

## «Береги предмет»

(игра средней подвижности)

Цели: развивать наблюдательность, внимание, ловкость; упражнение в приседании.

### Описание игры:

Играющие образуют круг. Один из играющих находится в середине круга (водящий), остальные стоят, несколько расставив ноги и держа руки за спиной (исходное положение). У ног каждого ребёнка лежит кубик (или другой предмет). Водящий старается взять этот кубик. Желая уберечь его, играющий приседает, закрывает кубик руками и тем самым не даёт до него дотронуться. Как только водящий отходит, играющий встаёт.

Когда водящему удаётся взять кубик у 2-3 играющих, назначается новый водящий.

Общая продолжительность игры 4-5 минут.

### Правила игры:

- 1) Стоящий в кругу не должен брать предмет, если он закрыт руками;
- 2) Не защитивший свой кубик делает шаг назад из круга. Он один раз не участвует в игре;
- 3) При перемене водящего стоявшие за кругом – становятся в круг.

### Указания к проведению игры:

- 1) Первое время воспитатель должен быть водящим;
- 2) Воспитатель должен следить за тем, чтобы:
  - а) стоящий в кругу не брал предмет, если он закрыт руками;
  - б) играющие тот час же вставали и быстро занимали исходное положение, как только водящий отошёл от них;
  - в) водящий не подходит к одному и тому же играющему.

## «Кошка и мышка»

(игра средней подвижности)

Цели: развивать у детей умение быстро действовать по сигналу, ходить, сохраняя форму круга; упражнение в беге с ловлей.

### Описание игры:

Все играющие, кроме двух, становятся в круг на расстоянии вытянутых рук и берутся за руки. В одном месте круг не замыкается (двое играющих опускают руки). Этот свободный проход называется воротами.

Двое играющих, находящихся за кругом, изображают «мышку» и «кошку».

Мышка бежит, ходит вне круга и в кругу. Кошка – за ней, стремясь её поймать (коснуться рукой). Мышка может вбегать в круг через ворота и подлезать под руки стоящих в кругу. Кошка может вбегать только в ворота. Дети идут по кругу и говорят:

*Ходит Васька серенький, хвост пушистый, беленький, Ходит Васька – кот. Сядет умывается, лапкой вытирается, песенки поёт. Дом не слышно обойдёт, притаится Васька-кот, Серых мышек ждёт.*

После слова ждёт, кошка начинает ловить мышку. Когда кошка поймает мышку – воспитатель назначает на эти роли других детей.

Общая продолжительность игры 5-7 минут.

### Правила игры:

- 1) Стоящие в кругу не должны пропускать кошку под сцепленные руки;
- 2) Кошка может ловить мышку за кругом и в кругу;
- 3) Кошка может ловить, а мышка убежать только после слова «ждёт».

### Указания к проведению игры:

- 1) Если кошка долго не может поймать мышку, воспитатель устраивает дополнительные ворота или назначает новых кошку и мышку;
- 2) При повторении игры можно ограничиться первыми или последними тремя строчками.

### «Караси и щука»

(игра средней подвижности)

Цели: развивать умение выполнять движения по сигналу; упражнение в приседании, в беге, в построении в круг, в ловле.

Описание игры: Половина детей образуют круг («пруд»), расстояние между играющими два шага. Воспитатель назначает одного из играющих «щукой» - он находится вне круга. Остальные играющие – «караси» - плавают, бегают внутри круга-пруда. По сигналу воспитателя «щука» - щука быстро вбегает в круг (пруд), стараясь поймать карасей. Караси спешат занять место за кем-нибудь из играющих, стоящих по кругу и присесть (караси прячутся от щуки за камешки). Щука ловит тех карасей, которые не успели спрятаться за камешки, и уводит их к себе в дом.

Игра проводится 3-4 раза (согласно условию), после чего подсчитывается число пойманных.

Затем воспитатель назначает новую щуку, и игра возобновляется.

Общая продолжительность игры 5-7 минут.

#### Правила игры:

- 4) Щука вбегает в круг, а караси прячутся позади стоящих по кругу (по одному за каждый камешек) после сигнала воспитателя «щука»;
- 5) Караси не имеют права плавать (бегать) по площадке вне круга.

#### Указания к проведению игры:

- 3) При повторении игры дети, стоящие по кругу и внутри круга, меняются местами.

### «Кто скорей снимет ленту»

(игра средней подвижности)

Цели: развивать у детей умение действовать по сигналу, выдержку; упражнение в быстром беге, в прыжках.

Описание игры: На площадке проводится черта, за которой дети строятся в несколько колонн по 4-5 человек в каждой. На расстоянии 10-15 шагов напротив колонн протягивается верёвка, высота которой на 10-15 см выше поднятых вверх рук детей. Против каждой колонны на эту верёвку накидывается лента.

По сигналу воспитателя «беги» - все стоящие первыми в колоннах бегут к своей ленте, подпрыгивают и сдёргивают её с верёвки. Снявшим ленту первым считается выигравшим. Воспитатель снова вешает ленты на верёвку; те, кто были в колонне первыми, становятся в конец колонны, а остальные подвигаются к черте. По новому сигналу бегут следующие дети.

Игра заканчивается, когда все дети снимут ленты. После этого подсчитываются выигрыши в каждой колонне. Общая продолжительность игры 5-6 минут.

#### Правила игры:

- 1) Бежать можно только после слова «беги»;
- 2) Сдёргивать ленту можно только против своей колонны.

#### Указания к проведению игры:

- 3) Ленты могут быть заменены полосками из материи или из бумаги, которые хорошо сделать разного цвета;
- 4) При проведении этой игры с детьми старшего возраста ее можно усложнить – поставить на пути бега препятствие (протянуть верёвку на высоте 40-50 см, под которую нужно подлезать, не задев её; или провести две линии на расстоянии 30-35 см, через которые надо перепрыгнуть).

### «По ровненькой дорожке»

(игра с прыжками)

Цели: развивать у детей умение двигаться ритмично, находить своё место; упражнение в ходьбе, в прыжках, в приседании, в беге.

#### Описание игры:

Дети сидят на стульях, на скамейках или на траве. Воспитатель предлагает им пойти гулять. Они встают с места, свободно группируются или строятся в колонну. Воспитатель говорит ритмично, в определённом темпе, следующий текст:

*По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке,*

*Шагают наши ножки: раз, два, раз, два,*

*По камешкам, по камешкам, по камешкам, по камешкам...*

*В яму – бух!*

При словах «по ровненькой дорожке» дети идут шагом. Когда воспитатель говорит: «По камешкам, по камешкам», - прыгают на двух ногах, слегка продвигаясь вперёд. На слова: «В яму – бух!» - присаживаются на корточки. «Вылезли из ямы», - говорит воспитатель и дети поднимаются. Воспитатель даёт им отдохнуть, потом повторяет стихотворение.

После двух повторений воспитатель произносит такой текст:

*По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке,*

*Устали наши ножки, устали наши ножки.*

*Вот наш дом – там мы живём.*

### «Наседка и цыплята»

(игра с подлезанием)

Цели: развивать умение выполнять движения по сигналу (по слову); упражнять в беге по разным направлениям и в подлезании.

#### Описание игры:

Дети изображают «цыплят», а воспитатель «наседку». На одной стороне площадки огорожено верёвкой место – «дом», где помещаются цыплята с наседкой (верёвка натягивается между деревьями или двумя стойками на высоте 40-50 см).

Сбоку, в стороне, помещается «большая птица».

Наседка подлезает под верёвку и отправляется на поиски корма. Через некоторое время она зовёт цыплят: «ко-ко-ко». По этому сигналу все цыплята подлезают под верёвку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют по площадке.

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

Игру можно повторить 3-4 раза.

#### Правила игры:

- 1) По зову наседки все цыплята выбегают из дома, подлезая под верёвку;
- 2) По сигналу «большая птица» цыплята должны возвращаться домой.

#### Указания к проведению игры:

- 1) Верёвка должна быть натянута на высоте 40-50 см от земли. При такой высоте дети могут подлезать на четвереньках. При большей высоте (60-70 см) – дети не

По окончании дети бегут к стульям и занимает каждый своё место. После небольшого перерыва игра возобновляется с самого начала.

Повторить игру можно 2-3 раза.

Правила игры:

- 1) Движения должны соответствовать тексту стихотворения;
- 2) Вставать с корточек можно только после слов: «Вылезли из ямы»;
- 3) Убегать домой разрешается только после слов «Там мы живём».

Указания к проведению игры:

- 1) Дети не должны долго находиться в положении на корточках;
- 2) Вначале воспитатель сам идёт впереди колонны, потом отходит в сторону и следит за тем, чтобы темп и ритм движения детей соответствовал темпу, в котором произносится стихотворение.

опираются руками о пол (землю), а, подлезая, только сгибают корпус;

- 2) Когда цыплята возвращаются домой, воспитатель поднимает верёвку повыше, чтобы дети не задели её;
- 3) Роль наседки можно поручать со временем и другим детям;

## «Принеси мяч»

(игра средней подвижности)

Цели: развивать умение выполнять движения по сигналу (по слову воспитателя), наблюдательность и сообразительность (выбрать тот мяч, который удобнее взять); упражнение в беге по определённому направлению.

### Описание игры:

Дети сидят на стульях, поставленных у одной из стен комнаты или по стороне площадки. На расстоянии 3-4 шагов (от сидящих) проводится черта, за которой по назначению воспитателя становятся 5-6 детей спиной к сидящим. Рядом с ними стоит воспитатель. В руке у него ящичек с небольшими мячами по количеству стоящих детей.

«Раз, два, три – беги!» - говорит воспитатель и выбрасывает вперёд все мячи из ящичка. Дети бегут за мячами; каждый догоняет какой-нибудь из мячей, бежит с ним к воспитателю и кладёт его в ящичек.

Затем дети садятся на свои места, а за чертой становится другая группа.

Игра заканчивается, когда все дети пробегут за мячом.

Повторить игру можно два раза.

### Правила игры:

- 1) Бежать за мячом можно только после слова «беги»;
- 2) Поднимать и класть в ящик нужно только один мячик.

### Указания к проведению игры:

Когда дети возвращаются с мячами, воспитатель должен протягивать им навстречу ящик, чтобы дети не сталкивались.

## «Что спрятано?»

(игра малой подвижности)

Цели: развивать зрительную память, внимание.

### Описание игры:

Дети сидят в комнате на стульях, на полу по кругу или по одной линии. Воспитатель кладёт в центре круга 3-5 предметов и предлагает их запомнить. Затем играющие встают и поворачиваются спиной к центру или к стене и закрывают глаза.

Воспитатель прячет одну-две вещи, лежащие в центре круга, и говорит: «Посмотрите!» Дети открывают глаза, снова поворачиваются лицом к центру и вспоминают, каких вещей нет. Воспитатель подходит к некоторым детям, и каждый из них на ухо говорит ему, что спрятано. Когда большинство играющих даст правильный ответ, воспитатель громко называет спрятанную вещь. После этого игра возобновляется.

Продолжительность игры 3-4 минуты.

### Правила игры:

- 1) Когда воспитатель прячет вещь, играющие поворачиваются спиной и закрывают глаза;
- 2) По сигналу «посмотрите» играющие открывают глаза и поворачиваются лицом к центру круга.

### Указания к проведению игры:

- 1) В игре воспитатель подбирает однотипные предметы (например, игрушки, изображающие животных);
- 2) Число предметов, положенных в центр, зависит от возраста играющих; примерно их должно быть 3-5;
- 3) Проводя эту игру с детьми, можно закрепить у них знание основных цветов (красного, жёлтого, синего, зелёного). Для этого нужно взять кубики или флажки разных цветов;
- 4) Может быть такой вариант: воспитатель вызывает только одного играющего, тот поворачивается и по сигналу «посмотри» говорит, какая вещь спрятана.
- 5) После трёх повторений игры дети разбегаются по площадке и по сигналу воспитателя «садитесь на места» - снова занимают свои места в кругу, и игра возобновляется.

## «Пузырь»

(игра средней подвижности)

Цели: развивать умение у детей согласовывать движения со словами, двигаться ритмично; упражнение в приседании и построении в круг, а в варианте игры – в беге по разным направлениям;

### Описание игры:

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. Когда воспитатель скажет «Пузырь лопнул» - все дети опускают руки, хором говорят «хлоп» и присаживаются на корточки.

Воспитатель предлагает надуть новый пузырь: дети встают. Снова образуют маленький круг, и игра возобновляется.

Игру можно повторить 3-4 раза.

### Правила игры:

Говорить хором «хлоп» и присесть на корточки можно только после слов воспитателя «пузырь лопнул».

### Указания к проведению игры:

- 1) Слова «Пузырь лопнул» можно заменить словами «воздух выходит». Тогда все играющие, не разрывая сцепленных рук, медленно сходятся к центру, произнося «тсс...»
- 2) После слов «да не лопайся» - дети не присаживаются, а воспитатель говорит «полетели пузыри». Дети разбегаются кто куда хочет (в пределах площадки), а воспитатель говорит: «Полетели, полетели, полетели!...»

## «Зайка»

(игра средней подвижности)

Цели: развивать умение согласовывать движения со словами; упражнение в беге, подпрыгивании на двух ногах, в нахождении своего места.

### Описание игры:

На одной стороне площадки отмечаются места зайцев. Каждый из детей становится на своё место. По сигналу воспитателя «Бегите в круг» - все дети собираются в круг, а один из зайцев, которого назначает воспитатель, становится в середину.

Дети вместе с воспитателем произносят стихи и делают движения:

1. *Зайка беленький сидит, он ушами шевелит,  
Вот так, вот так – он ушами шевелит.  
(шевелить кистями рук, подняв их к голове)*
2. *Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть.  
Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп, надо лапочки погреть.  
(хлопать в ладоши)*
3. *Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать,  
Скок, скок, скок, скок, надо зайке поскакать.  
(прыгать на месте на двух ногах)*
4. *Кто-то зайку испугал – зайка прыг... и убежал  
(воспитатель хлопает в ладоши и дети разбегаются по домам)*

### Указания к проведению игры:

- 1) Движения нужно делать только тогда, когда произносятся две последние строчки каждого куплета;
- 2) В середину круга можно поставить несколько зайцев.

## «Через ручеёк»

(игра средней подвижности)

Цели: развивать у детей ловкость; упражнение в прыжках на обеих ногах, в равновесии.

### Описание игры:

Все играющие сидят на стульях или на траве. В 5-6 шагах от играющих кладутся два шнура, расстояние между которыми 1,5-2 м – это ручеёк. Дети должны перебраться по камешкам (дощечкам) на другой берег, «не замочив ног». Дощечки положены с таким расчётом, чтобы дети могли прыгнуть обеими ногами с одного камешка на другой.

По слову воспитателя «идите» 4-5 детей перебираются через ручеёк, остальные наблюдают за ними.

Тот, кто оступился, отходит в сторону «сушить обувь».

После того как все дети перейдут через ручей, игра возобновляется.

Можно повторить игру 2-3 раза.

### Правила игры:

- 6) Проигравшим считается тот, кто ступил ногой в ручеёк;
- 7) Перебираться через ручей можно только по слову воспитателя «идите».

### Указания к проведению игры:

- 4) Вместо дощечек на площадке можно начертить кружочки;
- 5) Следует положить дощечки через ручеёк так, чтобы одновременно могли переходить ручеёк 4-5 детей.

## «Кто скорее добежит до флажка»

(игра средней подвижности)

Цели: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, выдержку; упражнение в быстром беге, в подлезании.

### Описание игры:

Все играющие сидят на стульях. На расстоянии 5-6 шагов от края площадки проводится черта, за которую становятся 4-5 детей.

На противоположной стороне площадки на расстоянии 18-20 шагов (10-12 м) от черты против каждого ставят стул, на который кладут флажок. Стулья стоят на одной линии. По сигналу воспитателя (удар в бубен или хлопок) – дети бегут к флажкам, берут их, поднимают вверх, потом кладут обратно. Воспитатель отмечает того, кто первый поднял флажок. Затем все бежавшие садятся на стулья, а на их место становятся за черту следующие 4-5 человек, которые сидели на стульях.

Игра заканчивается, когда все дети пробегут по одному разу за флажками.

### Правило игры:

Бежать за флажком можно только по сигналу воспитателя «Беги».

### Указания к проведению игры:

- 5) Можно разделить играющих на 4-6 колонн, таким образом, чтобы силы играющих были распределены приблизительно равномерно;
- 6) В игру можно включить преодоление препятствий – подлезть под верёвку, под стул.

