

Картотека игр по физическому развитию для детей 3-4 лет

"ПУЗЫРЬ"

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

Дети стоят вплотную по кругу, взявшись за руки. Вместе с воспитателем они говорят:

**Раздувайся, пузырь,
Раздувайся большой,
Оставайся такой,
Да не лопайся.**

Произнося стихи, дети постепенно расширяют круг.

Он летел, летел, летел

И на ветку налетел.

Пш-ш-ш, и лопнул!

После последних слов все дети опускают руки и присаживаются на корточки.

Педагог предлагает надуть новый пузырь: дети встают, снова образуют маленький круг, игра возобновляется. Вариант игры:

После слов «Да не лопайся» педагог говорит: «Полетели пузыри». Дети разбегаются, врассыпную (в пределах площадки), а педагог говорит: «Полетели, полетели, полетели!..»

В этом варианте игру можно повторить 3—4 раза.

"ВОРОБУШКИ И КОТ"

Цель: учить детей мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убегать, находить свое место, приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарище

Дети стоят вдоль стен комнаты на скамеечках, на больших кубиках или в обручах, положенных на пол. Это — «воробышки на крыше» или в «гнездышках». Поодаль сидит «кошка», роль которой исполняет один из детей. Педагог говорит: «**Воробышки полетели**». Воробышки спрыгивают с крыши или выпрыгивают из гнездышка и, расправив крылья, бегут врассыпную по всей комнате. Кошка тем временем спит. Но вот она просыпается, произносит «**мяу-мяу**» и бежит догонять воробышков, которые должны спрятаться от нее на крыше или в гнездышках, заняв свои места. Пойманных воробышков кошка отводит к себе «в дом».

"НАСЕДКА И ЦЫПЛЯТА"

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

Дети изображают «цыплят», педагог — «наседку».

На одной стороне площадки огорожено веревкой место — «дом», где помещаются цыплята с наседкой (веревка натягивается между деревьями или двумя стойками на высоте 40—50 см).

Наседка переступает через веревку и отправляется на поиски корма. Через некоторое время она зовет цыплят: «**Ко-ко-ко-ко**». По этому сигналу все цыплята перелезают через веревку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют по площадке.

Когда педагог говорит «**большая птица**», все цыплята бегут домой.

Педагог говорит «большая птица» только после того, как все дети перешагнули через веревку и немного побегали по площадке.

"ЛЯГУШКИ"

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

Посередине площадки чертят большой круг или кладут толстый шнур в форме круга. Группка детей располагается по краю круга, остальные садятся на стулья, расставленные по одной стороне площадки. Вместе с детьми, сидящими на стульях, педагог говорит следующие стихи:

Вот лягушки по дорожке

Скачут, вытянувши ножки,

Ква-ква-ква, ква-ква-ква,

Скачут, вытянувши ножки.

Дети, стоящие по кругу, подпрыгивают, изображая «лягушек». По окончании стихотворения дети, сидящие на стульях, хлопают в ладоши (пугают лягушек); лягушки прыгают в «болотце» — перепрыгивают через черту — и тихонько присаживаются на корточки. При повторении игры роли меняются.

"ШИРЕ ШАГАЙ"

Цель: упражнять в ходьбе по ограниченной площади, прыжке, приучать действовать по сигналу

На площадке в 2—3 ряда раскладываются обручи (пластмассовые или плоские из фанеры диаметром 60 см), в каждом ряду 5—6 обручей. 2—3 детей по сигналу шагают из обруча в обруч. Дойдя до конца, подпрыгивают, хлопают в ладоши и возвращаются.

Правила: идти с промежуточным шагом в обруче, но, не выходя за его края, не задевать за обручи.

"СОЛНЫШКО И ДОЖДИК"

Цель: учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, приучать их действовать по сигналу воспитателя

Дети встают по кругу.

Смотрит солнышко в окошко,

Светит в нашу комнатку.

Мы захлопаем в ладоши,

Очень рады солнышку.

Топ-топ-топ-топ!

Топ-топ-топ-топ!

Хлоп-хлоп-хлоп-хлоп!

Хлоп-хлоп-хлоп

На сигнал «**Дождь идет, скорей домой!**» дети убегают. Затем педагог говорит: «**Солнышко светит!**», - игра повторяется.

Идут по кругу.

Хлопают стоя на месте.

Ритмично притопывают на месте.

Ритмично хлопают в ладоши,

«МЫШИ И КОТ»

Цель: приучать детей бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга; ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя.

Дети-«мышки» сидят в «норках» - на стульчиках или скамейке, поставленной вдоль одной стены комнаты, или по сторонам площадки; в одном из углов площадки сидит

«кошка», роль которой исполняет педагог. Кошка засыпает, и только тогда мышки разбегаются по комнате. Но вот кошка просыпается, мяукает и начинает ловить мышат, которые бегут в свои норки и занимают свои места на стульчиках. После того как все мышки вернулись на свои места, кошка еще раз проходит по комнате, а затем возвращается на свое место, засыпает и игра повторяется.

«ПОЕЗД»

Цель: 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.

Дети стоят в колонне по одному по одной стороне площадки или вдоль стены комнаты. Первый стоящий в колонне - «паровоз», остальные «вагоны». Педагог дает гудок, и дети начинают двигаться вперед; вначале медленно, затем быстрее и наконец переходят на бег (при медленном движении могут произносить звук «чу-чу-чу»). «Поезд подъезжает к станции», - говорит педагог. Дети постепенно замедляют темп и останавливаются.

Педагог регулирует темп, направление и продолжительность движения детей.

Первое время педагог сам ведет колонну, а затем ставит впереди более активного ребенка.

«ПТИЧКИ В ГНЕЗДЫШКАХ»

Цель: учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.

В разных концах площадки или сторон комнаты устанавливается 3-4 «гнезда» (можно поставить стульчики, положить обручи или начертить большие круги). Дети-«птицы» размещаются в гнездах. По сигналу педагога птицы вылетают из своих гнезд и разлетаются по всей площадке. Педагог «кормит» птиц то на одной, то на другой стороне площадки. Дети присаживаются на корточки, ударяя кончиками пальцев по коленям (клюют корм). После слов педагога «Птицы в гнезда!» дети бегут на свои места.

«ЛОХМАТЫЙ ПЕС»

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

Один из детей изображает «пса». Остальные дети тихонько подходят к нему, шепотом проговаривая слова:

**Вот лежит лохматый пес,
В лапы свой уткнувши нос.
Тихо, смирно он лежит,
Не то дремлет, не то спит.
Подойдем к нему, разбудим
И посмотрим, что-то будет.**

Пес вскакивает, начинает лаять - дети разбегаются. Пес пытается их догнать. Когда все дети разбегаются и прячутся, пес опять ложиться на коврик. Игра повторяется с новым водящим.

«ВОРОБУШКИ И КОТ»

Цель: учить детей мягко прыгать, сгибая ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убегать, находить свое место, приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

Дети стоят вдоль стен на скамеечках, на больших кубах или в обручах, положенных на пол. Это - «воробушки на крыше» или «в гнездышках». Поодаль сидит «кошка», роль которой исполняет один из детей. **«Воробушки полетели»**, - говорит педагог. Воробушки прыгают с крыши или выпрыгивают из гнезда и, расправив крылья, т. е. вытянув руки в стороны, бегают враспынную по комнате. Кошка тем временем спит. Но вот она просыпается, произносит: **«Мяу-мяу!»** и бежит догонять воробушков, которые должны спрятаться от неё на крыше или гнездышках, заняв свои места. Поймав воробушков, кошка отводит их к себе в дом.

«ОГУРЕЧИК»

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

В одном конце площадки – педагог-«ловишка», в другом дети. Дети приближаются к ловишке прыжками на двух ногах проговаривая слова:

Огуречик, огуречик,

Не ходи на тот кончик:

Там мышка живет,

Тебе хвостик отгрызет.

По окончанию слов дети убегают на свои места, ловишка их ловит.

«НАЙДИ СВОЙ ЦВЕТ»

Цель: учить детей быстро действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать ловкость

Дети получают флажки 3-4 цветов: одни - красного, другие – синего, третьи – желтого, и группируются по 4-6 человек в разных углах комнаты. В каждом углу педагог ставит на подставке цветной флажок (красный, синий, желтый).

По сигналу педагога **«Идем гулять!»** дети расходятся по площадке группками или в одиночку. По сигналу педагога **«Найди свой цвет!»** дети бегут к флажку соответствующего цвета.

«НАЙДИ СЕБЕ ПАРУ»

Цель: учить детей быстро действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать ловкость

Для игры нужно приготовить флажки по количеству детей. Половина флажков одного цвета – остальные другого. Дети получают по одному флажку. По сигналу педагога дети разбегаются по площадке. По другому сигналу дети, имеющие одинаковые флажки, находят себе пару.

В игре должно принимать нечетное количество детей, чтобы один из играющих оставался без пары. Обращаясь к оставшемуся без пары, все играющие хором говорят:

Ваня, Ваня, не зевай себе пару выбирай.

Затем по удару бубна дети опять разбегаются, игра повторяется.

«ТРАМВАЙ»

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

Дети стоят вдоль стены комнаты или стороны площадке в колонне парами, держа друг друга за руку. Свободной рукой они держат шнур, концы которого связаны (один держит правой рукой другой левой). Педагог находится в одном из углов комнаты и держит в руке три цветных флага (круга, карточки) – желтый, красный, зеленый. Воспитатель поднимает флаг зеленого цвета, и дети бегут, трамвай двигается. Добежав до педагога, дети смотрят, не сменился ли цвет флага: если поднят зеленый, движение продолжается, если появился желтый или красный флаг, дети останавливаются и ждут, когда появится зеленый цвет, чтобы можно было снова двигаться.

«ЛОШАДКИ»

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

Дети становятся парами. В паре один – «лошадка». Другой – «возчик». Используются вожжи, или дети держат друг друга за пояс. Воспитатель говорит:

Поехали, поехали, с орехами, с орехами

**К дедке по репку, по пареньку,
по сладеньки, по горбатеньки.**

С окончанием текста дети продолжают бежать в том же ритме под проговаривание педагога: «Гоп, гоп», бегут до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Тпру- у».

«У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ»

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

На одном конце площадки проводится черта. Это опушка леса. За чертой, на расстоянии 3-2 шагов от нее, очерчивается место для медведя. На противоположной стороне обозначается линией «дом детей». Педагог считалкой выбирает медведя. Педагог говорит: «Идем гулять». Дети идут и говорят слова:

У медведя во бору

Грибы, ягоды бегу,

А медведь не спит,

Все на нас рычит.

Медведь должен сидеть на своем месте. Когда играющие произносят последнее «рычит», медведь с рычанием встает и догоняет детей, которые бегут к себе «домой». Пойманного, медведь ведет к себе.

После того как медведь поймает 3-2, выбирается новый медведь.

«КОННИКИ»

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

Группа детей становится у одного края площадки. Педагог дает 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 педагог может предложить детям двигаться быстрее или медленнее в разных направлениях. Когда дети научатся быстро бегать, можно устроить соревнования.

«ТАКСИ»

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

Дети становятся внутрь большого обруча (диаметром 1м), держат его в опущенных руках: один – у одной стороны обода, другой – у противоположной, друг за другом. Первый ребенок – водитель такси, второй – пассажир. Дети бегают по площадке или по 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, педагог может дать задание бегать в разных направлениях, делать остановки. Можно место остановки обозначить флажком. На остановке пассажиры меняются, один выходит из такси, другой садится.

«ЗАЙЦЫ И ВОЛК»

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

Дети - зайцы прячутся за кустами и деревьями. В стороне за кустом находится волк. Зайцы выбегают на полянку, прыгают, щиплют травку, резвятся. По сигналу педагога: «Волк идет!» - зайцы убегают и прячутся за кусты, под деревья. Волк пытается догнать их. В игре можно использовать небольшой тест:

**Зайки скачут, скок-поскок,
на зеленый на лужок.**

Травку щиплют кушают .

Осторожно слушают,

Не идет ли волк.

Дети выполняют действия, о которых говорится в стихотворении. С окончанием слов появляется волк и начинает ловить зайцев.

«КРОЛИКИ»

Цель: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу; упражнять детей в подлезании, в беге и приседании.

В одной стороне комнаты полукругом расставлены стулья, сидениями внутри полукруга. Это клетки кроликов. На противоположной стороне дом сторожа. Посередине находится лужайка, на которую кроликов выпускают гулять. Дети становятся за спинками стульев, по указанию педагога они присаживаются на корточки - кролики сидят в клетках. Педагог – «сторож» подходит к клетке и выпускает кроликов на лужок: дети один за другим выползают из-под стульев, а затем прыгают, продвигаясь вперед по всей лужайке. По сигналу педагога «Бегите в клетки!» кролики возвращаются на свои места, снова проползая под стульями.

Педагог должен следить за тем, чтобы дети, проползая под стульями, старались не задевать их спинами. Вместо стульев можно использовать дуги для подлезания или, положенные на сиденья стульев палки, рейки.

«НЕ ОПАЗДЫВАЙ»

Цель: учить детей быстро действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать ловкость, внимание.

Педагог раскладывает на полу кубики. Дети становятся у кубиков. По сигналу воспитателя они разбегаются по всей комнате, по сигналу «Не опаздывай!» бегут к кубикам. Первоначально дети могут подбегать к любому свободному предмету, постепенно они привыкают занимать свое место. При повторении игры можно предложить детям бегать как лошадки.

Во время игры педагог следит, чтобы дети дальше убежали от кубиков, не наталкивались друг на друга, помогали друг другу найти свой кубик, когда прозвучит сигнал.

«КУРЫ В ОГОРОДЕ»

Цель: развивать координацию движений, быстроту реакции; упражнять в беге, приседании и подлезании.

Посередине площадки ограничивается большое пространство – огород. С одной стороны сторожа, с другой – курятник, в нем «куры» - дети. Роль сторожа выполняет педагог или один из детей. По сигналу «Куры гуляют» дети подлезают под шнуры, ходят в огороде, ищут корм, бегают. Сторож замечает кур в огороде и гонит их – хлопает в ладоши, приговаривая «кыш-кыш». Куры убегают, подлезают под шнур, прячутся в дом. Сторож обходит огород и тоже возвращается домой.

«НАЙДИ СВОЙ ДОМИК»

Цель: учить детей быстро действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать быстроту, ловкость

Каждый ребенок выбирает себе домик. Это может быть плоский обруч По сигналу дети выбегают на площадку и бегают в разных направлениях. По сигналу «Найди свой домик!» занимают домики.

«СКОРЕЕ В КРУГ»

Цель: учить детей быстро действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; упражнять в беге, развивать быстроту, ловкость

Дети должны бегать легко, в разных направлениях, не наталкиваться; не подбегать к домику до сигнала «Скорее в круг!»

На площадке чертят круг диаметром 4 метра в середине – круг поменьше диаметром 2 метра. Дети ходят друг за другом за большим кругом. Между большим и малым кругом ходит педагог. На сигнал «Скорее в круг!» дети стараются вбежать в маленький круг, педагог ловит их, пойманные останавливаются на месте. Затем они снова становятся в круг.

«У РЕБЯТ ПОРЯДОК СТРОГИЙ»

Цель: учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; по сигналу находить свое место в шеренге.

По первому сигналу играющие разбегаются из шеренги врассыпную и произносят речевку: «**У ребят порядок строгий, знают все свои места, ну, трубите веселее: тра-та та, тра-та- та**». По второму сигналу все быстро строятся в шеренгу.

Сначала можно вставать на свободные места, но к концу года на свое место.

«МОЙ ВЕСЕЛЫЙ ЗВОНКИЙ МЯЧ»

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

Дети становятся в круг, педагог с корзиной маленьких мячей в центре. Все вместе произносят слова:

**Мой веселый звонкий мяч
Ты куда помчался вскачь
Красный, жёлтый, голубой,
Не угнаться за тобой.**

По окончанию слов педагог подбрасывает мячи вверх так, что бы они разлетелись в разные стороны. Дети должны быстро собрать их назад в корзину.

«РОВНЫМ КРУГОМ»

Цель: развивать у детей согласованность движения рук и ног; приучать ходить свободно в колонне по одному; развивать чувство равновесия, внимание.

Дети, взявшись за руки, ритмично идут по кругу, говорят:

**«Ровным кругом друг за другом
Мы идем за шагом шаг, стой на месте!
Дружно вместе сделай вот так!»**

По окончанию слов останавливаются и повторяют движения, которые показывает педагог, например, повернуться, наклониться. Нужно ритмично идти по кругу, сохраняя интервал; не заходить в круг.

«САМОЛЁТЫ»

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

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.

«АКУЛА И РЫБКИ»

Цель: 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).

"Ягодка-малинка"

Цель — развить координацию речи с движением, работать над речевыми навыками

Ход игры. За малиной в лес пойдем,

(Дети идут в хороводе, взявшись за руки.)
в лес пойдем,

Спелых ягод наберем, наберем. ("Собирают ягоды".)

Солнышко высоко, (Показывают солнышко.)

А в лесу тропинка. (Показывают тропинку.)

Сладкая ты моя, (Бегут по кругу, взявшись за руки.) Ягодка малинка. "Где вы были?" Ножки, ножки, (Дети ходят на месте.)

— За грибами в лес ходили

— Что вы, ручки, работали? (Приседают, "собирают грибы".)

— Мы грибочки собирали.

— А вы, глазки, помогали?

— Мы искали да смотрели, (Смотрят из-под руки, поворачиваются влево, вправо.) Все пенечки оглядели.

«Автомобили»

Цель: развивать ловкость и быстроту; закреплять умение передвигаться по площадке враспынную. Закреплять представление детей о назначении светофора, о его сигналах.

Подготовка к игре: Дети получают рули и встают враспынную на площадке.

Атрибуты: Рули на каждого играющего. Цветные флажки (зеленый, красный).

Ход игры: каждый играющий получает руль. По сигналу водящего (поднят зеленый флажок) дети разбегаются в рассыпную так, чтобы не мешать друг другу. На другой сигнал (красный флажок) автомобили останавливаются. Игра повторяется. Игра проходит эмоциональнее под музыкальное сопровождение.

«Божьи коровки»

Цель: развивать ловкость, быстроту; учить передвигаться по площадке и не наталкиваться друг на друга.

Дети вы будите сейчас « божьи коровки». На дорожке рассыпаны кружки зеленого, белого, черного цвета –это тли. Летите скорее и соберите тли. Но помните, что «божьи коровки» добродушные жуки, не толкайтесь и не выхватывайте друг у друга «тлей»

«Хитрая лиса».

Цель:развивать ловкость, внимание и быстроту реакции; приучать их внимательно слушать сигнал и начинать движение по словесному сигналу.

Объяснение: вы сейчас все станете в круг, очень близко не вставайте друг с другом, по моему сигналу закроете глаза, а я буду обходить круг и выбирать водящего - «хитрую лису». Тот до кого я дотронусь будет водящим – хитрой лисой, только он не должен никому об этом говорить. По моему сигналу все откроют глаза и спросят: «*Хитрая лиса, ты где?*» 3 раза вы должны спросить об этом лису. После третьего раза, водящий – хитрая лиса, выбегает в середину круга, поднимает руку вверх и говорит: «*Я здесь!*». Все остальные должны разбежаться по площадке, а лиса будет ловить вас, дотрагиваться рукой.

Правила:

- Кого поймает лиса, того отведет в свой домик, в нору. Нора лисы, на другом конце площадке, там где лежит обруч.

Как только вы услышите мои слова: «*В круг*», вы должны встать в круг.

Закрепление правил:

- Как вы должны встать в начале игры?
- Сколько раз надо спросить: «Хитрая лиса, ты где?»
- Как лиса должна ловить детей?
- После каких слов лиса должна выбегать?
- На какие слова вы должны встать в круг?

Руководство ходом игры:

1. После того, как лиса поймает 2-3 детей и отведет в свой домик, игра останавливается, дети снова встают в круг.
2. Повторить игру 4 -5 раза.
3. После каждого повтора, выбирается новая лиса.
4. Указание: слушать внимательно сигналы, лисе не выдавать себя раньше времени.
5. Если лиса выдала себя чем-нибудь, назначает другую лису.

Подведение итогов: Все ребята хорошо играли, были ловкими, быстрыми, внимательными, молодцы! Но самой хитрой лисой были (имена детей).

«Жуки»

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

Под звон бубна инструктора: «Жуки полетели!» дети бегут, жужжат, руки за спиной, бегут по всему залу. Инструктор: «Птица!» «Жуки» убегают от птицы в домик (на лавочки). Пойманных жуков птица отводит в свой дом (обруч) Инструктор: «Жуки полетели!» Дети встают, бегают, жужжат. Игра повторяется 2-3 раза.

«Не оставайся на полу (на земле)»

Цель: воспитывать дисциплинированность (умение воздерживать себя от поступков, идущих вразрез с требованиями дисциплины), выдержку, ловкость и смелость. Развивать умение действовать по словесному сигналу, быстро ориентироваться в обстановке (найти свободное возвышение и взобраться на него).

Оборудование: лестницы со ступеньками, доски, поставленные на возвышения, скамейки, невысокие ящики, чурбаны.

Ход игры: в различных местах площадки (комнаты), ближе к ее границам, расставлены предметы высотой 15–20 см, на которые дети должны взбираться. Выбирается ловец. Ему надевают на руку повязку. Дети размещаются в разных местах площадки. Под удары в бубен дети ходят, бегают или прыгают по площадке в зависимости от темпа или ритма звуков, которые дает воспитатель. Ловец принимает участие в общем движении. По сигналу воспитателя «лови» все дети взбираются на расставленные предметы (возвышения). Ловец ловит тех, кто не успел вскочить на возвышение. Пойманные садятся в стороне. После того как игра повторена 2–3 раза, проводится подсчет пойманных и выбирается новый ловец. Общая продолжительность игры 5 минут.

В игре дети соблюдают следующие правила:

1. Бегать по комнате после слова «лови» нельзя – надо влезать на возвышение.
2. Занимать можно любое место.
3. Ловить можно только после слова «лови».

Во время игры воспитатель должен следить, чтобы дети спрыгивали с возвышения двумя ногами и мягко приземлялись, сгибая колени. Дети должны разбегаться по всей площадке подальше от предметов. На которые они должны взбираться.

«Совушка»

Цель: формировать у детей потребность в двигательной деятельности.

Задачи:

Закреплять умение детей действовать по сигналу «день» и «ночь».

Развивать равновесие, быстроту реакции и неподвижность.

Воспитывать чувство коллективизма.

Содержание игры

Все играющие птички, один ребёнок – сова, которая находится в стороне площадки. По сигналу «день» птички разлетаются, машут крыльями, клюют зёрнышки. На сигнал «ночь» все останавливаются и стоят неподвижно. Вылетает сова, высматривает тех, кто шевелится и забирает в гнездо. Через 15-20 сек. снова даётся сигнал «день», сова улетает в гнездо, дети – птички летают по площадке.

Правила игры

По сигналу «день» птички разлетаются, машут крыльями, клюют зёрнышки. По сигналу «ночь» останавливаются и стоят неподвижно.

Сова вылетает и пытается забрать тех птичек, которые шевелиться только по сигналу «ночь».

«Попади в круг»

Цель: упражнять детей в метании в горизонтальную цель двумя руками снизу.

Ход игры: Дети стоят по кругу на расстоянии 2—3 шагов от лежащего в центре большого обруча или круга (из веревки или начерченного на полу, диаметр 1—1,5 м). В руках у детей мешочки с песком. По сигналу воспитателя «Бросай!» все дети бросают мешочки в круг. Затем воспитатель говорит: «Поднимите мешочки». Дети поднимают мешочки и становятся на место.

Указания: Мешочек надо бросать обеими руками.

«Море волнуется»

Цель: формировать навыки двигательной активности детей, совмещая с познавательно-исследовательской, коммуникативной деятельностью, с учетом безопасности жизнедеятельности детей; выполнять имитационные движения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений.

Ход игры: Дети стоят в кругу. Выбирается ведущий, он стоит в центре. Все произносят слова и произвольно двигаются, стараясь создать необычную фигуру: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, морская фигура на месте замри», по окончании все замирают, ведущий выбирает лучшую фигуру, тот становится ведущим.

«Змейка»

Цель. Учить детей двигаться цепочкой, обходить препятствия.

Материал. Деревянная (пластмассовая) разборная змейка.

Ход игры.

Воспитатель показывает детям извивающуюся змейку. Обращает внимание, что «змейка» шипит: ш-ш-ш! Она ползет и извивается. Воспитатель читает четверостишие из сказки П. Бажова:

Эй-ка, эй-ка,

Голубая змейка!

Объявись, покажись,

Колесом покрутись!

Дети сначала рассматривают змейку, и потом начинают играть с ней. Затем воспитатель предлагает всем детям вместе изобразить её. Дети кладут руки друг другу на плечи и медленно «змейкой» двигаются вперед за воспитателем, который следит за детьми, чтобы они не шаркали ногами, а шли маленькими шажками, причем прямо и легко поднимая ноги. Воспитатель напоминает детям, что «Змейка» шипит: «Ш-ш-ш-ш». Потом воспитатель перед детьми ставит небольшие преграды (кубы, дуги и т. п., которые «змейка» (дети) должны обойти, и не опрокинув их. Дети двигаясь цепочкой («змейкой», перешагивают осторожно через веревочку (рейку). Воспитатель следит, чтобы все дети не опускали руки и не снимали их с плеч впереди идущего, одновременно чтобы они произносили «Ш-ш-ш» или повторяли вместе с воспитателем стихи. По желанию детей игра повторяется.

Карусель

Цель: развивать у детей равновесие в движении, навык бега, повышать эмоциональный тонус.

ХОД ИГРЫ:

Дети вместе с взрослым бегут по кругу, держась за руки, и говорят или поют:

- Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели,

А потом, а потом

Все бегом, бегом, бегом!

Тише, тише, не бегите,

Карусель остановите.

Раз и два, раз и два,

Вот и кончилась игра!

(Е. Тихеева)

В соответствии со словами песенки дети бегут по кругу все быстрее и быстрее, затем все медленнее и останавливаются.

«Цветные автомобили»

Цель: учить детей бегать по площадке врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. Закрепить знания основных цветов: красный, синий, жёлтый, зелёный. Развивать умение действовать по сигналу, выдержку.

Ход игры.

1 вариант.

По краям площадки располагаются дети цветными кружками в руках - «рули». Воспитатель в центре с цветными флажками. Он поднимает флажок какого-нибудь цвета, дети имеющие «руль» такого же цвета бегают по площадке в любом направлении. Когда флажок опускается, все дети возвращаются на места. Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, бегают другие дети. Можно поднять одновременно два или три флажка.

2 вариант.

По залу расставляются флажки или фишки разного цвета – это гаражи, дети находят свой гараж по цвету. По сигналу воспитателя – солнце встало, автомобили накачивают шины, заправляются бензином и выезжают на работу, дети начинают передвигаться по всему залу, не наталкиваясь друг на друга. В это время воспитатель меняет местами гаражи. По сигналу воспитателя – солнце садится за горизонт, дети должны найти свой гараж.

«Мы весёлые ребята»

Цель: учить детей перебегать с одной стороны площадки на другую сторону по сигналу, стараясь, чтобы Ловишка не осалил. Развивать умение действовать по сигналу, ловкость, быстроту движений.

Ход игры:

1 вариант.

Дети стоят на одной стороне площадки за чертой, на противоположной стороне также обозначается линия. Сбоку от детей примерно на середине между линиями, находится Ловишка. Дети говорят:

**«Мы весёлые ребята,
любим бегать и играть,
ну попробуй нас догнать.
Раз, два, три, лови!»**

После этого дети перебегают на другую сторону, Ловишка салит, дотрагиваясь до бегущих. После 2-3 перебежек подсчитывают пойманных, выбирают нового ловишку. Игра повторяется.

2 вариант.

Перебегая, дети могут бежать с захлестом голени, боковым галопом, прямым галопом.

«Кто скорее добежит до флажка»

Цель: учить детей бегать с одной стороны площадки на другую, преодолевая препятствия. Развивать умение действовать по сигналу, быстроту движений.

Ход игры:

1 вариант.

4-5 детей встают на одной стороне площадки. На противоположной стороне (*расстояние 12-15м*) на скамейках стульях лежат флажки. По сигналу – *«Раз, два, три – беги!»* дети бегут к флажкам и поднимают их. Отмечается тот, кто сделал это первым. Затем ребята идут на место, выходят следующие 4-5 детей.

2 вариант.

Бежать, преодолевая препятствие – подлезть под верёвку, пролезть в обруч, пройти по скамейке.

Источник: <https://infourok.ru/kartoteka-podvizhnih-igr-dlya-detey-let-3958913.html>