

Малоподвижные игры.

Малоподвижная игра «Сигналы светофора».

Дети садятся на стульчики. Инструктор показывает сигнальные флажки.

Красный флажок – дети кладут руки на колени.

Жёлтый флажок – дети хлопают в ладоши.

Зелёный флажок – дети топают ногами.



Малоподвижная игра «Найди собаку (кошку, зайку)».

Инструктор предлагает детям закрыть глаза и поиграть в прятки с собакой. По команде инструктора: «Ищем» дети открывают глаза и начинают ходить и искать её. Кто из ребят первым её нашёл, тот берёт в руки и несёт инструктору.



Малоподвижная игра «Назови животных».

Дети стоят в кругу и по очереди называют животных, которых знают или видели по телевизору. Выигрывает тот, кто больше всего назовёт животных.



Малоподвижная игра «Голос животного».

Дети имитируют голоса животных.

Инструктор: Лошадь. Дети: Иго-го, иго-го, иго-го. Инструктор: Корова.

Дети: Му-у-у, му-у-у. Инструктор: Кот. Дети: Мяу, мяу, мяу. И т.д.

Малоподвижная игра «Передай мяч».

Дети стоят по кругу. По сигналу инструктора дети начинают передавать 2-3 мяча разных цветов в одном направлении. Тот, кто уронит мяч, считается проигравшим и выходит из игры. Игра повторяется с изменением направления передачи мячей.

Малоподвижная игра «Кого не стало».

Дети встают в большой круг. Инструктор просит внимательно посмотреть и запомнить, кто стоит по кругу. По команде инструктора: «Закрыли глаза!» дети честно закрывают глаза, инструктор идёт за кругом, дотрагиваясь до плеча 2-3 детей, они убегают и прячутся. По команде инструктора: «Открыли глаза!» дети смотрят по кругу и отгадывают, кого не стало в кругу. Инструктор отмечает, кто был самым внимательным в игре и больше всех отгадал спрятавшихся товарищей. Игра повторяется 3-4 раза.

Малоподвижная игра «Прыгает – не прыгает».

Дети встают в одну линию. Инструктор называет животных и предметы, которые «прыгают и не прыгают». Если инструктор назвал то, что прыгает, то никаких движений делать не надо, например:

Инструктор по физкультуре: Мяч.

Дети прыгают.

Инструктор по физкультуре: Машина.

Дети стоят.

Инструктор по физкультуре: Акробаты.

Дети прыгают.

Инструктор по физкультуре: Дом.

Дети стоят.

Малоподвижная игра «Ушки».

Дети встают парами и, играя в ладушки, приговаривают: Мама била, била, била, и всё папе доложила.

Папа бил, бил, бил и всё бабе доложил.

Баба била, била, била и всё деду доложила.

Дед бил, бил, бил и всё сёстрам доложил.

Сёстры били, били, били и всё братьям доложили.

Братья

били, били, били и в кадушку закатили.

А в кадушке две лягушки – закрывай скорее ушки!

При

последних словах дети быстро ладошками закрывают свои ушки. Кто из играющих сделал быстрее, тот победил. Игра повторяется 3-4 раза.

Малоподвижная игра «Испорченный телефон».

Дети садятся в одну линию. Инструктор подходит к первому сидящему игроку и чётко, но тихо говорит на ухо какое-нибудь слово, например машина, мяч, кукла, собака и т.д. Первый игрок передаёт второму, второй – третьему и т.д. Последний игрок подходит к инструктору и говорит слово, которое до него дошло. Если слово исказилось, нужно пройти обратно и выявить того игрока, который неправильно передал слово. Виновник становится ведущим, и игра продолжается.

Малоподвижная игра «Покажи повадки животных».

Инструктор называет животного, а дети должны показать повадки этого животного, например изобразить как он ходит, ест, умывается и т.п.

Инструктор по физкультуре: Лиса.

Дети показывают, как она ходит, лапки у груди, хвостиком виляет.

Инструктор по физкультуре: Петух.

Дети ходят медленно, важно, высоко поднимают то одну ногу, согнутую в колене, то другую.

Инструктор по физкультуре: Медведь.

Дети идут, широко расставив ноги, на внешней стороне стопы и т.п.

Малоподвижная игра «Цапки».

Инструктор стоит с вытянутыми руками ладонями вниз, а играющие дети ставят под ладонь инструктора указательный палец. Инструктор говорит: «Под мою крышей, собрались мыши. Заяц, белка, жаба. ЦАП!» Или: «На горе стояли зайцы и кричали: «Прячьте пальцы!» ЦАП!». При слове «ЦАП!» инструктор сжимает ладонь в кулак, а все должны быстро убрать пальцы. Чей палец схвачен, тот выбывает из игры. Игра повторяется 3-4 раза.

Малоподвижная игра «Закончи слово».

Дети встают в круг. Инструктор стоит в центре круга с большим мячом в руках. Он бросает кому-либо мяч и говорит первый слог какого-нибудь слова, например: «Ма...» перед этим даёт игрокам подсказку, что это – имя, домашнее животное, предмет мебели и т.п. Игрок, которому бросили мяч, ловит его и называет слово полностью. Если он правильно угадал слово, то бросает мяч обратно инструктору, а если нет, то выбывает из игры.

Малоподвижная игра «Ласковые слова».

Все дети стоят по большому кругу. Инструктор начинает игру, произносит ласковое слово или фразу, например: «Хорошенький мой» или «Солнышко», даёт мяч игроку. Игрок, которому отдали мяч, в свою очередь, произносит своё слово и передаёт мяч следующему участнику по кругу. Тот участник, который не сможет назвать слово, выбывает из игры. Игра продолжается 1.5 – 2 мин.

Малоподвижная игра «Разноцветные мячи».

Дети стоят по большому кругу, у каждого в руках разноцветные мячи. Инструктор называет цвет мяча, например жёлтый, и игрок, у которого мяч данного цвета, должен встать в центр круга. Инструктор просит его выполнить какое-нибудь гимнастическое упражнение (прыжки, наклоны, повороты и т.д.). Игра повторяется до тех пор, пока каждый участник не выполнит какое-нибудь упражнение.

Малоподвижная игра «Найди и промолчи».

Инструктор показывает яркую небольшую игрушку, дети запоминают её. Инструктор предлагает детям сесть на корточки и закрыть глаза. В это время инструктор быстро прячет её и говорит, кто найдёт игрушку, в руки её не берёт, пальцем на неё не показывает и в слух не говорит, где она спрятана. Кто из детей первый найдёт игрушку, подходит к инструктору и на ухо говорит, где спрятана игрушка. Игра повторяется 3-4 раза. Ведущими этой игры могут быть сами дети.

Малоподвижная игра «Лови – не лови».

Дети становятся в большой круг, инструктор в центре него с большим мячом в руках. Мяч нужно ловить лишь в том случае, если будет названо что-нибудь из съедобного: морковь, торт, конфеты, мороженое и т.п. Если инструктор произносит несъедобные вещи: машина, гараж, забор, тапочки и т.п. и бросает мяч игроку, тот не должен его ловить. Если игрок ошибся, поймав мяч, он выбывает из игры.

Малоподвижная игра «Морская фигура».

Дети становятся по всей площадке, вместе с инструктором поднимают руки вверх, плавно водят ими влево-вправо, изображая волны, и произносят считалку:

Море волнуется раз, море волнуется два,
Море волнуется три, на месте фигура замри!

Дети останавливаются и замирают, изображая какую-либо фигуру. Побеждает тот игрок, который придумал самую красивую и необычную фигуру. Игра продолжается 3-4 раза.

Малоподвижная игра «Мешок сюрпризов».

Инструктор держит в руках мешок с игрушками: машиной, матрёшкой, куклой, кубиками, кеглями и т.п. дети выстраиваются в колонну друг за другом, по очереди засовывают руку в мешок и на ощупь определяют, что за игрушка им досталась. Если игрок достал и угадал правильно, он остаётся в игре, а если нет, то выбывает.

Малоподвижная игра «Зрительная память».

Инструктор выбирает водящего, который выходит из колонны и встаёт перед игроками. В течение 30 секунд водящий должен запомнить, кто, где и за кем стоит, затем поворачивается к игрокам спиной. В это время инструктор меняет двух-трёх игроков местами. По сигналу инструктора, водящий поворачивается и рассказывает о том, кто стоит на своём месте. Он считается победителем, если не допустил ошибок.

Малоподвижная игра «Чего не стало».

Дети стоят в кругу, в котором разложены различные предметы, например кубик, кегля, матрёшка, свисток, бубен, скакалка и т.п. По сигналу инструктора: «Отвернулись!», игроки отворачиваются, закрывают глаза, а инструктор в это время убирает или просто меняет местами два-три предмета. По команде инструктора: «Повернулись!», игроки поворачиваются и открыв глаза, должны ответить на вопросы: «Меньше ли стало игрушек? Чего не стало?». В игре побеждает тот, кто не допустил ни одной ошибки. Игра повторяется 3-4 раза.

Малоподвижная игра «Зеркало».

Начинает игру инструктор. Все дети стоят лицом к нему, не мешая друг другу. Инструктор показывает какое-нибудь движение, а дети должны в точности повторить. Побеждает и назначается водящим тот игрок, у кого лучше всех получилось повторить движение. Игра продолжается 2-3 раза с новым водящим.

Малоподвижная игра «Холодно – горячо».

Инструктор выбирает водящего, который становится за ширму. В это время инструктор с оставшимися ребятами прячет какую-нибудь игрушку (мишку, куклу, мяч и т.д.), которую водящий выходит и начинает искать. По мере приближения к спрятанной игрушке дети все вместе говорят: «Теплее, теплее, горячо!». Если водящий находится далеко от того места, где спрятана игрушка, то дети говорят: «Холодно, холодно, очень холодно!». После нахождения игрушки игра повторяется 2-3 раза, каждый раз с новым водящим.

Малоподвижная игра «Запретный круг».

На полу рисуется большой круг. Игроки, взявшись за руки, становятся вокруг него. По первому свистку инструктора они продвигаются хороводом в ту или другую сторону. По второму сигналу инструктора все, не разъединяя рук, стараясь друг друга втянуть внутрь круга, кто не удержался и зашёл за черту, выходит из игры. Игра возобновляется до тех пор, пока размеры круга позволяют братья за руки.

Малоподвижная игра «У кого мяч?».

С помощью считалочки выбирается водящий, который становится в центр круга. Дети стоят по кругу плотно плечом друг к другу, руки за спиной. Водящий должен угадать, у кого мяч. Игру начинает инструктор, в руке у него маленький мяч. Идя по кругу, инструктор отдаёт мяч в руку одному из играющих, а дети должны передавать этот в одну или другую сторону по кругу так, чтобы водящий заметил.