

## Картотека

### Подвижные игры для детей 4-5 лет (средняя группа)

#### № 1 «Найди себе пару»

(бег)

**Цель:** Учить детей бегать врассыпную, действовать по сигналу.

**Описание:** Для игры требуются флажки по количеству участников. Половина флажков одного цвета, остальные – другого цвета. Каждый ребенок получает флажок. По сигналу инструктора дети разбегаются по площадке. По другому сигналу дети, имеющие одинаковые флажки, становятся рядом. В игре принимает участие нечетное количество детей, чтобы один оказался без пары. Обращаясь к нему, играющие говорят:

Ваня, Ваня, не зевай

Быстро пару выбирай.

**Примечание:** Во время бега дети должны держать свои флажки поднятыми вверх.

#### № 2 «Пробеги тихо»

(бег)

**Цель:** Учить детей бегать бесшумно, выполнять правила игры.

**Описание:** Дети делятся на две группы по 5-6 человек. Они стоят за чертой на одном конце площадки. Выбирается водящий, он садится посередине площадки, закрывает глаза. По сигналу инструктора одна группа детей бежит мимо водящего на противоположный конец площадки до условного места (черты). Дети должны бежать бесшумно. Если водящий услышит шум шагов, он говорит: «Стой», – и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, ведущий показывает, где слышит шум. Если указал правильно, дети отходят в сторону; если ошибся, они возвращаются на свои места и бегут снова. Так поочередно пробегают все группы детей. Выигрывает та группа, которую не услышал водящий. При повторении игры водящий меняется.

**Примечание:** Эту игру лучше проводить в помещении, когда дети в легкой обуви и им удобно бежать на носочках.

### № 3 «У медведя во бору»

(бег)

**Цель:** Учить детей бегать не наталкиваясь друг на друга. Выполнять действия в соответствии с текстом.

**Описание:** На одном конце площадки проводится черта. Это опушка леса. За чертой, на расстоянии 2-3х шагов, очерчивается место для медведя. На противоположной стороне площадки очерчивается линия – дом детей. Воспитатель назначает одного из детей медведем. Остальные играющие – дети, они находятся дома. Воспитатель говорит: «Идите гулять». Дети направляются к опушке леса, собирая грибы, ягоды, т.е. имитируя соответствующие движения (наклон и выпрямление корпуса), и одновременно произносят хором стихи:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру,

А медведь сидит

И на нас рычит.

Когда играющие произносят слово «рычит», медведь с рычанием встает, а дети бегут домой. Медведь старается их поймать (коснуться). Пойманного медведь отводит к себе. Дети возобновляют сбор грибов и ягод. После того, как медведь поймает двух-трех играющих, назначается, или выбирается другой медведь, и игра продолжается.

### № 4 «Где звенит?»

**Цель:** Развивать слух

**Описание:** Дети стоят лицом к стене. Няня прячется в другом конце комнаты и звонит в колокольчик. Инструктор говорит детям: «Послушайте, где звенит и найдите колокольчик». Когда дети находят колокольчик, воспитатель хвалит их, а затем предлагает снова повернуться к стене. Няня опять звонит в колокольчик, спрятавшись в другом месте

### № 5 «Огуречик, огуречик»

(прыжки, бег)

**Цель:** Учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперед, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.

**Описание:** На одном конце площадки – инструктор (ловушка), на другом – дети. Дети приближаются у ловушке прыжками на двух ногах. Инструктор говорит:

Огуречик, огуречик,

Не ходи на тот конечик:

Там мышка живет,

Тебе хвостик отгрызет.

При последних словах дети убегают на свои места, а инструктор их догоняет

### № 6 «Цветные автомобили»

(бег)

**Цель:** Учить детей бегать врассыпную, выполнять правила игры, повторить цвета.

**Описание:** Дети размещаются вдоль стены комнаты или по краю площадки. Они – автомобили. Каждому из играющих дается флажок какого-либо цвета (по желанию) или цветной круг, кольцо. Инструктор стоит лицом к играющим в центре комнаты (площадки). Он держит в руке три цветных флажка. Инструктор поднимает флажок какого-нибудь цвета. Все дети, имеющие флажок этого цвета, бегут по площадке (в любом направлении); на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда инструктор опустит флажок, дети останавливаются и направляются каждый в свой гараж. Затем инструктор поднимает флажок другого цвета, и игра возобновляется.

**Примечание:** Инструктор может поднимать один, два или все три флажка вместе, и тогда все автомобили выезжают из своих гаражей. Если дети не видят, что флажок опущен, инструктор дополняет зрительный сигнал словами: «Автомобили (называет цвет) остановились». Инструктор может заменить цветовой сигнал словесным, например: «Выезжают автомобили синего цвета». «Синие автомобили возвращаются домой».

## **№ 7 «Кот и мыши»**

**(бег)**

**Цель:** Учить детей бегать врассыпную, выполнять правила игры.

**Описание:** 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 инструктор. Кошка засыпает, и только тогда мыши разбегаются по комнате. Но вот кошка просыпается, мяукает и начинает ловить мышей. Они бегут в норки и занимают свои места на стульях. (Инструктор только делает вид, что хочет поймать). После того, как все мыши вернуться в норки, кошка еще раз проходит по комнате, а затем возвращается на свое место и засыпает. Игра повторяется.

**Примечание:** Инструктор может использовать в игре игрушечную кошку.

## **№ 8 «Самолеты»**

**(перестроения, бег)**

**Цель:** Учить детей бегать легко, врассыпную, строится в колонны.

**Описание:** Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками. Играющие изображают летчиков. Они готовятся к полету. По сигналу инструктора: «К полету готовься!» - дети делают движения руками – заводят мотор. «Летите!» - дети поднимают руки в стороны и летят врассыпную в разных направлениях по площадке. По сигналу «На посадку!» - самолеты находят свои места и приземляются: строятся в колонны и отпускают одно колено. Инструктор отмечает, какая колонна построилась быстрее. Ведущими колонн надо назначить первое время более активных детей.

**Примечание:** Следует обращать внимание на легкость бега детей.

### № 9 «Лиса в курятнике»

(бег)

**Цель:** Учить детей бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.

**Описание:** На одной стороне площадки очерчивается курятник (размер зависит от числа играющих). В курятнике на насесте (скамейках) сидят куры. На противоположной стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место – двор. Один из участников назначается лисой. Остальные куры. По сигналу инструктора куры спрыгивают с насеста, ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу инструктора: «Лиса!» - куры убегают в курятник и взбираются на насест, а лиса старается утащить курицу, не успевшую спастись, уводит ее в свою нору. Остальные куры снова спрыгивают с насеста, игра возобновляется.

**Примечание:** Игра заканчивается, когда лиса поймает 2-3х кур. Можно ее повторить с другой лисой.

### № 10 «Трамвай»

(ходьба, бег)

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

**Описание:** 3-4 пары детей становятся в колонну, держа друг друга за руку. Свободными руками они держатся за шнур, концы которого связаны, т.е. одни дети держатся за шнур правой рукой, а другие левой. Это трамвай. Инструктор стоит в одном из углов комнаты, держа в руках три флажка – желтый, зеленый, красный. Он дает детям объяснение: трамвай движется на зеленый цвет, замедляет ход на желтый и останавливается на зеленый.

Указания к проведению: Если детей много, можно составить два трамвая. Сюжет игры может быть более развернутым: во время остановки одни пассажиры выходят из трамвая, другие входят, приподнимая при этом шнур. Инструктор знакомит детей с правилами уличного движения. Он следит за тем, чтобы все играющие были внимательными, не пропускали остановок, следили за сменой флажков и меняли движение.

### № 11 «Зайцы и волк»

**Цель:** Приучать детей внимательно слушать инструктора, выполнять прыжки и другие действия в соответствии с текстом. Учить ориентироваться в пространстве, находить свое место (куст, дерево).

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

Зайки скачут: скок, скок, скок,

На зеленый на лужок. Травку щиплют, кушают,

Осторожно слушают, Не идет ли волк?

Дети выполняют действия, о которых говорится в стихотворении. С окончанием текста появляется волк и ловит зайцев.

Указания к проведению: Ребенок, исполняющий роль волка должен быть подальше от зайцев. Первое время волк-инструктор, он не спешит ловить зайцев, дает возможность им убежать.

### № 12 «Кролики»

(прыжки, подлезание)

**Цель:** Учить детей прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед, пролезать под ножками стульев, развивать ловкость, уверенность.

**Описание:** В одной стороне комнаты полукругом расставлены стулья, сиденьями внутрь полукруга. Это клетка кроликов. На противоположной стороне – дом сторожа. Посередине находится лужайка, на которую кроликов выпускают гулять. Дети (по 2-3) становятся сзади стульев, по указанию воспитателя они присаживаются на корточки – кролики сидят в клетках. Инструктор-сторож подходит к клеткам и выпускает кроликов на лужок: дети один за другим проползают под стулом, а затем прыгают, продвигаясь вперед по всей лужайке. По сигналу «Бегите в клетки» кролики возвращаются на свои места, снова проползая под стульями.

Указания к проведению: Инструктор должен следить за тем, чтобы дети, подлезая под стулья, старались не задевать за них спинами. Вместо стульев можно использовать дуги для подлезания или положенные на сидения стульев палки, рейки.

### № 13 «Лошадки»

#### (бег парами)

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

**Описание:** Дети становятся парами: один – лошадка, другой – возчик. Для игры даются вожжи или дети держатся за пояс.

Поехали, поехали

С орехами, орехами

К дедке по репку

По пареньку, по сладеньку,

По горбатеньку.

С окончанием текста дети продолжают бежать в том же ритме под проговаривание инструктора «гоп, гоп...» или прищелкивают языком до тех пор, пока инструктор не скажет «Тпру-у..». При повторении игры дети меняются ролями. После того, как освоятся с игрой, воспитатель предлагает во время бега высоко поднимать колени

Указания к проведению: Начинать игру следует с одной стороны, постепенно увеличивая число участников до 3-4 пар.

### № 14 «Котята и щенята»

#### (бег, лазание)

**Цель:** Учить детей бегать легко, мягко, перелезать через препятствия, влезать на гимнастическую стенку.

**Описание:** Играющих делят на две группы. Дети одной группы – котята, другой – щенята. Котята находятся около гимнастической стенки, щенята – на другой стороне комнаты (в будках за скамейками, за лестницей, поставленной на ребро). Инструктор предлагает котьятам пробежать легко, мягко. На слова инструктора: «Щенята!» - вторая группа детей перелезает через скамейку. Они на четвереньках бегут за котьятами лают: «Ав-ав-ав». Котята, мяукая, быстро влезают на гимнастическую стенку. Инструктор находится рядом. Щенята возвращаются в свои домики. После 2-3 повторений дети меняются ролями, игра продолжается

## № 15 «Бездомный заяц»

(бег)

**Цель:** Учить детей бегать, выполнять правила игры.

**Описание:** Из числа играющих выбираются охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки, и каждый встает в свой. Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой кружок. Тогда заяц, стоявший в кружке должен сразу убежать, он становится бездомным и охотник может его поймать. Как только охотник пойма (осалил) зайца, он сам становится зайцем, а бывший заяц – охотником. Эту игру можно проводить не со всей группой детей. В этом случае круг образуют взявшись за руки 4-5 детей. В каждом таком кружке становится по зайцу. Игра проводится по тем же правилам. Через 2-3 минуты по сигналу воспитателя игра прерывается. Один из детей, образующий круг, меняется местами с зайцем, стоящим внутри круга. Игра возобновляется и повторяется 4-5 раз, чтобы все дети побыли в роли зайца.