

## Картотека игр на прогулках для средней группы

### ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

#### ЛИСА В КУРЯТНИКЕ (средняя группа)

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

Описание: На одной стороне площадки отчерчивается курятник. В курятнике на насесте (на скамейках) располагаются куры, дети стоят на скамейках. На другой стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место – двор. Один из играющих назначается лисой, остальные куры – они ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу «Лиса» куры убегают в курятник, взбираются на насест, а лиса старается утащить курицу, не успевшую взобраться на насест. Отводит ее в свою нору. Куры спрыгивают с насеста и игра возобновляется.

Правила:

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

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

#### ЗАЙЦЫ И ВОЛК (средняя группа)

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле.

Описание: Одного из играющих назначают волком, остальные изображают зайцев. На одной стороне площадки зайцы отмечают себе места шишками, камушками, из которых выкладывают кружочки или квадраты. Вначале игры зайцы стоят на своих местах. Волк находится на противоположном конце площадки – в овраге. Воспитатель говорит: «Зайки скачут, скок – скок – скок, на зеленый на лужок. Травку щиплют, слушают, не идет ли волк». Зайцы выпрыгивают из кружков и разбегаются по площадке. Прыгают на 2 ногах, присаживаются, щиплют траву и оглядываются в поисках волка. Воспитатель произносит слово «Волк», волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться. Зайцы убегают каждый на свое место, где волк их уже не может настичь. Пойманных зайцев волк отводит себе в овраг. После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирается другой волк.

Правила:

Зайцы выбегают при словах – зайцы скачут.

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

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

## У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ (средняя группа)

Задачи: Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу, навык коллективного движения. Упражнять в беге по определенному направлению, с увертыванием, развивать речь.

Описание: На одной стороне площадки проводится черта – это опушка леса. За чертой, на расстоянии 2-3 шагов очерчивается место для медведя. На противоположной стороне дом детей. Воспитатель назначает медведя, остальные дети – у себя дома. Воспитатель говорит: «Идите гулять! ». Дети направляются к опушке леса, собирая ягоды, грибы, имитируя движения и хором говорят:

«У медведя во бору,

грибы ягоды беру.

А медведь сидит

и на нас рычит».

Медведь в это время сидит на своем месте. Когда играющие произносят «Рычит! » медведь встает, дети бегут домой. Медведь старается их поймать – коснуться. Пойманного медведь отводит к себе. После 2-3 пойманных выбирается новый медведь.

Правила:

Медведь имеет право вставать и ловить, а играющие – убегать домой только после слова «рычит! ».

Медведь не может ловить детей за линией дома.

Варианты: Ввести 2 медведей. Поставить на пути преграды.

## ПТИЧКИ И КОШКА (средняя группа)

Задачи: Развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием.

Описание: На земле чертится круг или кладется шнур со связанными концами. Воспитатель выбирает ловишку который становится в центре круга. Это кошка. Остальные – птички, находятся за кругом. Кошка спит, птички влетают за зернышками в круг. Кошка просыпается, видит птичек и ловит их. Все птички вылетают из круга. Тот, кого коснулась кошка, считается пойманным и идет на середину круга. Когда поймают 2-3 птичек – выбирается новая кошка.

Правила:

Кошка ловит птичек только в кругу.

Кошка может касаться птичек, но не хватать их.

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

### «ЧЕРЕЗ РУЧЕЕК» (средняя группа)

Задачи: Развивать у детей ловкость, упражнять в прыжках на обеих ногах, в равновесии.

Описание: Все играющее сидят на стульях, в 6 шагах от них кладутся 2 шнура, расстояние между ними 2 метра – это ручеек. Дети должны по камушкам – дощечкам перебраться на другой берег не замочив ног. Дощечки положены с таким расчетом, чтобы дети могли прыгнуть обеими ногами с одного камушка на другой. По слову «Пошли!» 5 детей перебирается через ручеек. Тот, кто оступился, отходит в сторону – «сушить обувь». Все дети должны перейти через ручей.

Правила:

Проигравшим считается тот, кто вступил ногой в ручеек.

Перебираться можно только по сигналу.

Варианты: Увеличить расстояние между шнурами, обходить предметы, перебираясь на другой берег. Прыгать на одной ноге.

### КОШКА И МЫШКА (средняя группа)

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

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

«Ходит Васька серенький,

Хвост пушистый – беленький.

Ходит Васька – кот.

Сядет, умывается,

Лапкой вытирается, песенки поет.

Дом неслышно обойдет,

Притаится Васька – кот.

Серых мышек ждет».

После слов кошка начинает ловить мышку.

Правила:

Стоящие в кругу не должны пропускать кошку под сцепленные руки.

Кошка может ловить мышку за кругом и в кругу.

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

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

#### ЛОШАДКИ (средняя группа)

Задачи: Развивать у детей умение действовать по сигналу, согласовывать движения друг с другом, упражнять в беге, ходьбе.

Описание: Дети делятся на 2 равные группы. Одна группа изображает конюхов, другая – лошадей. На одной стороне отчерчивается конюшня. На другой – помещение для конюхов, между ними луг. Воспитатель говорит: «Конюхи, вставайте скорей, запрягайте лошадей! ». Конюхи с вожжами в руках, бегут к конюшне и запрягают лошадей. Когда все лошади запряжены, они выстраиваются друг за другом и по указанию воспитателя идут шагом или бегут. По слову воспитателя «Приехали! » конюхи останавливают лошадей. Воспитатель говорит «Идите отдыхать! ». Конюхи распрягают лошадей и отпускают их пастись на луг. Сами возвращаются на свои места отдохнуть. Лошади спокойно ходят по площадке, пасутся, щиплют траву. По сигналу воспитателя «Конюхи, запрягайте лошадей! » конюх ловит свою лошадь, которая убегает от него. Когда все лошади пойманы и запряжены, все выстраиваются друг за другом. После 2-3 повторений воспитатель говорит: «Отведите лошадей в конюшню! ». Конюхи отводят лошадей в конюшню, распрягают их и отдают вожжи воспитателю.

Правила:

Играющие меняют движения по сигналу воспитателя. По сигналу «Идите отдыхать» - конюхи возвращаются на места.

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

#### КРОЛИКИ (средняя группа)

Задачи: Развивать у детей умение двигаться в коллективе, находить свое место на площадке. Упражнять в подлезании, в беге, в прыжках на 2 ногах.

Описание: На одной стороне площадки отчерчиваются круги – клетки кроликов. Перед ними ставятся стульчики, к ним вертикально привязываются обручи или протягивается шнур. На противоположной стороне ставится стул – дом сторожа. Между домом и клетками кроликов – луг. Воспитатель делит детей на маленькие группы по 3-4 человека. Каждая группа становится в очерченный круг. «Кролики сидят в клетках! » - говорит воспитатель. Дети присаживаются на корточки – это кролики в клетках. Воспитатель поочередно подходит к клеткам и выпускает кроликов на травку. Кролики пролезают в обруч и начинают бегать и прыгать. Воспитатель говорит «Бегите в клетки! ». Кролики бегут домой и возвращаются в свою клетку, пролезая снова в обруч. Затем сторож снова их выпускает.

Правила:

Кролики не выбегают, пока сторож не откроет клеток.

Кролики возвращаются после сигнала воспитателя «Скорей в клетки! ».

Варианты: В каждую клетку поставить скамеечку или стульчик по числу кроликов.

ГДЕ ПОЗВОНИЛИ (средняя группа)

Задачи: Развивать у детей слух, внимание и выдержку.

Описание: Дети сидят по кругу или вдоль стены. Один из играющих по назначению воспитателя становится в центре круга или перед сидящими. По сигналу воспитателя он закрывает глаза. Воспитатель дает кому-нибудь из детей звончек и предлагает позвонить. Ребенок, находящийся в центре круга, должен не открывая глаз, указать рукой направление, откуда доносится звук. Если он укажет правильно, воспитатель говорит «Пора! », играющий открывает глаза. А тот, кто позвонил – поднимает и показывает звонок. Если водящий ошибся, он снова закрывает глаза и отгадывает еще раз. Затем воспитатель назначает другого водящего.

Правила:

Водящий открывает глаза только после слова воспитателя «Пора! »

Варианты: Раскрутить водящего; вместо звончка ввести дудочку или другой музыкальный инструмент.

ПОПАДИ МЕШОЧКОМ В КРУГ (средняя группа)

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

Описание: Дети стоят по кругу. В центре круга выложен из веревки кружок, концы веревки связаны, круг можно начертить. Диаметр круга – 2 метра. Дети находятся на расстоянии 1-2 шагов от круга. В руках мешочки с песком. По слову воспитателя «Бросай! », все бросают свои мешочки в круг. «Поднимите мешочки! » - говорит воспитатель. Дети поднимают мешочки, становятся на место. Воспитатель отмечает, чей мешочек не попал в круг, игра продолжается. Дети бросают другой рукой.

Правила:

Бросать мешочек нужно по слову воспитателя «Бросай! »

Поднимать по сигналу «Поднимите! ».

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

КТО БРОСИТ ДАЛЬШЕ МЕШОЧЕК (средняя группа)

Задачи: Развивать у детей умение действовать по сигналу. Упражнять в метании в даль правой и левой рукой, в беге, в распознавании цвета.

Описание: Дети стоят вдоль стены. Несколько детей, названных воспитателем, становятся на одной линии перед положенной на пол веревкой. Дети получают мешочки 3 разных цветов. По слову воспитателя «Бросай!» дети бросают мешочек вдаль. Воспитатель обращает внимание детей на то, чей мешочек упал дальше и говорит: «Поднимите мешочки!». Дети бегут за своими мешочками, поднимают их и садятся на места. Воспитатель называет других детей, которые занимают места бросавших мешочки. Игра заканчивается, когда все дети бросят мешочки.

Правила:

Бросать и поднимать мешочки можно только по слову воспитателя.

Варианты: Поставить ориентиры – кто дальше. Бросать шишки, мячики, копыя.

### САМОЛЕТЫ (средняя группа)

Задачи: Развивать у детей ориентировку в пространстве, закрепить навык построения в колонну. Упражнять в беге, не наталкиваясь друг на друга, выполнять движения по сигналу.

Описание: Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками. Играющие изображают летчиков на самолетах. Они готовятся к полету. По сигналу воспитателя «К полету готовься!» дети кружат согнутыми в локтях руками – заводят мотор. «Летите!» - говорит воспитатель. Дети поднимают руки в стороны и летят врассыпную, в разных направлениях. По сигналу воспитателя «На посадку!» - самолеты находят свои места и приземляются, строятся в колонны и опускаются на одно колено. Воспитатель отмечает, какая колонна построилась первой.

Правила:

1. Играющие должны вылетать после сигнала воспитателя «Летите!».

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

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

### НАЙДИ СЕБЕ ПАРУ (средняя группа)

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

Описание: Играющие стоят вдоль стены. Воспитатель дает каждому по одному флажку. По сигналу воспитателя – дети разбегаются по площадке. По другому сигналу, или по слову «Найди себе пару!», дети, имеющие флажки одинакового цвета, находят себе пару, каждая пара, используя флажки, делает ту или иную фигуру. В игре участвуют нечетное число детей, 1 должен остаться без пары. Играющие говорят: «Ваня, Ваня – не зевай, быстро пару выбирай!».

Правила:

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

Каждый раз играющие должны иметь пару.

Варианты: Вместо флажков использовать платочки. Чтобы дети не бегали парами, ввести ограничитель – узкую дорожку, перепрыгнуть через ручеек.

#### ЦВЕТНЫЕ АВТОМОБИЛИ (средняя группа)

Задачи: Развивать у детей ВНИМАНИЕ, УМЕНИЕ РАЗЛИЧАТЬ ЦВЕТА И ДЕЙСТВОВАТЬ ПО ЗРИТЕЛЬНОМУ СИГНАЛУ. Упражнять детей в беге, ходьбе.

Описание: Дети сидят вдоль стены, они автомобили. Каждому дается флажок какого – либо цвета. Воспитатель стоит лицом к играющим, в центре. В руке – 3 цветных флажка, по цветам светофора. Поднимает флажок, дети, имеющие флажок этого цвета бегут по площадке в любом направлении, на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда воспитатель опустит флажок, дети останавливаются, и по сигналу «Автомобили возвращаются!» - направляются шагом в свой гараж. Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, но может поднять и 2, и все 3 флажка вместе, тогда все машины выезжают из гаража.

Правила:

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

Если флажок опущен, автомобили не двигаются.

Варианты: Разложить по углам ориентиры разного цвета. На сигнал «Автомобили выезжают», в это время поменять местами ориентиры. Предложить детям вспомнить разные марки автомобилей.

#### ЛОХМАТЫЙ ПЕС (средняя группа)

Задачи: Приучать детей слушать текст и быстро реагировать на сигнал.

Описание: Ребенок изображает собаку, он сидит на стуле в одном конце площадки, и делает вид что спит. Остальные дети находятся в другом конце помещения за чертой – это дом. Они тихо подходят к собаке, воспитатель говорит:

Текст Движения

Вот лежит лохматый пес,

В лапы свой уткнувши нос

Тихо, смирно он лежит – Водящий сидит на корточках и изображает, что спит.

Не то дремлет, не то спит.

Подойдем к нему, разбудим,

И посмотрим – что же будет? ». Дети подкрадываются к нему на цыпочках и прикасаются к водящему.

Собака просыпается, встает и начинает лаять. Дети убегают в дом (встают за черту). Роль передается другому ребенку. Игра повторяется.

Варианты: Поставить преграду – скамеечки на пути детей; на пути собаки.

«ГОРЕЛКИ».

Задача: научить соблюдать правила игры, развивать ловкость, быстроту, соблюдать правила игры.

Ход игры. Дети стоят в колонне парами. Перед ними – линия, на ней – водящий.

Говорят хором:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло,

Глянь на небо –

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Раз, два, три, беги.

После слова "беги" дети, стоящие в колонне в последней паре, отпускают руки и бегут вперед вдоль колонны: один слева, а другой справа от нее. Они выбегают вперед и стараются снова взяться за руки и стать впереди водящего. Водящий старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и взяться за руки. Если водящему удастся это сделать, он с пойманным образует новую пару, которая становится впереди колонны. Оставшийся без пары будет водящим. Если водящему не удалось поймать никого из пары, он продолжает выполнять свою роль. Игра заканчивается, когда все пары пробегут по одному разу. После этого выбирается новый водящий. Игра возобновляется.

Примечание. Воспитатель следит, чтобы дети не выбегали из колонны раньше времени.

«МЫ ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА»

ЗАДАЧА: научить ходить и бегать в рассыпную на ограниченной площади. Развивать быстроту, ловкость.

Ход игры. Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На другой стороне площадки также проводится черта. В центре площадки находится водящий. Играющие хором произносят:

Мы весёлые ребята,

Любим бегать и играть.



Ну, попробуй нас догнать!

Раз, два, три – лови!

Ловишка ловит детей.

После слов «Лови! » дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка их ловит. Тот, кого ловишка успел задеть, прежде чем тот пересечёт черту, считается пойманным, отходит в сторону и пропускает одну перебежку. После двух перебежек выбирается другой водящий. Игра повторяется 3-4 раза.

«МЫШИ ВОДЯТ ХОРОВОД»

ЗАДАЧА: научить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения, ориентироваться в пространстве, бегать легко, на носках, стараясь не попадаться ловящему.

Ход игры.

Выбирается водящий «кот Васька», остальные — «мыши». Воспитатель говорит:

Текст Движения

«ЛЯ –ЛЯ - ЛЯ»

На печурке дремлет кот.

Ля-ля-ля!

Тише, мыши, не шумите,

Кота Ваську не будите!

Вот проснется Васька-кот —

Разобьет ваш хоровод!

«Мыши» не слушаются, бегают, пищат.

Вот проснулся

Васька-кот,

Разбежался хоровод! »

«Кот» бегают за «мышами».

Игра повторяется 2—3 раза.

ПТИЧКА, РАЗ! ПТИЧКА, РАЗ! (средняя группа)

Задачи: – научить детей выполнять движения, счета.

Описание: Сколько у птиц лапок, глаз, крыльев?

Текст движения

Птички, раз! Выставляют вперед одну ногу

Птички, два! Выдвигают другую ногу.

Скок, скок, скок! Скачут на обеих ногах.

Птичка, раз! Поднимают одну руку.

Птичка, два! Поднимают другую руку.

Хлоп! Хлоп! Хлоп! Поднимают другую руку.

Птичка, раз! Закрывают рукой один глаз.

Птичка, два! Закрывают другой глаз. Открывают глаза, бегают, машут крылышками, чирикают пищат.

Игра проводится 2 -3 раза.

СТАДО (средняя группа)

Задачи: – научить быстро реагировать на сигнал.

Описание: Выбирают «пастуха» и «волка» («волк» в середине площадки) .

«Овцы» зовут пастуха:

«Пастушок, пастушок,

Заиграй в рожок!

Трава мягкая,

Роса сладкая.

Гони стадо в поле,

Погулять на воле! »

По сигналу «пастуха» «Волк! » «овцы» бегут в «дом» на противоположную сторону площадки.

БУСИНКИ (средняя группа)

Задачи: – научить медленно передвигаться, повторять движения взрослого, не разрывая цепь.

Описание: Взрослый начинает игру, идет и повторяет: «Я на ниточку насаживаю бусинку», беря желающих детей за руку, остальные подходят, берут за руку последнего ребенка, образуя длинную цепь — бусы. Поет медленно:

Текст Движения

Как мы бусинки лепили,

Как мы бусинки лепили,

Бусинки, бусинки,

Красивые бусинки.

Как мы с бусами играли,

Ведет цепь по прямой.

ЛЯГУШКИ (средняя группа)

Задачи: – научить выполнять движения, не мешая друг другу.

Описание: На земле параллельно раскладывают два шнура — это «речка». Здесь лягушата будут «плавать».

Текст движения

Ква! Ква! Ква!

В речку прыгать нам пора.

Дети прыгают и говорят: «Ква! Ква! »

Ква! Ква! Ква!

Плавать можно до утра!

Дети «плавают» и повторяют: «Ква! Ква! »

Раз, два, три!

Лапками греб!

Дети «гребут» и повторяют: «Ква! Ква! »

Ква! Ква!

На берег пора!

Выпрыгивают из «речки».

Ква! Ква! «Ловят» комаров.

Поймайте комара!

«Ловят» комаров

### ПОДАРКИ (средняя группа)

Описание: Взявшись за руки, дети образуют хоровод. Выбирается водящий, он становится в середину хоровода, а остальные идут по кругу в правую сторону и говорят:

Принесли мы всем подарки,

Кто захочет, тот возьмет.

Вот вам кукла с лентой яркой,

Конь, волчок и самолёт.

С окончанием слов дети останавливаются, а стоящий в кругу называет, какой из перечисленных подарков он желает получить. Если он назовет коня, дети изображают, как скачет конь: бегут по кругу друг за другом, высоко поднимая ноги, руки протянуты вперед, корпус слегка отклоняется назад; если кукла – они пляшут на месте лицом к центру круга на любую плясовую мелодию; если волчок – кружатся на месте, потом присаживаются, слегка склонившись набок, как волчок; если самолет – подражают полёту и приземлению самолёта: раздвинув руки в стороны, бегут плавно друг за другом по кругу. Когда стоящий в кругу скажет «Стоп», замедляют ход и плавным движением опускаются на корточки.

Изображая ту или иную игрушку, дети говорят и соответствующие слова:

Скачет конь наш, чок, чок, чок,

Слышен топот быстрых ног.

Кукла, кукла попляши,

Красной лентой помаши

Вот как кружится волчок,

Прожужжал и на бок лег.

Самолет летит, летит,

Летчик смелый в нем сидит.

Стоящий в кругу ребенок выбирает какую – нибуть «игрушку» - одного из участников игры. Тот, кого выбрали, идет на середину круга, и игра начинается снова.

### ПРОБЕГИ ТИХО (средняя группа)

Описание: Дети распределяются на три подгруппы и выстраиваются за чертой. Выбирают водящего, он садится посередине площадки (зала) и закрывает глаза. По сигналу воспитателя одна подгруппа бесшумно бежит мимо водящего на противоположный конец зала до условленного места (черты). Если водящий услышит, он говорит «Стой!» и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, ведущий показывает, какая подгруппа бежала. Если он указал правильно, дети отходят в сторону, если ошибся, они возвращаются на свои места. Так

поочередно пробегают все три подгруппы. Выигрывает та подгруппа, которая пробежала тихо и которую водящий не смог обнаружить. При повторении игры выбирают нового водящего.

#### КРОЛИКИ В ОГОРОДЕ (средняя группа)

Описание: Дети - кролики. Они встают в обруч по 3-4 человека - это клетка. Перед каждой клеткой дуга или обруч на подставке. Воспитатель поочередно подходит к клеткам и выпускает кроликов - они пролезают под дугой (тумбой, бегают и прыгают, на сигнал «Кролики, в клетку!» возвращаются, пролезая в обруч (под дугу). Правила: кролики вылезают только тогда, когда к ним подойдет воспитатель; пролезая в обруч, должны уступать друг другу, не толкаться.

#### ПЛАТОЧЕК (средняя группа)

Описание: Дети образуют круг, становясь лицом к его центру. Выбирается водящий, который берёт "платочек" и начинает бегать по кругу. Задача водящего, назовем его - инструктор по вождению, - незаметно подбросить платочек под ноги кому-нибудь из стоящих в кругу, оббежать полный круг и коснуться игрока с "платочком". Если ему это удастся, то игрок садится в центр круга, а водящий продолжает игру. Если игрок замечает подброшенный платочек, он бросается за водящим, стараясь его догнать (но не бежит навстречу с другой стороны). Игрок должен догнать водящего до того, как тот станет на его освободившееся место. Если водящему удастся стать на место игрока до того, как тот его догонит, он становится игроком, а игрок становится водящим. Если игрок догоняет водящего, водящий садится в круг, все сидящие в кругу игроки возвращаются в круг, а догнавший игрок становится водящим.

#### ГОРШКИ (средняя группа)

Описание: Играющие делятся на две равные команды. Одна команда становится «горшками» и садится на землю в кружок. Другая команда – «хозяева». Они становятся за горшками. Один из играющих – водящий – изображает покупателя. Он подходит к одному из «хозяев» и спрашивает:

- Почём горшок? Хозяин отвечает:

- По денежке.

А он не с трещиной? - Попробуй.

Покупатель легко ударяет по «горшку» пальцем и говорит:

- Крепкий, давай сговор! «Хозяин» и «покупатель» протягивают друг другу руки, напевая:

Чичары, чичары,

собирайтесь гончары

По кусту, по насту,

по лебедю горазду! Вон!

Со словом «вон» и «хозяин» и «покупатель» бегут в разные стороны вокруг горшков. Кто первым прибежит к купленному «горшку», тот «хозяин», а опоздавший – водящий.

# Картотека подвижных игр для детей подготовительной группы

Автор

В закладки

<p><b>«ТУННЕЛЬ»</b> <b>(игра высокой подвижности)</b> <u>Цель: обучать детей в умении ползать.</u></p> <p>Участники стоят в двух колоннах. Первый делает шаг вперед и принимает упор лежа согнувшись. Второй участник проползает под первым заданным способом (по-пластунски, на низких четвереньках с опорой на предплечья) и принимает это же положение рядом с первым. Движение начинает третий участник и т.д.</p> <p>Задание выполняется 2-3 раза подряд. Выигрывает та команда, которая быстрее переползет за ориентир.</p> <p><u>Вариант 1</u></p> <p>Построившись в шеренги, команды принимают исходное положение – упор лежа на согнутых руках. Направляющие и замыкающие стоят лицом друг к другу. В руках у направляющих мячи. По сигналу игроки отжимаются в упор лежа и, поднимая таз, принимают положение упора согнувшись. Направляющий толчком двух рук перекатывает мяч по туннелю и ложится на пол. Замыкающий, поймав мяч, перебегает на место направляющего. В это время все остальные игроки сгибают руки, ложатся в и.п. Эстафета заканчивается, когда направляющий вернется на свое место.</p> <p><u>Вариант 2</u></p> <p>Те же условия, но и.п. – упор сидя сзади, а в момент проката мяча – упор лежа сзади.</p>	<p><b>«СБЕЙ ГРУШУ»</b> <b>(игра средней подвижности)</b> <u>Цель: равновесие, броски мяча, метание.</u></p> <p>Участники игры делятся на 2 команды. Первая – «груши», дети встают на скамейку, поставленную поперек зала. Игроки второй команды, «метатели», берут по одному мячу (d=15,25 см) и выстраиваются в шеренгу на расстоянии 5-6 м от скамейки. По сигналу «метатели» по очереди бросают мяч, стараясь сбить «грушу». Игра проводится 5-6 раз, подсчитывается общее количество сбитых груш. Выигрывает команда, которая сбила большее количество груш. Сбитым считается тот игрок («груша»), в которого попал мяч или он сам спрыгнул на пол.</p> <p><u>Усложнение</u></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Обе команды стоят на параллельных скамейках.</li><li>2. Скамейка «метателей» стоят перпендикулярно скамейке с «грушами» на расстоянии 5-6 м, перед броском игрок – «метатель» пробегает по скамейке.</li></ol>
<p><b>«ЛОВКИЕ ПАЛЬЦЫ»</b> <b>(игра малой подвижности)</b> <u>Цель: развивать способность к двигательной импровизации, двигательной</u></p>	<p><b>«УДОЧКА»</b> <b>(игра высокой подвижности)</b> <u>Цель: прыжки</u></p>

<p><u>находчивости, способность координировать действия при совместном решении двигательных задач.</u></p> <p>По залу рассыпаются мелкие предметы: кусочки от резиновых ковриков, фломастеры, шарики, пластмассовые пробки и т.п. Играющие собирают их, захватывая пальцами ног (один предмет – правой ногой, другой – левой ногой), и берут в руки.</p> <p>Когда все предметы собраны, играющие садятся на пол, и каждый раскладывает из того, что он собрал, какую-нибудь композицию (дома, цветы, корабли, лес и т.д.).</p> <p>Не разрешается брать предметы с пола руками.</p> <p><i>Усложнение</i></p> <p>Правой ногой собирать предметы в левую руку, левой ногой – в правую руку.</p>	<p>Играющие стоят по кругу. Водящий, находясь в середине, крутит веревку с мешочком на конце так, чтобы мешочек летел на высоте 5-10 см от пола. Все прыгают через веревочку, а задевший ее получает одно штрафное очко, после чего игра продолжается. Выигрывают прыгуны, получившие меньшее число штрафных очков после 8-12 кругов веревочки под ногами.</p>
--	--

<p><b>«ПЕРЕПРАВА НА ПЛОТАХ»</b> (игра средней подвижности)</p> <p><u>Цель: равновесие</u></p> <p>Команды построены в колонны по одному перед стартовой чертой («на берегу»), в руках у направляющего по два резиновых коврика (плоты). По сигналу он кладет один коврик перед собой на пол и на</p>	<p><b>«ЭХО»</b> (игра малой подвижности)</p> <p><u>Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.</u></p>
---	--



<p>него быстро становятся два, три или четыре человека (в зависимости от длины и ширины коврика). Затем направляющий кладет на пол второй коврик, и вся группа перебирается на него, передавая первый коврик дальше. И так, поочередно, перескакивая с коврика на коврик, группа переправляется через «реку» на противоположный «берег», где участники остаются за финишной чертой, а один из игроков тем же способом возвращается назад за следующей группой. Игрокам не разрешается становиться ногами на пол. Участники, нарушившие это условие, выбывают из игры (считаются «утонувшими»). Выигрывает команда первой и без потерь закончившая «переправу».</p>	<p>Играющие встают в круг. Первый игрок называет свое имя и показывает любое движение (поворот, хлопок в ладоши, прыжок и т.п.). Все дети хором три раза повторяют имя и движение, стараясь произносить с той же интонацией, что и первый игрок. Затем следующий ребенок называет свое имя и показывает движение, все повторяют, и т.д., пока все дети не назовут свои имена.</p>
<p><b>«ГОРЯЧАЯ КАРТОШКА»</b> (игра средней подвижности)</p> <p><u>Цель: передача мяча</u></p> <p>Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. У двух игроков, стоящих на противоположных сторонах круга, - по мячу. По сигналу оба игрока начинают передавать мячи по кругу в одном направлении как можно быстрее, чтобы один мяч догнал другой. Когда у одного из игроков оказывается два мяча, игра начинается заново. Играют 4-5 минут, затем отмечают игроков, которые хорошо передавали мяч.</p> <p><i>Указание</i></p> <p>Мяч надо передавать каждому рядом стоящему, никого не пропуская. Игрок,</p>	<p><b>«ПОМЕНИЙСЯ МЕСТАМИ»</b> (игра малой подвижности)</p> <p><u>Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.</u></p> <p>Дети становятся в круг. Инструктор предлагает поменяться местами тем детям, у кого есть что-нибудь одинаковое: светлые волосы, белые футболки, домашние животные и т.п. Например, инструктор говорит: «Пусть поменяются местами те, у кого есть велосипед». Дети меняются местами и т.д. Игра проводится 3-4 минуты.</p>

уронивший мяч, должен поднять его и, вернувшись на свое место, передать соседу.

*Усложнение*

1. Мячи разной массы.
2. Мячи разного размера.
3. Количество мячей более двух.

### **«ЗАМРИ»**

**(игра высокой подвижности)**

Цель: обучать детей в умении ползать и бегать.

Одного ребенка выбирают «льдинкой», а остальные разбегаются в разных направлениях. «Льдинка» считает до 5, а затем догоняет убегающих. Когда до тех дотрагивается «льдинка», они замирают на месте в широкой стойке. Чтобы разморозить их, другие дети должны проползти между ногами замороженных. Игра проводится 2-3 раза по 2-3 минуты. Каждый раз выбирается новая «льдинка».

### **«БУДЬ ВНИМАТЕЛЕН»**

**(игра малой подвижности)**

Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Преподаватель предлагает детям выполнить все движения, которые он называет, но сам при этом может показывать совершенно другие движения. Например, преподаватель говорит: «Руки в стороны!», а сам поднимает руки вверх и т.д. Игра проводится 2-3 минуты. Ее можно проводить как в кругу, так и в любом другом построении.

*Вариант*

Дети выполняют то, что показывает преподаватель, а не то, что он говорит.

<p><b>«ЛЕТАЕТ – НЕ ЛЕТАЕТ»</b> <b>(игра малой подвижности)</b></p> <p><u>Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.</u></p> <p>Дети стоят в кругу, в центре – инструктор. Он называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают или не летают.</p> <p>Называя предмет, инструктор поднимает руки в стороны – вверх. Например, говорит: «Птица летает, стул летает, самолет летает» - и т.д.</p> <p>Дети должны поднять руки в стороны – вверх, если назван летающий предмет.</p> <p><i>Вариант</i></p> <p>Игру можно проводить во время медленной ходьбы.</p>	<p><b>«У КОГО МЯЧ?»</b> <b>(игра малой подвижности)</b></p> <p><u>Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.</u></p> <p>Дети встают в круг лицом к центру, руки за спиной. В центре круга водящий с закрытыми глазами. Водящий дает маленький мяч любому из играющих. Дети начинают незаметно передавать мяч по кругу за спинами. Водящий, открыв глаза, пытается определить, у кого мяч, обращаясь к игроку: «Оля, покажи руки!». Ребенок, к которому обратился водящий, показывает руки и опять прячет их за спину. Мяч нельзя долго держать в руках. Нельзя водящему обращаться к детям по порядку.</p> <p>Если водящий определил, у кого мяч, тот игрок становится водящим.</p>

**«ДЕНЬ И НОЧЬ»**

**(игра средней подвижности)**

Цель: обучать детей в умении бросать и ловить мяч

У каждого из детей в руках по мячу. По команде «День!» дети выполняют знакомые движения с мячом (броски вверх, вниз, в стену, в кольцо, набивание мяча на месте, в движении и др.). По команде «Ночь!» - замереть в той позе, в которой застала ночь.

Игра проводится 3-4 минуты

**«РУЧЕЙКИ И ОЗЕРА»**

**(игра средней подвижности)**

Цель: учить детей бегать и выполнять перестроения

Дети стоят в двух-трех колоннах с одинаковым количеством играющих в разных частях зала – это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне).

На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги озера. Выигрывают те дети, которые построят круг.

## Картотека подвижных игр в подготовительной группе

**Цель:** обучать детей в умении ползать.

Участники стоят в двух колоннах. Первый делает шаг вперед, и принимает упор, лежа согнувшись. Второй участник проползает под первым заданным способом (по-пластунски, на низких четвереньках с опорой на предплечья) и принимает это же положение рядом с первым. Движение начинает третий участник и т.д.

Задание выполняется 2-3 раза подряд. Выигрывает та команда, которая быстрее переползет за ориентир.

### Вариант 1

Построившись в шеренги, команды принимают исходное положение – упор лежа на согнутых руках. Направляющие и замыкающие стоят лицом друг к другу. В руках у направляющих мячи. По сигналу игроки отжимаются в упор лежа и, поднимая таз, принимают положение упора согнувшись. Направляющий толчком двух рук перекатывает мяч по туннелю и ложится на пол. Замыкающий, поймав мяч, перебегает на место направляющего. В это время все остальные игроки сгибают руки, ложатся в и.п. Эстафета заканчивается, когда направляющий вернется на свое место.

### Вариант 2

Те же условия, но и.п. – упор сидя сзади, а в момент проката мяча – упор лежа сзади.

## «СБЕЙ ГРУШУ»

*(игра средней подвижности)*

**Цель:** равновесие, броски мяча, метание.

Участники игры делятся на 2 команды. Первая – «груши», дети встают на скамейку, поставленную поперек зала. Игроки второй команды, «метатели», берут по одному мячу ( $d=15,25$  см) и выстраиваются в шеренгу на расстоянии 5-6 м от скамейки. По сигналу «метатели» по очереди бросают мяч, стараясь сбить «грушу». Игра проводится 5-6 раз, подсчитывается общее количество сбитых груш. Выигрывает команда, которая сбила большее количество груш. Сбитым считается тот игрок («груша»), в которого попал мяч или он сам спрыгнул на пол.

*Усложнение*

Обе команды стоят на параллельных скамейках.

Скамейка «метателей» стоят перпендикулярно скамейке с «грушами» на расстоянии 5-6 м, перед броском игрок – «метатель» пробегает по скамейке.

## «ЛОВКИЕ ПАЛЬЦЫ»

*(игра малой подвижности)*

**Цель:** развивать способность к двигательной импровизации, двигательной находчивости, способность координировать действия при совместном решении двигательных задач.

По залу рассыпаются мелкие предметы: кусочки от резиновых ковриков, фломастеры, шарики, пластмассовые пробки и т.п. Играющие собирают их, захватывая пальцами ног (один предмет – правой ногой, другой – левой ногой), и берут в руки.

Когда все предметы собраны, играющие садятся на пол, и каждый раскладывает из того, что он собрал, какую-нибудь композицию (дома, цветы, корабли, лес и т.д.).

Не разрешается брать предметы с пола руками.

*Усложнение*

Правой ногой собирать предметы в левую руку, левой ногой – в правую руку.

-

-

## «УДОЧКА»

*(игра высокой подвижности)*

**Цель:** упражнять в прыжках.

Играющие стоят по кругу. Водящий, находясь в середине, крутит веревку с мешочком на конце так, чтобы мешочек летел на высоте 5-10 см от пола. Все прыгают через веревочку, а задевший ее получает одно штрафное очко, после чего игра продолжается. Выигрывают прыгуны, получившие меньшее число штрафных очков после 8-12 кругов веревочки под ногами.

## «ПЕРЕПРАВА НА ПЛОТАХ»

*(игра средней подвижности)*

**Цель:** способствовать развитию равновесия.

Команды построены в колонны по одному перед стартовой чертой («на берегу»), в руках у направляющего по два резиновых коврика (плоты).

По сигналу он кладет один коврик перед собой на пол и на него быстро становятся два, три или четыре человека (в зависимости от длины и ширины коврика). Затем направляющий кладет на пол второй коврик, и вся группа перебирается на него, передавая первый коврик дальше. И так, поочередно, перескакивая с коврика на коврик, группа переправляется через «реку» на противоположный «берег», где участники остаются за финишной чертой, а один из игроков тем же способом возвращается назад за следующей группой. Игрокам не разрешается становиться ногами на пол. Участники, нарушившие это условие, выбывают из игры (считаются «утонувшими»). Выигрывает команда первой и без потерь закончившая «переправу».

## «ЭХО»

*(игра малой подвижности)*

Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Играющие встают в круг. Первый игрок называет свое имя и показывает любое движение (поворот, хлопок в ладоши, прыжок и т.п.). Все дети хором три раза повторяют имя и движение, стараясь произносить с той же интонацией, что и первый игрок. Затем следующий ребенок называет свое имя и показывает движение, все повторяют, и т.д., пока все дети не назовут свои имена.

-

## «ГОРЯЧАЯ КАРТОШКА»

*(игра средней подвижности)*

Цель: передача мяча.

Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. У двух игроков, стоящих на противоположных сторонах круга, - по мячу. По сигналу оба игрока начинают передавать мячи по кругу в одном направлении как можно быстрее, чтобы один мяч догнал другой. Когда у одного из игроков оказывается два мяча, игра начинается заново. Играют 4-5 минут, затем отмечают игроков, которые хорошо передавали мяч.

#### *Указание*

Мяч надо передавать каждому рядом стоящему, никого не пропуская. Игрок, уронивший мяч, должен поднять его и, вернувшись на свое место, передать соседу.

#### *Усложнение*

Мячи разной массы. Мячи разного размера. Количество мячей более двух.

## **«ПОМЕНИЙСЯ МЕСТАМИ»**

*(игра малой подвижности)*

Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Дети становятся в круг. Инструктор предлагает поменяться местами тем детям, у кого есть что-нибудь одинаковое: светлые волосы, белые футболки, домашние животные и т.п. Например, инструктор говорит: «Пусть поменяются местами те, у кого есть велосипед». Дети меняются местами и т.д. Игра проводится 3-4 минуты.

## **«ЗАМРИ»**

*(игра высокой подвижности)*

Цель: обучать детей в умении ползать и бегать.

Одного ребенка выбирают «льдинкой», а остальные разбегаются в разных направлениях. «Льдинка» считает до 5, а затем догоняет убегающих. Когда до тех дотрагивается «льдинка», они замирают на месте в широкой стойке. Чтобы разморозить их, другие дети должны проползти между ногами замороженных. Игра проводится 2-3 раза по 2-3 минуты. Каждый раз выбирается новая «льдинка».



## **«БУДЬ ВНИМАТЕЛЕН»**

*(игра малой подвижности)*

Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

### Вариант 1

Педагог предлагает детям выполнить все движения, которые он называет, но сам при этом может показывать совершенно другие движения. Например, педагог говорит: «Руки в стороны!», а сам поднимает руки вверх и т.д. Игра проводится 2-3 минуты. Ее можно проводить как в кругу, так и в любом другом построении.

### Вариант 2

Дети выполняют то, что показывает педагог, а не то, что он говорит.

## **«ЛЕТАЕТ – НЕ ЛЕТАЕТ»**

*(игра малой подвижности)*

Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Дети стоят в кругу, в центре – педагог. Он называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают или не летают.

Называя предмет, педагог поднимает руки в стороны – вверх. Например, говорит: «Птица летает, стул летает, самолет летает» - и т.д.

Дети должны поднять руки в стороны – вверх, если назван летающий предмет.

### *Вариант*

Игру можно проводить во время медленной ходьбы.

-

-

-

## **«У КОГО МЯЧ?»**

*(игра малой подвижности)*

Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Дети встают в круг лицом к центру, руки за спиной. В центре круга водящий с закрытыми глазами. Ведущий дает маленький мяч любому из играющих. Дети начинают незаметно передавать мяч по кругу за спинами. Водящий, открыв глаза, пытается определить, у кого мяч, обращаясь к игроку: «Оля, покажи руки!». Ребенок, к которому обратился водящий, показывает руки и опять прячет их за спину. Мяч нельзя долго держать в руках. Нельзя водящему обращаться к детям по порядку.

Если водящий определил, у кого мяч, тот игрок становится водящим.

## **«ДЕНЬ И НОЧЬ»**

*(игра средней подвижности)*

Цель: обучать детей в умении бросать и ловить мяч

У каждого из детей в руках по мячу. По команде «День!» дети выполняют знакомые движения с мячом (броски вверх, вниз, в стену, в кольцо, набивание мяча на месте, в движении и др.). По команде «Ночь!» - замереть в той позе, в которой застала ночь.

Игра проводится 3-4 минуты.

## **«РУЧЕЙКИ И ОЗЕРА»**

*(игра средней подвижности)*

Цель: учить детей бегать и выполнять перестроения

Дети стоят в двух-трех колоннах с одинаковым количеством играющих в разных частях зала – это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне).

На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги озера. Выигрывают те дети, которые построят круг.

## **С ПОМОЩЬЮ ПРИВЕДЕННЫХ НИЖЕ ПРИМЕРОВ ИГР, МОЖНО РЕШАТЬ РЯД РАЗЛИЧНЫХ ЗАДАЧ**

### **«Воевода»**

Играющие по кругу перекатывают мяч от одного к другому, произносят:

- Катится яблоко в круг хоровода,
- Кто его поднял, тот воевода...

Ребёнок, у которого в этот момент окажется мяч, - воевода. Он говорит:

- Я сегодня воевода.
- Я бегу из хоровода.

Бежит за кругом, кладёт мяч на пол между двумя игроками. Дети хором говорят:

Раз, два, не воронь и беги, как конь! Игроки бегут по кругу в противоположные стороны, стараясь раньше напарника схватить мяч. Тот, кто первым добежал и схватил мяч, катит его по кругу. Игра продолжается.

### **«Фигура»**

Водящий, выбранный по считалке, стоит в середине зала. Дети под музыку выполняют различные движения, а по сигналу: «Стоп! Раз, два, три! Стройная фигура, поскорей замри!» - останавливаются.

Во время проговаривания водящим текста играющие принимают одну из заранее оговоренных поз:

1. «Часовой» - ноги вместе, лопатки сблизить.

2. «Самолёт» - ноги врозь, наклон вперёд прогнувшись, руки в стороны.
3. «Звёздочка» - стойка ноги врозь, руки за голову, локти в сторону.
4. «Балерина» - стоя на правой ноге, согнутую левую поставить стопой на колено правой, руки в стороны.
5. «Египетский шаг» - носок левой ноги упирается в пятку правой на одной линии, голова гордо поднята, руки – чуть в стороны.

Водящий идёт между играющими и указывает на детей, неправильно выполняющих свою стойку илидвигающихся. По ходу он старается рассмешить играющих.

## -

## «Почта»

По кругу раскладываются обручи – адреса доставки почты (названия населённых пунктов и близлежащих городов). Каждый игрок получает адрес.

В центре стоит почтальон, в обручах – игроки-адресаты. Воспитатель объявляет: «Почта идёт из Москвы в Петербург» (или какие-нибудь другие города). Игроки, чьи города названы, должны быстро поменяться местами. Почтальон в это время стремится занять одно из свободных мест. Если ему это удаётся, то оставшийся без места игрок становится почтальоном. Если почтальону долго не удаётся занять свободное место, то воспитатель может объявить: «Почта идёт во все города», тогда все дети меняются друг с другом местами.

## «Скачет зайка»

По считалке выбирается зайка. Дети, взявшись за руки, идут по кругу с закрытыми глазами. Зайка внутри круга передвигается прыжками на двух ногах в противоположном направлении под текстовое сопровождение (воспитателя или одного из детей):

Скачет зайка быстроногий,

Скачет зайка по дороге.

Раз, два, три, четыре, пять –

Сможет, кто его поймать?

Дети поднимают руки, делая воротца.

Зайка дотрагивается до одного из играющих и выпрыгивает из круга, продолжая прыжки за кругом под текстовое сопровождение:

Вот свернул в лесочек зайка,

Поднял ушки, догоняй-ка,

Эй, не зевай, зайку догоняй!

Играющие открывают глаза. По окончании чтения текста осаленный ребёнок старается догнать зайку. Если ему это удаётся, то зайка водит снова; если же нет, становится сам зайкой, и игра продолжается.

-

-

## «Космонавты»

По площадке раскладываются обручи-ракеты. Каждая ракета предназначена для двух космонавтов. Играющих на несколько человек больше, чем мест в ракете. Дети, проговаривая текст, идут по площадке и выполняют тренировочные упражнения, готовясь к полёту:

Ждут нас быстрые ракеты

Для полёта на планеты.

На какую захотим,

На такую полетим!

Но в игре один секрет:

Опоздавшим места нет!

Ребята разбегаются и попарно занимают ракеты. Вставшие в обруч дети поднимают его над головой, сдвинув плечи и плотно прижавшись, друг к другу спинами и затылками. По команде: «Взлёт!» - космонавты приставными шагами движутся по кругу. По команде: «Посадка!» - космонавты опускают обруч вниз и кладут у своих ног. Оставшиеся вне ракет дети оценивают самую

красивую парную позу космонавтов. В конце игры отмечаются самые внимательные игроки, совершившие наибольшее число полётов.

## «Зайцы в огороде»

По считалке выбирается сторож, который охраняет огород – обозначенный круг диаметром 3-4 метра. Все остальные-зайцы - находятся за кругом. По команде воспитателя зайцы впрыгивают в огород и выпрыгивают из него. Сторож прыгает на месте. Если сторож долго не может поймать всех зайцев, то он превращает осаленных в своих помощников-собачек, произнося слова: «Друзья мои, вы не зевайте, ловить зайчишек помогайте». Превращенные в собачек зайцы перестают прыгать и с лаем, помогаю салить остальных игроков. Победителем становится заяц, которого не удалось поймать ни сторожу, ни собаке.

-

-

-

-

## «Повар и котята»

По считалке выбирается повар, который охраняет лежащие в обруче кегли-сосиски. Повар разгуливает внутри отмеченного пространства – кухни. Дети идут по кругу вокруг кухни и повара, выполняя различные упражнения на формирование осанки, и произносят текст:

Плачут киски в коридоре,

У котят большое горе:

Хитрый повар бедным кискам

Не даёт схватить сосиски.

С последними словами котята забегают в кухню, стремясь схватить сосиску. Повар пытается осадить вбежавших игроков. Пойманный замирает в застигнутой позе. Игра продолжается до тех пор, пока все сосиски не будут

украдены у повара. Котята, пойманные поваром, должны придумать название своей зафиксированной позы.

## «Маяк»

По считалке выбирается ведущий – служитель маяка, у него три флажка разных цветов (красный, жёлтый, зелёный).

Ведущий располагается в центре зала на возвышении. По всему залу расставлены подводные камни (кубы, кегли).

Играющие – гребцы в лодках. Когда на маяке ведущий поднимает зелёный сигнал, лодки спокойно движутся по периметру площади, на жёлтый сигнал – лодки огибают подводные камни, стараясь не задеть их. Красный флаг – сигнал, по которому дети останавливаются и быстро приседают. В конце игры отмечаются гребцы, не путавшие сигналы.

## «Паук»

В игре принимают участие две команды по 4-5 человек. Каждая команда встаёт внутрь большого обруча и поднимает его на уровень пояса или груди. Участники команды становятся единым организмом – «пауком».

Две команды – два соревнующихся «паука» двигаются наперегонки от старта до финиша, согласуя внутри каждого круга свои движения. Побеждает команда, быстрее пришедшая к финишу.

По окончании игры нужно попытаться определить, какое внутреннее состояние (настроение) игроков помогло лучше согласовать их движения или, наоборот, препятствовало этому.