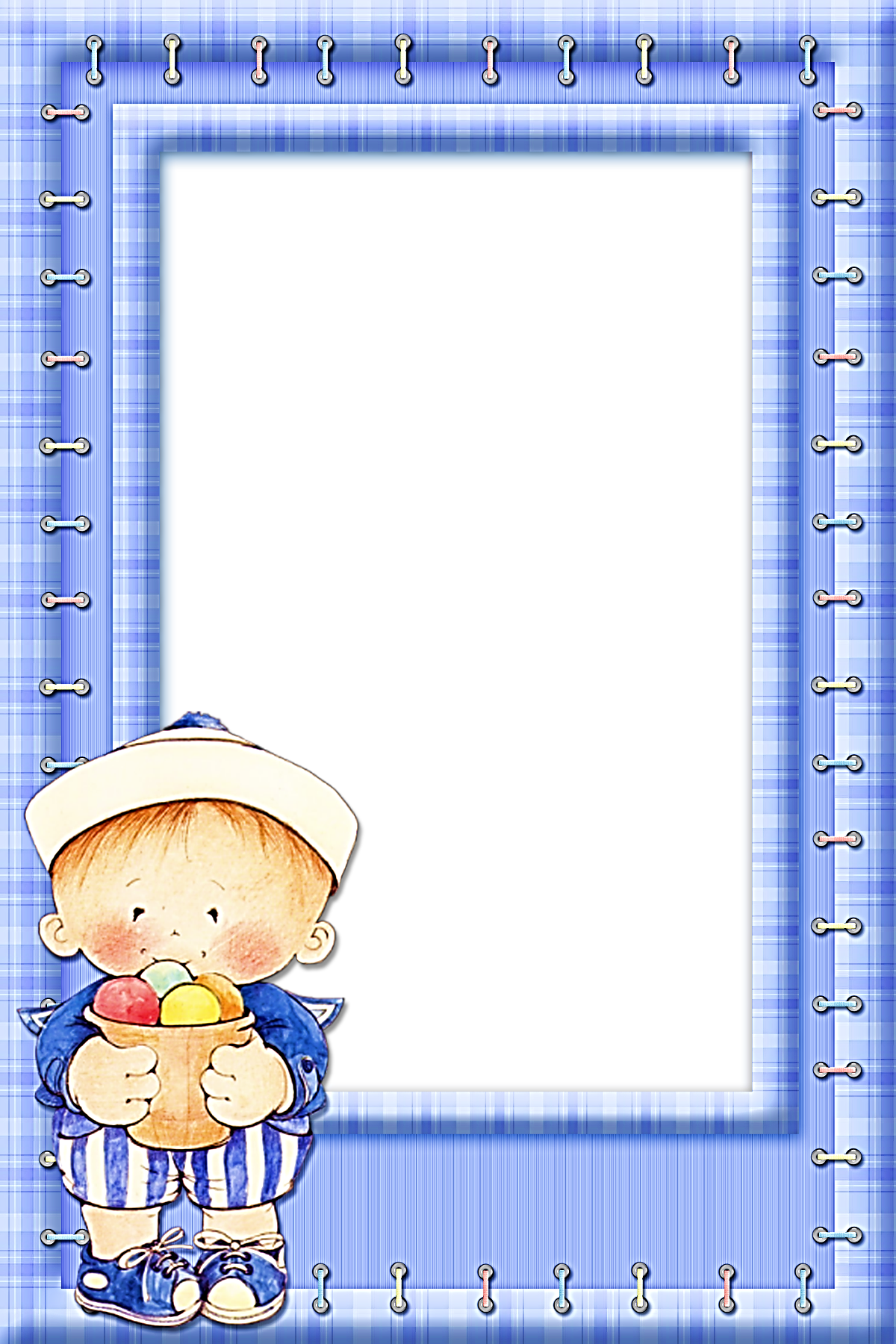
****

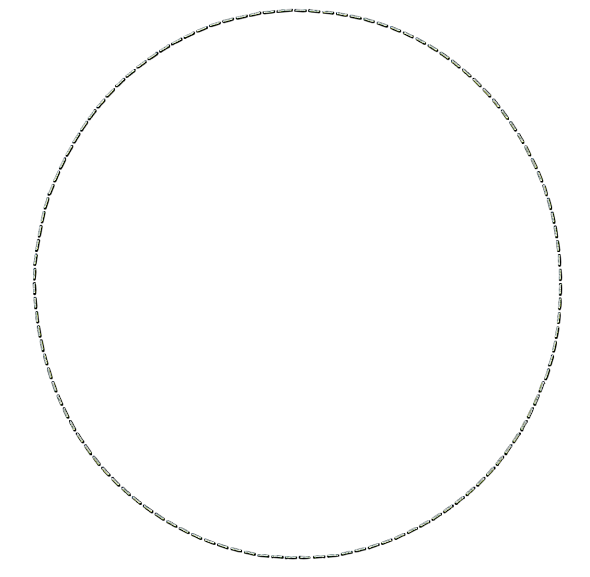
****

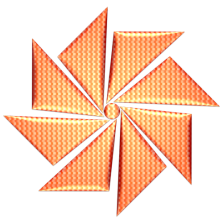
**КАРТОТЕКА**

**ПОДВИЖНЫХ ИГР**

****

****

****

****

****

****

****

**КАРТОТЕКА ПОДВИЖНЫХ ИГР**

**ДЛЯ МЛАДШЕГО И СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**«Найди флажок»**

Дети сидят на стульях в разных местах комнаты (площадки). По сигналу воспитателя дети закрывают глаза, а воспитатель тем временем прячет флажки (по числу детей).

«Пора искать флажок», – говорит воспитатель, дети открывают глаза и идут искать флажки.

Тот, кто нашел флажок, садится на свое место. Когда все дети найдут флажки, они идут вдоль сторон площадки, держа флажок в руке. Впереди колонны идет тот, кто первый нашел флажок.

По сигналу «На места!» дети садятся на стулья, и игра начинается снова.

Воспитатель должен следить за тем, чтобы дети брали один флажок.

Хорошо проводить эту игру в лесу на полянке: можно прятать флажки в траве, в кустах, за деревьями.

**«Найди свой домик»**

Дети сидят вдоль одной стороны площадки или комнаты.

По сигналу воспитателя «Пойдемте гулять» дети расходятся по площадке (комнате) группками или в одиночку кто куда хочет.

По слову воспитателя «домой» все бегут обратно и занимают любое свободное место. Затем игра повторяется.

Вариант игры

Вместо индивидуального «домика» – стула, можно предложить детям устроить коллективные домики в разных углах комнаты и собраться там по 4-6 человек. В каждом доме воспитатель ставит цветной флаг (красный, синий, желтый). Когда дети хорошо усвоят игру, воспитатель предлагает им во время прогулки закрыть глаза и переставляет флаги.

По слову «домой» дети открывают глаза, находят флаг своего цвета и собираются возле него.

**«Птички»**

Дети – «птички» садятся на стульчики, расставленные за начертанной линией.

На слова воспитателя: «Ай, птички полетели!» птички летают по всей площадке, кто куда хочет.

На слова воспитателя: «Птички в гнезда полетели» дети спешат и садятся на свои стульчики.

Воспитатель называет самую ловкую и быструю птичку, которая первая прилетела в свое гнездо.

Игра повторяется.

**«Мыши и кот»**

Дети – «мыши» сидят в «норках» – на стульях или на скамейках, поставленных вдоль стен комнаты или по сторонам площадки.

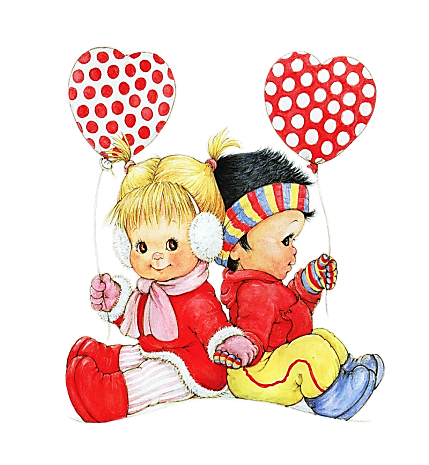
В одном из углов площадки сидит «кошка», роль которой исполняет воспитатель.

Кошка засыпает, и только тогда мыши разбегаются по комнате. Но вот кошка просыпается, мяукает, начинает ловить мышей, которые бегут в норки и занимают свои места на стульях. (Воспитатель только делает вид, что хочет поймать кого-либо.)

После того как все мыши вернутся в норки, кошка еще раз проходит по комнате, а затем возвращается на свое место, засыпает и игра повторяется.

Воспитатель может использовать в игре игрушечную кошку, надеваемую на руку.

**«Пузыри»**

Дети – это как бы не надутые «пузыри».

Они приседают в разных концах площадки, а на слова воспитателя: «Пузыри надуваются» дети поднимаются, медленно отводя руки в стороны, как можно дальше назад.

На слова воспитателя: «Из пузырей выходит воздух» дети приседают снова на корточки, выдыхая воздух, произносят звук «С- с- с».

Воспитатель, стоя на одном месте, претворяется, что надувает пузыри (дети в это время поднимаются).

Дальше он произносит: «Пузыри полетели по площадке». После этих слов дети начинают кружиться, прыгать, бегать по площадке. На слова воспитателя: «Пузыри сели!» дети садятся на заранее подготовленные стульчики.

**«Поезд»**

Дети строятся в колонну по одной стороне площадки или вдоль стены комнаты. Первый стоящий в колонне - «паровоз», остальные – «вагоны».

Воспитатель дает гудок, и дети начинают двигаться вперед (без сцепления); вначале медленно, затем быстрее и наконец, переходят на бег (при медленном движении дети могут произносить звук «чу-чу-чу»).

«Поезд подъезжает к станции», – говорит воспитатель. Дети постепенно замедляют темп и останавливаются. Воспитатель вновь дает гудок, и движение поезда возобновляется.

Воспитатель регулирует темп и продолжительность движения детей. Первое время воспитатель сам ведет колонну детей, а затем ставит впереди более активного ребенка.

Вариант игры.

После остановки поезда дети идут погулять. Услышав гудок, дети бегут в условленное место (к стене) и строятся в колонну.

Вначале можно разрешить детям строиться в любом порядке, а к концу года следует приучать запоминать свое место в колонне – находить свой «вагон».

**«Курочка и цыплята»**

Дети располагаются за веревкой, подвешенной на высоте 25 см. Воспитатель-наседка зовет цыплят гулять. Они перешагивают через веревку и разбегаются по площадке. На сигнал «большая птица» убегают. Воспитатель в это время опускает веревку вниз.

Правила:

* перешагивать после сигнала, не толкаясь, удерживая равновесие на одной ноге;
* убегать после сигнала.



**«Кружись – не упади!»**

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

**«Шире шагай»**

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.

**«Найди мяч!»**



Дети сидят на стульчиках с одной стороны площадки.

Воспитатель, называя имя присутствующего ребенка, подает мяч. Затем все дети встают, поворачиваются в обратную сторону и закрывают глаза.

Воспитатель поет песенку:

Валя, ты спрячь быстрей

Мяч большой голубой!

Мяч этот мы найдем

И тебе принесем.

Ребенок в это время прячет мяч и возвращается на свое место. Воспитатель, обращаясь ко всем участникам, говорит:

А теперь ищите мяч.

Большой и голубой.

Все дети раскрывают глаза и ищут спрятанный мяч.

**«Солнышко и дождик»**



Дети встают в круг.

«Смотрит солнышко в окошко,

Идут по кругу.

Светит в нашу комнатку».

«Мы захлопаем в ладоши, Хлопают стоя на месте.

Очень рады солнышку.

Топ-топ-топ-топ! Ритмично притопывают на

Топ-топ-топ-топ! На месте.

Хлоп-хлоп-хлоп-хлоп! Ритмично хлопают в ладоши,

Хлоп-хлоп-хлоп

На сигнал «дождь идет, скорей домой» дети убегают. Воспитатель говорит «Солнышко светит». Игра повторяется.

**«Воробушки и кот»**

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.

«Воробышки полетели», – говорит воспитатель.

Воробышки спрыгивают с крыши или выпрыгивают из гнездышка и, расправив крылья, т. е. вытянув руки в стороны, бегают 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».

**«Котята и ребята»**

Группа детей изображает котят, остальные дети – их хозяева (у каждого 1—2 котенка). Котята на заборчике – на второй-третьей перекладинах лесенки. Хозяева сидят на скамейке.

«Молока, кому молока», – говорит воспитатель, подходит к хозяевам и делает вид, что наливает им молоко в кружки (мисочки, колечки, круги).

Котята мяукают – просят молока.

Хозяева выходят на площадку (за черту) и зовут: «Кис-кис-кис!»

Котята слезают с заборчика и бегут пить молоко.

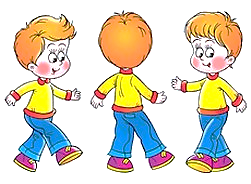
Ребята – хозяева говорят: «Мохнатенький, усатенький, есть начнет, песенки поет».

С последним словом котята убегают, хозяева их ловят. Кто поймал котенка, меняется с ним ролью.

Правила:

* по сигналу влезать и слезать любым способом;
* убегать после слова «поет»;
* ловить можно только до черты.

**«Огуречик»**

В одном конце площадки находится воспитатель - «ловишка», в другом конце площадки – дети.

Дети приближаются к «ловишке» прыжками на двух ногах под приговорку, произносимую воспитателем:

Огуречик, огуречик,

Не ходи на тот конечик.

Там мышка живет,

Тебе хвостик отгрызет.

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

**«Найди свой цвет»**

Дети получают флажки 3-4 цветов: один - красного, другие – синего, третьи – желтого, и группируются по 4-6 человек в разных углах комнаты.

В каждом углу воспитатель ставит на подставке цветной флажок (красный, синий, желтый).

По сигналу воспитателя «идем гулять» дети расходятся по площадке группками или в одиночку.

По сигналу воспитателя «найди свой цвет» дети бегут к флажку соответствующего цвета.

**«Найди себе пару»**



Для игры нужно приготовить флажки по количеству детей.

Половина флажков одного цвета – остальные другого. Дети получают по одному флажку.

По сигналу воспитателя дети разбегаются по площадке.

По другому сигналу дети, имеющие одинаковые флажки, находят себе пару.

В игре должно принимать не четное 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, и игра повторяется.

**«Лягушки»**

Посередине площадки чертят большой круг или кладут толстый шнур в форме круга.

Группа детей располагается по краю круга, остальные садятся на стулья, расставленные по одной стороне площадки. Вместе с детьми, сидящими на стульях, воспитатель 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.

**«Бабочка»**

****

Привязать к нитке вырезанную из бумаги бабочку.

Бабочку пронести перед лицами детей, которые стоят полукругом или в кругу.

Дети дуют на бабочку. Бабочка отлетает от них.

Начинать дуть нужно только тогда, когда бабочка уже перед лицом ребенка.

**«Наседка и цыплята»**

Дети изображают «цыплят», а воспитатель – «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 подлезает под веревку и отправляется на поиски корма. Через некоторое время она зовет цыплят: «Ко-ко-ко-ко».

По этому сигналу все цыплята подлезают под веревку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют по площадке.

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

Воспитатель говорит «большая птица» только после того, как все дети подлезли под веревку и немного побегали по площадке.

**«Подбрось повыше»**

****Воспитатель раздает детям мячи диаметром 12-15 см и предлагает поиграть с ними, бросая вверх и стараясь поймать после броска.

Правила:

* бросать сначала невысоко, чтобы суметь поймать;
* ловить мяч кистями рук, не прижимая к груди;
* если мяч упал, его можно поднять и продолжить упражнение.

**«Попади в цель»**

Воспитатель ставит или подвешивает 2–3 вертикальные цели. Это может быть обруч с картонным кружком посередине, щит-мишень, снежная фигура с удобным для метания предметом (лиса с колобком, заяц с корзиной).

Перед целями на расстоянии 1,5-2 м обозначается полоса шириной 40 см. На ней напротив каждой цели стоят ведерки с мячами, шишками, мешочками с песком.

2-3 детей встают к ведеркам, берут предметы и метают их в цель одной и другой рукой.

Собирают брошенные предметы в ведерки, выходят другие играющие.

Правила:

* метать по сигналу той рукой, какой укажет воспитатель;
* собирать предметы после того, как все произвели метание;
* выполнять метание, не выходя за пределы полосы.

**«Через болото»**

На площадке из кирпичиков (плоских фанерок размером 15X20 см) выкладываются 2-3 дорожки длиной 3 м.

Расстояние между кирпичиками 10-15 см. 2-3 детей встают у первых кирпичиков и по сигналу идут по дорожкам.





Правила:

* вставать только на кирпичики, не касаясь пола;
* доходить до конца дорожки.

**«Мишка на мостике»**

На землю кладут доски (ширина 25 см, длина 2–2,5 м). За ними на высоте поднятой руки ребенка подвешивают на веревке ленточки. Соответственно количеству досок вызывают детей, они встают на четвереньки и по сигналу ползут до конца доски. Сходят с доски, подпрыгивают, снимают по одной ленточке – медведи достают малину. Когда все дети проползут, воспитатель предлагает побегать с ленточками по площадке. По сигналу все собираются, воспитатель вешает ленточки на веревку. Игра повторяется.

Правила:

* идти по скамейке на четвереньках (на ступнях и ладонях);
* доходить до конца доски.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Галанова Т.В. Развивающие игры с малышами до 3 лет. – Ярославль, 1996.
2. Осокнина Т.И. и др. Игры и развлечения детей на свежем воздухе, М., 1983.
3. Страковская В.Л. 300 подвижных игр от 1 года до 14 лет. – М., 1994.
4. Тимофеева В.А. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. – М., 1986.
5. Фомина А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду. – М., Просвещение, 1976г.
6. Шишкина В.А движение+двидения: книга для воспитателя детского сада. – М., Просвещение, 1992.
7. Адашкевичене Э.Й. спортивные игры иупражнения в детском саду. – М., Просвещение, 1992.