и перебрасывают мяч друг другу.

### «Салки»

Цель: учить двигаться прерывистыми шагами в разные стороны, действовать по сигналу.

Выбирается ловишка. По сигналу воспитателя:

Раз, два, три,

Раз, два, три,

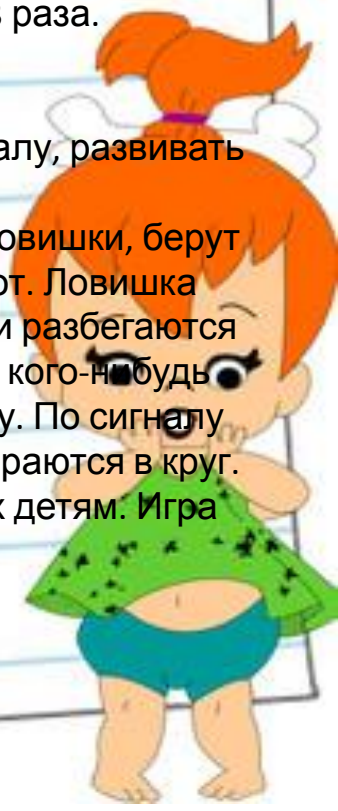
Ну скорее нас лови!

дети разбегаются по залу (площадке). Ловишка их ловит, дотрагиваясь рукой. Пойманные отходят в сторону. Когда будет поймано 2-3 детей, выбирается другой ловишка. Игра повторяется 2-3 раза.

### «Ловишка, бери ленту»

Цель: объяснять правила игры, учить действовать по сигналу, развивать ловкость.

Играющие встают в круг, выбирают ловишку. Все, кроме ловишки, берут цветную ленту и закладывают сзади за пояс или за ворот. Ловишка встает в центр круга. По сигналу воспитателя: «Беги!» дети разбегаются по площадке. Ловишка догоняет их, стараясь вытянуть у кого-нибудь ленту. Лишившийся ленточки временно отходит в сторону. По сигналу воспитателя: «Раз, два, три, в круг скорей беги!» дети собираются в круг. Ловишка подсчитывает количество лент и возвращает их детям. Игра возобновляется с новым ловишкой.





### « Достань до мяча »

Цель: продолжать упражнять подпрыгивать толчком двух ног, ударять по мячу одновременно двумя руками.

К стоякам прикрепить канатик на 10 - 15 см выше от поднятых рук ребенка. К канату привязать в сетях большие мячи (2 - 3) на определенном расстоянии один от другого. Детей посадить так, чтобы они видели тех, кто будет прыгать. Воспитатель зовет 2 - 3 детей, они подходят к мячам, на сигнал "раз" прыгают и обоими руками достают мяч, после чего возвращаются на свои места. Воспитатель отмечает детей, которые за один раз достали мяч. Игра заканчивается, когда все дети достанут мячи.

### «Морская фигура»

Цель: развивать внимание, логическое мышление

Выбирается ведущий. Он отворачивается от остальных и произносит вот такую считалочку:

Море волнуется раз,  
Море волнуется два,  
Море волнуется три,

Морская фигура на месте замри

Пока он говорит, все игроки хаотично двигаются. Как только перестает говорить все игроки замирают, изображая "морские" фигуры.

Ведущий подходит к любому игроку, дотрагивается до него рукой - игрок изображает, кого именно он показывает. Задача ведущего - отгадать, что это за фигура. Если игрок изображает непохоже, он становится водой на следующий этап.

Есть еще усложнение к правилам: если какой-нибудь игрок шевелился или смеялся во время "выступления" другого, то он становится водой.

Загадываются также:

- звериная фигура
- птичья фигура
- клоун-фигура
- рабочая фигура
- безумная фигура

и так далее, на что фантазии хватит.





### « Сбей кеглю »

Цель: развивать координацию движений, умение предать силу броску.

На полу или земле чертят линию или кладут веревочку. На расстоянии 1 -1,5 м от нее ставят 2-3 большие кегли (расстояние между кеглями 15-20 см).

Дети по очереди подходят к обозначенному месту, берут в руки лежащие рядом мячи и катят их, стараясь сбить кеглю. Прокатив 3 мяча, ребенок бежит, собирает их и

передает следующему играющему.

Чтобы сбить кеглю, надо постараться

Указания к проведению. Для выполнения упражнения сначала надо дать мячи диаметром 15-20 см. Затем, когда дети научатся прокатывать мяч энергично, попадать в

кегли, им можно дать мячи меньшего размера и увеличить расстояние для их прокатывания.

### «Воробушки»

Цель: упражнять в беге в рассыпную, развивать ловкость, быстроту.

На полу или земле чертятся круг диаметром 4м. Водящая "кошка" становится в середине круга, остальные участники игры "воробьи". Они находятся вне круга.

По сигналу воспитателя "воробьи" начинают прыгать в круг и выпрыгивать из него. Пойманный находится в центре. Когда попадают все "воробьи", выбирается новая кошка.

Побеждает тот, кто ни разу не попался, и кошка, сумевшая быстрее других поймать всех "воробышков".

### «Кто смелее»

Цель: развивать быстроту бега, навыки лазания.

Вышли мыши как-то раз

Посмотреть который час.

Раз- два- три- четыре,

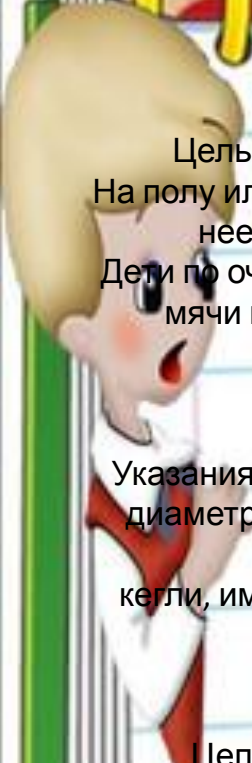
Мыши дёрнули за гири.

Вдруг раздался страшный звон!

Бом- бом- бом- бом!

Убежали мышки вон!

(кот догоняет мышей-детей)





### «Караси и щука»

Цель: упражнять в беге, умении действовать по сигналу.

Перед началом игры все караси собираются в одной норе. По сигналу они выплывают из укрытия и стараются перебраться на противоположную сторону реки. Щука выходит на охоту. Пойманные караси из игры не выходят, они берут друг друга за руки и встают на середину игровой площадки, образуют сеть.

Оставшиеся караси, переплывая с одной стороны площадки на другую, проходят через сеть. Пойманных становится все больше, сеть — все длиннее. Тогда из сети делают корзинку, играющие встают в круг. Участники игры при перебежке обязательно забегают в корзину. Игра заканчивается, когда щука переловит всех карасей.

#### Правило

Щука не должна заплывать в сеть и в корзину за карасями.

#### Указания к проведению

Чем больше играющих, тем интереснее проходит игра. Норы для карасей можно выделить простой чертой, но лучше натянуть шнур, под который караси подплывают. Места, где прячется щука (их может быть 3—4), нужно сделать по краям площадки.

Осаленные игроки могут сделать сеть, когда их не менее 3—4. Если щука в начале игры осалила, например, только одного игрока, то он стоит в стороне и ждет, когда их будет больше. Игроков, изображающих сеть, можно поставить в два ряда.

### «Бездомный заяц»

Цель: упражнять в беге, умении действовать по сигналу.

Из числа игроков выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные игроки — зайцы, чертят себе круг, и встают во внутрь. Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой круг, тогда заяц, что стоял в кругу, должен сразу же убежать, потому что он стает бездомным, и охотник будет за ним охотиться.

Как только охотник поймает зайца, он сам стает зайцем, а бывший заяц — охотником.

