



**Картотека подвижных игр
для разных возрастов**



**Подвижные игры для
группы кратковременного пребывания
(возраст от 1 до 3 лет)**



«Вот сидит лохматый пес»

Взрослый берет собачку – игрушку, садится на стульчик, закрывает мордочку собачки ладошками и произносит слова: «Вот сидит лохматый пес, в лапки свой укутал нос. Тихо, смирно он сидит, то ли дремлет, то ли спит? Подойдем, его разбудим и посмотрим, что же будет». На последние слова дети медленно подходят, трогают собачку (будят). Собачка в руках взрослого просыпается, гавкает и догоняет детей. Дети бегут в другую сторону. Не следует слишком пугать малышей, но в, то, же время нужно создать ощущение опасности. Когда малыши освоят правила этой игры, можно переходить ко второму варианту.



«Я по полю шла»

Дети стоят свободно. Взрослый предлагает одному из детей взять в руки 2 камушка разного цвета (например, розовый и голубой). На слова: «я по полю шла (шёл) и два камушка нашла (нашёл), розовый и голубой (взрослый помогает ребенку ходить между детьми).

На слова: «Угадай-ка, где какой?», ведущий ребенок подходит к одному из детей и предлагает угадать цвет камушка. В этом возрасте детям важен процесс игры, поэтому на цвет они внимания обращают мало, берут камушки и начинают играть по очереди.



«КОТ И МЫШИ»

Взрослый произносит слова: «Кот «Мурлыка» лег поспать, отдохнуть и подремать (кот-ребенок ложится на пол), ну а мышки тут плясать, прыгать, бегать и пищать»

Остальные дети прыгают, хлопают в ладошки, топают ножками, пищат.

Взрослый произносит слова: - «Расшумелись – вот беда! Разбудили мы кота, мыши - непоседы разбегайтесь кто куда, кот бежит по следу».

«Воронята»

• Дети- воронята сидят на стульчике, расставленные полукругом. Дети «спят» (закрываю глазки, склонив голову на руки со сложенными ладошками).

Взрослый говорит: - «Воронята крепко спят, все по гнездышкам сидят, а проснуться на заре, будут каркать во дворе»

«Воронята» просыпаются, машут крыльями, кричат «кар-кар-кар», затем «летают» - бегают по комнате, размахивая разведенными в стороны руками – «крыльями».

Взрослый: - «Полетели – полетели, воронята полетели «Кар, кар»,

Вышла тетя на дорожку, воронятам сыплет крошки (выходит на середину и «сыплет» крошки). «Воронята» садятся на корточки и «клюют» (стучат пальчиками по полу) – тук, тук. «Тузик по двору гулял, вороняток испугал (берет игрушку – собачку и догоняет убегающих детей «воронят»).





«Зайки»

Дети сидят на корточках по кругу. Взрослый говорит и показывает движения (взрослый поднимает руки над головой, шевелит ими). Дети подражают его движениям и повторяют за ним слова. «Зайка серенький сидит и ушами шевелит, вот так, вот так он ушами шевелит. Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть. Вот так, вот так, надо лапочки погреть (Встают, взрослый и дети хлопают в ладошки и повторяют две последние строчки) «Зайке холодно сидеть, надо зайке поскакать (все прыгают на одном месте, повторяя последние слова) Вот так, вот так, надо зайке поскакать. Зайку волк испугал, зайка прыг и убежал» (взрослый рычит, дети разбегаются врассыпную).



**Подвижные игры для
младшей группы**



«Крылья самолета и мягкая подушка»

Поднять руки в стороны, до предела выпрямив все суставы, напрячь все мышцы от плеча до концов пальцев (изображая крылья самолета). Затем, не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам слегка опуститься, а локтям, кистям и пальцам — пассивно согнуться. Руки как бы ложатся на мягкую подушку.

«Где позвонили?»

Подготовительная работа. Взрослый готовит звоночек.
Ход: Дети садятся в кружок. Взрослый выбирает водящего, ко-торый становится в центре круга. По сигналу водящий закрывает глаза. Затем воспитатель дает кому-нибудь из детей звоночек и предлагает позвонить. Водящий, не открывая глаз, должен рукой указать направление, откуда доносится звук. Если он укажет правильно, взрослый говорит: «Пора» - и водящий открывает глаза, а тот, кто позвонил, поднимает и показывает звоночек. Если водящий ошибся, он отгадывает еще раз, затем назначают дру-гого водящего.

Методические указания. Игру повторяют 4-5 раз. Нужно следить, чтобы водящий во время игры не открывал гла-за. Указывая направление звука, водящий поворачивается лицом к тому месту, откуда слышен звук. Звонить надо не очень громко.





«Муравьи»

По хлопку педагога дети начинают хаотически двигаться по залу, не сталкиваясь с другими детьми и стараясь все время заполнять свободное пространство.

Подвижная игра «Шла коза по лесу»

Игроки встают в круг, коза — в центре. Все идут по кругу в правую сторону, а коза — влево. Коза выбирает кого-то из ребят, выводит в середину круга. Они исполняют движения в соответствии со словами. Все стоящие в кругу повторяют движения за ними.

Шла коза по лесу, по лесу, по лесу.

Нашла себе принцессу, принцессу, принцессу.

Давай, коза, попрыгаем, попрыгаем, попрыгаем

И ножками подрыгаем, подрыгаем, подрыгаем.

И ручками похлопаем, похлопаем, похлопаем.

И ножками потопаем, потопаем, потопаем.

Головкой покачаем, качаем, качаем.

И снова начинаем, начинаем, начинаем...

Теперь в кругу выбирают себе пару уже два человека. Игра продолжается до тех пор, пока почти все дети не встанут в круг.



«Пирамида и быстрота»

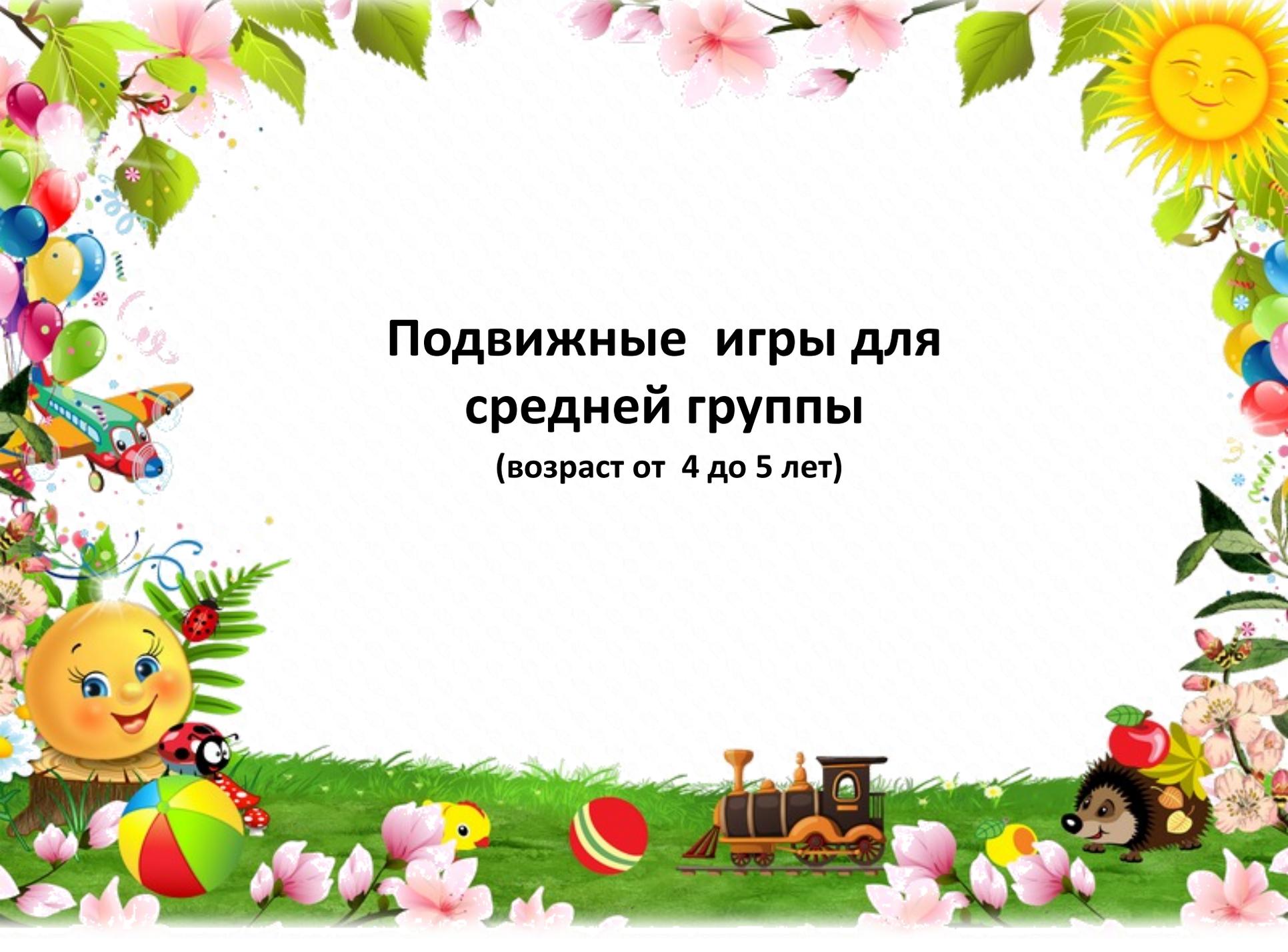
Оборудование: пирамида из 5 — 6 колец.

На столике пирамида из 5 — 6 колец. Первый играющий подходит к столику и разбирает пирамиду. Следующий участник собирает ее. Так продолжается до тех пор, пока не сыграют все дети. При повторе игры участники меняются местами: кто разобрал пирамиду, теперь собирает ее, и наоборот.

Примечание. Если пирамида собрана неправильно — играющий ошибся, он еще раз выполняет задание.



**Подвижные игры для
средней группы
(возраст от 4 до 5 лет)**



«У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ»

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.



«ПТИЧКИ И КОШКА»

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.

«КРОЛИКИ»

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!».

«ГДЕ ПОЗВОНИЛИ»

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 звоночек 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 звоночек. 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!»



«ПОПАДИ МЕШОЧКОМ В КРУГ»

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!».





**Подвижные игры для старшей
группы**
(возраст от 5 до 6 лет)

«Мороз Красный нос».

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, играющие располагаются в одном из домов. Водящий – Мороз Красный нос становится посередине площадки лицом к играющим и произносит:

Я Мороз Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

Играющие отвечают хором:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз.

После слова «мороз» дети перебегают через площадку в другой дом, а водящий обгоняет их и старается коснуться рукой, «заморозить». «Замороженные» останавливаются на том месте, где до них дотронулись, и до окончания перебежки стоят не двигаясь. Воспитатель вместе с Морозом подсчитывает количество «замороженных». После каждой перебежки выбирают нового Мороза. В конце игры сравнивают, какой водящий Мороз заморозил больше играющих.

«Волк во рву».

Поперек площадки (зала) двумя параллельными линиями на расстоянии около 100 см одна от другой обозначен ров. В нем находится водящий - волк. Остальные дети - козы. Они живут в доме (стоят за чертой вдоль границы зала). На противоположной стороне зала линией отделено поле. На слова воспитателя «Козы, в поле, волк, во рву!» дети бегут из дома в поле и перепрыгивают по дороге через ров. Волк бежит во рву, стараясь осадить прыгающих коз. Осаленный отходит в сторону. Воспитатель говорит: «Козы, домой!» Козы бегут домой, перепрыгивая по пути через ров. После 2-3 перебежек выбирается или назначается другой водящий.

Указания. Коза считается пойманной, если волк коснулся ее в тот момент, когда она перепрыгивала ров, или если она попала в ров ногой. Для усложнения игры можно выбрать 2 волков.



Подвижная игра «Совушка».

Выбирается водящий - «совушка», остальные дети изображают бабочек, птичек и т. д. По сигналу воспитателя: «День!» - дети бегают по всему залу, на команду: «Ночь!» - замирают и останавливаются в том месте, где застала их команда. «Совушка» выходит из своего гнезда и тех, кто шевелится, забирает к себе. Игра повторяется.



«Ловишки с лентами».

Играющие строятся по кругу, каждый получает ленточку, которую он закладывает сзади за пояс или за ворот. В центре круга - ловишка. По сигналу «беги» дети разбегаются, а ловишка стремится вытянуть у кого-нибудь ленточку. Лишившийся ленточки отходит в сторону. По сигналу «Раз, два, три, в круг скорей беги», дети строятся в круг. Ловишка подсчитывает количество ленточек и возвращает их детям. Игра начинается с новым ловишкой.

Правила: Ловишка должен брать только ленту, не задерживая играющего. Играющий, лишившийся ленты, отходит в сторону.

Варианты: Выбрать двух ловишек. У присевшего играющего нельзя брать ленту. Играющие пробегают по «дорожке», «мостику», перепрыгивая через «кочки».



Подвижная игра «Быстро возьми».

Дети образуют круг и по сигналу воспитателя выполняют ходьбу или бег вокруг предметов (кубики, шишки, камешки, которых должно быть на один или два меньше, чем детей. На сигнал: «Быстро возьми!» - каждый играющий должен взять предмет и поднять его над головой. Тот, кто не успел поднять предмет, считается проигравшим. Игра повторяется 2-3 раза.



**Подвижные игры для
подготовительной группы**
(возраст 6-7 лет)

«Горелки»

Дети становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. По считалке выбирается Ловишка. Он становится на линию спиной к остальным детям. Все стоящие парами говорят:

«Гори, гори ясно,
чтобы не погасло.

Глянь на небо – птички летят,
Колокольчики звенят.

Раз, два, три – беги!»

С окончанием слов дети стоящие в последней паре бегут вдоль колонны (один – справа, другой - слева), стремясь схватиться за руки.

Ловишка старается поймать одного из пары и соединить с ним руки.

Если ловящий успел это сделать, он образует с пойманным новую пару и становится впереди колонны, а оставшийся без пары становится ловишкой. Если Ловишка не поймал, он остаётся в той же роли.

Во время произнесения слов Ловишка не оглядывается, ловить можно до того, как играющие возьмутся за руки.





«Совушка»

Все играющие птички, один ребёнок – сова, которая находится в стороне площадки. По сигналу «день» птички разлетаются, машут крыльями, клюют зёрнышки. На сигнал «ночь» все останавливаются и стоят неподвижно. Вылетает сова, высматривает тех, кто шевелится и забирает в гнездо. через 15-20 сек. Снова даётся сигнал «день», сова улетает в гнездо, дети – птички летают по площадке.

2 вариант.

Выбирается две совы. Принимать интересные позы.



«Пятнашки»

Выбирается водящий, который получает цветную повязку и становится в центр площадки. После сигнала: «Лови!» - все дети разбегаются по площадке, а водящий старается догнать кого-нибудь из играющих и осалить. Тот кого осалил водящий отходит в сторону. После 2-3 повторений Ловишка меняется.
2 вариант.

Нельзя пятнать того кто успел встать на одну ногу.

«Собери флажки»

На поле, площадке расставлены флажки через каждые 8-10м. в первом ряду флажков должно быть на два меньше, чем играющих, во втором ряду ещё на 2 меньше. Таким образом, если играют 10 детей то флажков должно быть в каждом ряду 8, 6, 4, 2, 1. по сигналу дети бегут, каждый старается завладеть флажком в первом ряду. Двое, не успевших это сделать, выбывают из игры. После второго этапа остаётся шесть участников, затем 4 и наконец двое сильнейших. Ребенок, овладевший последним флажком, становится победителем.

Усложнение: до флажков добраться прыжками с продвижением вперёд на двух ногах.



«Жмурки»

Выбирается водящий – жмурка. Он встаёт в середину комнаты, ему завязывают глаза, поворачивают несколько раз вокруг себя. Затем все дети разбегаются по комнате, а Ловишка старается кого-нибудь поймать. При виде какой-либо опасности для жмурки дети должны предупредить словом «Огонь!». Поймав кого-нибудь жмурка передаёт свою роль пойманному.

2 вариант.

Если игра проходит на улице, то очерчивается граница, за которую играющие не имеют права забегать.

Переступивший условленную границу считается сгоревшим и обязан заменить жмурку.

