

## 2 младшая группа (3-4 года)

### Игра «Зайка серенький сидит»

*Цель:* приучать детей слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом; учить их подпрыгивать, хлопать в ладоши, убегать, услышав последние слова текста. Доставить детям радость.

*Описание:* Воспитатель говорит детям, что все они зайки, и предлагает им выбежать на полянку. Дети выходят на середину комнаты (площадки), становятся около воспитателя и приседают на корточки. Воспитатель произносит текст:

**Зайка серенький сидит**

**И ушами шевелит.**

**Вот так, вот так**

**Он ушами шевелит.** *Дети шевелят кистями рук, подняв их к голове.*

**Зайке холодно сидеть,**

**Надо лапочки погреть.**

**Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп,**

**Надо лапочки погреть.** *Со слова "хлоп" и до конца фразы дети хлопают в ладоши.*

**Зайке холодно стоять,**

**Надо зайке поскакать,**

**Скок-скок, скок-скок,**

**Надо зайке поскакать.** *Со слов "скок-скок" и до конца фразы дети подпрыгивают на обеих ногах на месте.*

**Мишка зайку повстречал,**

**Зайка прыг и ускакал.**

Воспитатель показывает игрушку мишку - и дети убегают на свои места.

### Игра «Перелет птиц»

Дети становятся на небольшое возвышение – доску, кубики, бруски (высота 5-10 см) – по одной стороне площадки. Воспитатель говорит: «На улице солнышко светит, все птички вылетают из гнёздышек, ищут зёрнышки, крошки». Дети прыгивают с возвышений, «летают» (бегают, размахивая руками – «крыльями»), приседают, «клюют» зёрнышки (стучат пальчиками по земле). Со словами воспитателя: «Дождик пошёл! Все птички спрятались в гнёздышки!» - дети бегут на свои места. Перед игрой воспитатель должен приготовить невысокие скамеечки или такое количество кубиков, брусков, чтобы хватило всем желающим играть. Расположить их надо в одной стороне площадки на достаточном расстоянии друг от друга, чтобы дети не толкались и могли свободно занять свои места. Нужно показать детям, как мягко прыгивать, помочь им подняться на возвышение после бега. При повторении игры сигнал можно давать одним словом: «Солнышко!» или «Дождик!» Дети должны знать, по какому сигналу что нужно делать.

### Игра «Бусы»

Для игры подготовьте длинный цветной шнур и короткий шнурочек, на который нанижите колечки от пирамидки или какие-либо другие предметы любой формы – это «бусы». Концы шнурочка не завязывайте.

Держа шнурочек за концы сзади шеи, вы как будто надели бусы. Покажите их детям и спросите, что вы надели, как это называется? Малыши могут ответить не сразу, их смущают знакомые колечки от пирамидки; не удивляйтесь, если кто-то из малышей скажет, что это пирамидка, но кто-то обязательно узнает и назовёт их правильно – «бусы».

Отпустите концы шнурочка, и «бусы» неожиданно для детей падают на пол.

Малыши собирают рассыпавшиеся «бусинки», а вы помогаете нанизать их на шнурочек; свяжите концы и повесьте бусы на видное место.

### Игра «Скачет зайка по дорожке»

Воспитатель надевает одному ребёнку шапочку зайчика и ставит его в центр круга. Выполняем движения в соответствии со словами песенки

Вышли дети на лужок,

Заглянули под кусток,

Увидали зайчика, поманили пальчиком.

(дети прикладывают **ладошку к глазам** «*всматриваются*», затем манят пальчиком)

**Зайка, зайка**, попляши,

Твои лапки **хороши**.

Стал наш зайнышка плясать,

Малых деток забавлять. (*дети хлопают в ладоши, зайка пляшет*)

Вместе с зайчиком скорей

Мы попляшем веселей. (*все пляшут*)

### Игра «Котят и щенята»

**Правила:** дети разделены на две команды: котят и щенят. Котята находятся у гимнастической стенки, щенята - на другой стороне зала за скамейками в будках.

По сигналу котята начинают бегать. На слово "котята" они произносят "мяу", в ответ щенята лают "ав-ав-ав", перелезают через скамейку и на четвереньках бегут за котятами, которые должны быстро забраться на гимнастическую стенку.

Щенята возвращаются в свои будки. После 2-3 повторений дети меняются ролями

### Игра «Кошка и мышки»

Дети мышки на одной стороне площадки, кот воспитатель на другой. Кот засыпает, мышки бегают по площадке. Кот просыпается, мяукает и начинает ловить мышей. Они убегают. Когда игра усвоена, роль кота исполняет ребенок.

Вышли мышки как-то раз

Посмотреть который час.

Мышки дернули за гири.

Вдруг раздался страшный звон,

Побежали мышки вон!

Мышки должны перебежать на другую сторону площадки. Когда кошка поймает мышку, воспитатель назначает на эти роли других детей.

### Игра «У медведя во бору»

**Цель:** закреплять умение двигаться враспынную, имитировать игровые движения, двигаться в соответствии с текстом.

**Ход игры:** дети располагаются на одной стороне зала, а водящий на другой. Игроки двигаются к спящему медведю со словами:

У медведя во бору

Грибы-ягоды беру.

А медведь не спит

И на нас рычит.

Медведь с рычанием пытается поймать детей, те убегают. Поймав кого-либо, отводит к себе. Игра повторяется.

### **Игра «Пузырь»**

Дети стоят вплотную по кругу, взявшись за руки. Вместе с воспитателем они говорят:

Раздувайся, пузырь,  
Раздувайся большой,  
Оставайся такой,  
Да не лопайся.

Произнося стихи, дети постепенно расширяют круг. Когда воспитатель скажет «пузырь лопнул», все дети опускают руки, хором говорят «хлоп» и присаживаются на корточки. Воспитатель предлагает надуть новый пузырь: дети встают, снова образуют маленький круг, и игра возобновляется. *Вариант игры:* после слов «Да не лопайся» дети не присаживаются, а воспитатель говорит: «Полетели пузыри». Дети разбегаются, куда кто хочет (в пределах площадки), а воспитатель говорит: «Полетели, полетели, полетели!...»

### **Игра «Лохматый пес»**

*Цель:* совершенствовать умение двигаться в рассыпную, двигаться в соответствии с текстом, развивать ориентировку в пространстве, ловкость. *Ход игры:* дети стоят на одной стороне зала. Водящий – пес – на другой стороне. Дети тихо подходят к нему со словами:

Вот лежит лохматый пес,  
в лапы свой уткнувши нос.  
Тихо, смирно он лежит,  
не то дремлет, не то спит.  
Подойдем к нему, разбудим,  
и посмотрим что-то будет!

После этих слов пес вскакивает и громко лает. Дети разбегаются, а пес старается их поймать.

### **Игра «Бегите ко мне»**

*Цель:* Учить детей действовать по сигналу. Упражнять в ходьбе и беге в прямом направлении.

*Ход:* Дети сидят на стульях, поставленных у одной из стен комнаты. Воспитатель отходит к противоположной стене и говорит «бегите ко мне!». Дети бегут к воспитателю. Воспитатель приветливо их встречает. Затем он переходит на другую сторону площадки и говорит «бегите ко мне!» На слова воспитателя «Бегите домой!» дети садятся на стульчики и отдыхают. *Правила:* Бежать к воспитателю только после слов «Бегите ко мне!» Дети бегут к стульям и садятся только после слов «Бегите домой!» *Варианты:* Вначале дети могут занимать любой стул, а затем находить свое место. Внести колокольчик. Позвонить, сигнал «Побежали!».

### **Игра «Мы топаем ногами»**

Дети становятся в круг на таком расстоянии друг от друга, чтобы при движении не задевать соседей. Воспитатель вместе с детьми произносит текст медленно, с расстановкой, давая детям возможность сделать то, о чем говорится в стихотворении:

Мы топаем ногами,  
Мы хлопаем руками,  
Киваем головой,  
Мы руки поднимаем,  
Мы руки опускаем,  
Мы руки подаем.

С этими словами дети дают руки друг другу, образуя круг. Далее они продолжают; И бегаем кругом, И бегаем кругом. Через некоторое время воспитатель говорит; "Стой". Все останавливаются.

### **Игра «Мыши и кот» (с бегом)**

*Цель:* приучать детей бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга; ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя. *Ход:* Дети сидят на скамейках – это «мыши в норках». На противоположной стороне площадки сидит «кот», роль которого исполняет воспитатель. «Кот» засыпает (закрывает глаза), а «мыши» разбегаются по площадке. Но вот «кот» просыпается, потягивается, мяукает и начинает ловить «мышей». «Мыши» быстро убегают и прячутся в «норках» (занимают свои места). Пойманных «мышек» «кот» уводит к себе. Когда остальные «мыши» спрячутся в «норках», «кот» ещё раз проходит по площадке, затем возвращается на своё место и засыпает. «Мыши» могут выбегать из «норок» тогда, когда «кот» закроет глаза и заснёт, а возвращаться в «норки» - когда «кот» проснётся и замяукает. Воспитатель следит, чтобы все «мышки» выбегали и разбегались как можно дальше от «норок». «Норками», кроме скамеек, могут служить дуги для подлезания, и тогда дети – «мышки» - выползают из своих «норок».

### **Игра «Найди свой цвет»**

У детей в руках платочки трех цветов (зеленые, желтые, красные). В трех углах комнаты цветные флажки на подставках. По сигналу «идите гулять» дети расходятся по площадке, по сигналу «найди свой цвет» бегут к флажку соответствующего цвета.

### **Игра «Лягушки»**

На середине площадки или зала воспитатель раскладывает толстый шнур в форме круга. Дети стоят за кругом. Воспитатель говорит:

«Вот лягушка по дорожке  
Скачет, вытянувши ножки.  
Ква-ква, ква-ква-ква!  
Скачет, вытянувши ножки».

Дети, повернувшись друг за другом, подпрыгивают на двух ногах, продвигаясь вперед по кругу. По окончании четверостишья воспитатель хлопает в ладоши — пугает лягушек; малыши перепрыгивают через черту и присаживаются на корточки лягушки прыгают в болото.

### **Игра «Береги кубик»**

Дети стоят по кругу, слегка расставив ноги, руки за спиной. У ног каждого ребенка лежит кубик. Водящий находится в центре и по сигналу воспитателя приближается к детям, стараясь взять кубик или дотронуться до него. Те в свою очередь приседают, закрывая кубик руками. Водящий уходит, и ребенок быстро встает. По окончании игры подсчитывают количество ребят, не успевших защитить свой кубик.

### **Игра «Бегите к флажку»**

*Цель:* развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу, упражнять в беге, ходьбе.

*Описание игры:* дети получают флажки двух цветов: одни - синего, другие - красного. Воспитатель становится на одной стороне площадки и держит в одной руке синий, в другой - красный флажок. Дети с флажками синего цвета свободно группируются возле воспитателя напротив синего флажка, дети с красными флажками - напротив красного. Затем воспитатель предлагает всем погулять, и дети начинают ходить и бегать по площадке. Воспитатель в это время переходит на другую сторону площадки и говорит:

«Раз, два, три, скорей сюда беги» и протягивает в стороны руки с флажками, дети бегут к нему и собираются возле руки с флажком соответствующего цвета. Когда все дети соберутся, воспитатель предлагает поднять флажки вверх и помахать ими. Игра проводится 4—5 раз

### **Игра «По ровненькой дорожке»**

Воспитатель говорит ритмично, в определенном темпе, следующий текст:

По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке (дети идут шагом)

Шагают наши ножки

раз, два, раз, два.

По камешкам, по камешкам,

По камешкам, по камешкам, (прыгают на двух ногах, слегка продвигаясь вперед)

В яму - бух. (присаживаются на корточки)

Вылезли из ямы. (дети поднимаются).

После двух-трех повторений воспитатель произносит такой текст:

По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке (дети идут шагом)

Устали наши ножки,

Устали наши ножки.

Вот наш дом

Там мы живем (дети идут или бегут к стульям и занимают каждый свое место)

### **«Прокати мяч»**

**Цель:** учить детей катать мяч двумя руками друг другу.

**Атрибуты:** мячи, стулья или скамейки.

**Ход игры:** Дети подходят к стульям (скамейке, на которых заранее разложены мячи большого диаметра, берут их и становятся на исходную линию, обозначенную шнуром. По команде воспитателя:

«Покатили!», оттолкнув мяч двумя руками, прокатывают его в прямом направлении и догоняют. На исходную линию малыши возвращаются шагом. Упражнение повторяется. Задание необходимо выполнять по команде воспитателя покатили.

### **«Мой весёлый звонкий мяч»**

**Цель:** учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убегать только тогда, когда будут произнесены последние слова.

**Ход игры:** Дети стоят с одной стороны площадки, около них воспитатель с мячом в руках. Он показывает, как легко и высоко подпрыгивает мяч, если его отбивать рукой, сопровождая действия словами:

Мой весёлый звонкий мяч,

Ты куда пустился вскачь?

Красный, жёлтый, голубой,

Не угнаться за тобой.

Затем воспитатель предлагает детям выполнить прыжки, при этом отбивая мяч о землю. Прочитав снова стихотворение, он говорит: «Сейчас догоню!» Дети перестают прыгать и убегают. Воспитатель делает вид, что ловит их. Воспитатель, не пользуясь мячом, предлагает детям выполнить прыжки, сам же при этом поднимает и опускает руку над головами детей, как будто отбивает мячи.

### **«Найди свой домик»**

**Цель:** развивать ориентировку в пространстве;

**Ход игры:** Дети-цыплята стоят каждый в своём домике-колечке. По команде «Цыплята, бегите гулять!» дети бегают по залу, по команде «Все по домам!» или «Ястреб летит!» дети занимают свои домики.

**Воспитатель:** Всем домиков хватило? Каждый цыпленок свой домик нашел? Молодцы! А теперь немного отдохнем. Поднимаем крылышки и смотрим вверх-вдох, опускаем и смотрим вниз – выдох. Дети выполняют дыхательное упражнение два-три раза.

**Инструктор.** Цыплятки, несите свои домики и складывайте на их место.

Игра **повторяется** по желанию детей несколько раз.

#### «Доползи до погремушки»

**Цель:** учить детей подлезать под шнур, не задевая его; упражнять в ползании по ограниченной площади; развивать навыки лазанья, воспитывать смелость и ловкость.

**Ход игры:** сначала педагог предлагает одному ребенку показать, как нужно подлезать под шнур, и при этом объясняет: «Лена подходит к шнуру, становится на четвереньки (с опорой на ладони и колени) и выполняет ползание, как «жучок», голову наклоняет так, чтобы не задеть шнур. Доползла до погремушки, встала, взяла погремушку и погремела ею». После показа и объяснения воспитатель предлагает детям занять исходное положение и по сигналу приступить к выполнению задания.

Упражнение повторяется 3 раза.

**Правила:** не толкаться, выполнять задание по сигналу воспитателя

**Варианты:** подлезание под дугу.

#### «Наседка и цыплята».

**Цель:** упражнять детей действовать по сигналу педагога, выполнять ходьбу, бег врассыпную, подлезание под препятствие, не касаясь руками пола, использовать всю площадь зала

**Ход игры:** Играющие дети изображают цыплят, воспитатель — наседку. Цыплята с наседкой находятся в доме (место, огороженное натянутой между стойками или стульями веревкой на высоте 35—40 см). В стороне живет воображаемая большая птица. Наседка подлезает под веревку и отправляется на поиски корма. Она зовет цыплят: «Ко-ко-ко-ко». По ее зову цыплята подлезают под веревку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют, наклоняются, приседают, ищут корм. По словам воспитателя «Большая птица летит!» все цыплята быстро убегают и прячутся в доме... Когда цыплята возвращаются домой, убегая от большой птицы, воспитатель может приподнять веревку повыше, чтобы дети не задели ее.

#### «Угадай, кто кричит»

**Цель:** Развивать у детей наблюдательность, внимание, активность.

**Ход игры:** Дети сидят полукругом на стульях, перед ними на расстоянии нескольких шагов ставится ширма. Воспитатель называет кого-нибудь по имени, и тот идет за ширму, договориться, какое животное или птицу ребенок будет изображать. За ширмой раздается мычание коровы, лай собаки и т.д.

Воспитатель предлагает одному из детей отгадать, кто кричит.

#### **Художественное слово:**

Вот какой красивый дом.

Кто же в домике живет?

Тук-тук, кто же в домике живет?

**Варианты:** Включить запись голосов животных.

#### «Поезд»

**Цель:** упражнять детей выполнять ходьбу, бег в колонне по одному с изменением темпа, действовать по сигналу, находить свое место в колонне.

**Ход игры:** Дети строятся в колонну по одному (не держась друг за друга). Первый — паровоз, остальные — вагоны. Воспитатель дает гудок, и поезд начинает двигаться вперед, вначале медленно, потом быстрее, быстрее и наконец, дети переходят на бег. «Поезд подъезжает к станции», — говорит воспитатель. Дети замедляют постепенно шаг, и поезд останавливается. Дети выходят погулять: они расходятся по полянке, собирают цветы, ягоды, грибы, шишки. Услышав гудок, они снова собираются в колонну, и движение поезда возобновляется. ... Вначале дети строятся в колонну в любом порядке, а к концу года привыкают запоминать свое место в колонне — находить свой вагон. Можно изменить сюжет игры, например поезд, может остановиться у речки, тогда дети изображают катание на лодках, ловлю рыбы и т. п.

### «Кто бросит дальше мешочек»

**Цель:** упражнять детей метать на дальность правой и левой рукой, действовать по сигналу.

**Ход игры:** Дети стоят на одной стороне зала (площадки) за начерченной линией или положенной веревкой. Каждый из играющих получает мешочек, по сигналу воспитателя все дети бросают мешочки вдаль. Каждый внимательно следит за тем, куда упадет его мешочек. По следующему сигналу дети бегут за мешочками, поднимают их и становятся на то место, где лежал мешочек. Они поднимают двумя руками мешочек над головой. Воспитатель отмечает детей, которые бросили мешочек дальше всех. Дети возвращаются на исходные места.

Игру лучше проводить с половиной группы. Бросать мешочки нужно по заданию воспитателя и правой и левой рукой.

### «Паучок»

С помощью считалочки выбирают одного ребенка, он будет играть роль паучка.

Остальные ребята берутся за руки, и образуют круг.

Паучок садится в центр круга на корточки.

Дети начинают водить хоровод вокруг паучка, громко приговаривая:

— Паучок-паучок,

Тоненькие ножки,

Красные сапожки,

Мы тебя кормили,

Мы тебя поили,

На ноги поставили. (игроки подходят к жучку и помогают ему встать на ноги)

Танцевать заставили.

Танцуй, сколько хочешь

Выбирай, кого захочешь!

(паучок танцует и выбирает из круга того кто будет паучком с следующим кону)

После этого игра начинается сначала, уже с новым «паучком».

### «Найди, что спрятано»

**Цель:** упражнять в ходьбе в разных направлениях, развивать внимание, ориентировку в пространстве.

**Ход игры:** Дети стоят вдоль стены комнаты. Педагог показывает игрушку (предмет), говорит, что, спрячет его. Дети поворачиваются лицом к стене. Воспитатель, прячет флажок и говорит: «Пора» Дети ищут спрятанный флажок. Тот, кто первым найдет флажок, прячет его при повторении игры.

Игра повторяется 3–4 раза.

*Указания.* Если дети долго не могут найти флажок, воспитатель подходит к месту, где он спрятан, и предлагает поискать там. Когда флажок прячет ребенок, ему надо помочь.

### «Угадай, кто и где кричит»

**Цель:** развивать внимание, память.

**Ход игры:** Дети становятся в круг спиной к центру. Воспитатель стоит в кругу. Он назначает водящего, который тоже становится в середину круга и подражает крику какого-либо домашнего животного или птицы. После этого все дети поворачиваются, лицом в круг. Тот, на кого укажет воспитатель, отгадывает, кто кричал. Затем назначается новый водящий.

Игра повторяется 5-6 раз.

### «Трамвай»

**Цель:** упражнять детей выполнять ходьбу, бег в колонне по два, действовать в соответствии с цветовым сигналом, сообща, выполнять подлезание.

**Ход игры:** Дети стоят в колонне парами, держа друг друга за руку. Свободными руками они держатся за шнур, концы которого связаны, т. е. одни дети держатся за шнур правой рукой, другие - левой. Это трамвай. Воспитатель стоит в одном из углов комнаты, держа в руках три цветных флага: желтый, красный, зеленый. Он объясняет, что на зеленый сигнал надо двигаться, на красный, желтый - останавливаться. Воспитатель поднимает зеленый флаг - трамвай едет, дети бегут вокруг комнаты (площадки). Добежав до воспитателя (светофора), дети смотрят, не сменился ли цвет. Если по-прежнему зеленый цвет, то движение трамвая продолжается, если поднят красный или желтый флаг, дети останавливаются и ждут, когда появится зеленый флаг, чтобы снова можно было двигаться. При небольшом количестве детей, можно поставить их в одну колонну. Можно на пути организовать остановку. Подъезжая к ней, трамвай замедляет ход, останавливается. Для того чтобы войти и выйти, дети приподнимают шнур.

### «Мышки в кладовой»

Дети-мышки сидят в норках - на стульях или на скамейках, расположенных вдоль стены комнаты или по одной стороне площадки. На противоположной стороне протянута веревка на высоте 40—50 см — это кладовая. Сбоку от играющих сидит кошка — воспитатель. Кошка засыпает, и мышки бегут в кладовую. Проникая в кладовую, они нагибаются, чтобы не задеть веревку.

Воспитатель: «Мышки, мышки, выходите.

Порезвитесь, попляшите,  
Выходите поскорей,  
Спит усатый кот злодей!»

Мыши: «Тра-та-та, тра-та-та,

Не боимся мы кота»

Кошка просыпается, мяукает и бежит за мышами. Они убегают в норки (кошка не ловит мышей, а только делает вид, что хочет поймать их). Игра возобновляется. После неоднократного, проведения игры роль кошки исполняет ребенок.

Во второй половине года, когда дети усвоят правила, можно ввести усложнение кошка ловит мышей, пойманные пропускают одну игру (остаются сидеть на стульчиках в доме кошки), при последующем повторении снова играют.

### «Зайка»

**Цель:** Учить детей передавать настроение, вызывать радость.

**Ход игры:** Дети становятся в круг, держась за руки. В центре круга стоит грустный зайка. Дети поют: Зайка, зайка! Что с тобой?

Ты сидишь совсем больной.

Ты вставай, вставай, скачи!

Вот морковку получи! (2 раза)

Получи и попляши!

Все дети подходят к зайке и дают ему воображаемую морковку. Зайчик берёт морковку, делается весёлым и начинает плясать. А дети хлопают в ладоши. Потом выбирается другой зайка.

### «Попади в круг»

**Цель:** упражнять детей в метании в горизонтальную цель двумя руками снизу.

**Ход игры:** Дети стоят по кругу на расстоянии 2—3 шагов от лежащего в центре большого обруча или круга (из веревки или начерченного на полу, диаметр 1—1,5 м). В руках у детей мешочки с песком. По сигналу воспитателя «Бросай!» все дети бросают мешочки в круг. Затем воспитатель говорит: «Поднимите мешочки». Дети поднимают мешочки и становятся на место.

*Указания.* Мешочек надо бросать обеими руками.

### «Такси»

**Цель:** приучать детей двигаться вдвоём, соразмерять движения друг с другом, менять направление движений, быть внимательным к партнёрам по игре.

**Ход игры:** Дети становятся внутрь небольшого обруча, держат его в опущенных руках: один – у одной стороны, другой за другом. Первый ребёнок – «водитель» такси, второй – «пассажир». Дети бегают по площадке (дорожке). Через некоторое время меняются ролями. Одновременно могут играть 2-3 пары детей, а если позволяет площадь – то больше. Когда дети научатся бегать в одном направлении, воспитатель может дать задание двигаться в разных направлениях, делать остановки. Можно место остановки обозначить флажком или знаком стоянки такси. На остановке «пассажиры» меняются, один выходит из такси, другой садится.

### «Поймай снежинку/комара»

**Цель:** упражнять детей выполнять прыжки вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка, не уменьшать круг во время подпрыгиваний.

**Ход игры:** Дети стоят по кругу лицом к центру на расстоянии вытянутых рук. Воспитатель находится в середине круга. В руках у него прут (длина 1—1,5 м) с привязанным на шнуре комаром из бумаги или материи. Воспитатель кружит шнур немного выше голов играющих. Когда комар пролетает над головой, дети подпрыгивают, стараясь поймать его обеими руками. Тот, кто поймает комара, говорит: «Я поймал!».

Надо следить, чтобы дети не уменьшали круг во время подпрыгиваний. Вращая прут с комаром, воспитатель то опускает, то приподнимает его.

### «Зимний хоровод»

Дети образуют круг, поворачиваются лицом к центру круга, встают на некотором расстоянии друг от друга. Педагог в центре круга читает текст, выполняя движения, которые дети повторяют за ним.

Пришла снежная зима, хлопают в ладоши

Наступили холода.

Выпал беленький снежок, потряхивают кистями рук на уровне груди

Разгулялся ветерок.

Нам пора идти гулять выполняют пружинку

Значит, надо надевать

Теплые валенки выполняют 2 наклона вперед

На ножки, на маленькие

По снежочку

Топ – топ – топ,

Валеночки хлопают в ладоши

Хлоп – хлоп – хлоп

По снегу ножки маленькие наклоны влево – вправо, руки на поясе

Гуляют в теплых валенках.

### «Кролики»

**Цель:** упражнять детей действовать по сигналу, выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, бег врассыпную, подлезание под шнур, не касаясь руками пола.

**Ход игры:** Дети располагаются за веревкой (шнуром), натянутой на высоте 50 см от пола, - они «кролики в клетках». По сигналу воспитателя: «Скок – поскок на лужок» - все «кролики» выбегают из клеток (подлезают под шнур, не касаясь руками пола), скачут (прыжки на двух ногах, щиплют травку). На сигнал: «Сторож!» - все «кролики» убегают обратно (но не подлезают под шнур, а забегают за стойку).

### «Жмурки»

**Цель:** учить ориентироваться в пространстве с завязанными глазами, соблюдать правила игры и прислушиваться к различным движениям играющих.

**Материал:** небольшое ограниченное пространство (веранда, зал). Косынка.

**Ход игры:** воспитатель одному из детей завязывает глаза, а другие тихо стоят или тихо бегают на ограниченном месте, «жмурка» пытается поймать детей. Кого поймал, тот и «жмурка».

### «Птички в гнездышках»

**Цель:** упражнять детей действовать по сигналу, выполнять бег и ходьбу врассыпную, перешагивание через обруч, ориентироваться в пространстве, использовать всю площадь зала.

**Ход игры:** Дети – «воробышки» с помощью воспитателя распределяются на 3-4 группы и становятся внутри «гнезд» (обручей большого диаметра или кругов, образованных из шнуров или веревок). По сигналу воспитателя: «Полетели!» - «воробышки» вылетают из «гнезда», перешагивая через обруч и разбегаются по всему залу. Присаживаются на корточки – «клюют зернышки». По сигналу: «Птички, в гнезда!» - убегают в свои «гнезда».

### «Воробышки и кот»

**Цель:** упражнять детей выполнять прыжки с высоты.

**Ход игры:** Дети стоят на скамеечках, на больших кубиках, положенных на полу в одной стороне площадки. Это воробышки на крыше. В стороне сидит кот (воспитатель или кто-нибудь из детей). Кот спит. «Воробышки полетели»,— говорит воспитатель. Воробышки спрыгивают с крыши, расправив крылья, разлетаются во все стороны. Но вот просыпается кот. Он произносит «мяу-мяу» и бежит ловить воробышков, которые прячутся на крыше. Пойманных воробышков кот отводит к себе в дом.

*Указания.* Следить, чтобы дети мягко приземлялись, спрыгивали на носки и сгибали колени.

### «Сбей кеглю»

**Цель:** упражнять детей в метании в горизонтальную цель

**Атрибуты:** пластмассовые кегли, шары или мячи диаметром 15-20 см.

**Ход игры:** на земле чертят линию. На расстоянии 1-1,5 м от нее ставят 2-3 большие кегли (*расстояние между кеглями 15-20 см*). Дети по очереди подходят к этому месту, берут в руки лежащие мячи, катят их, стараясь сбить кеглю. Прокатив 3 мяча, ребенок бежит, собирает их и передает следующему играющему.

### «Не опоздай»

**Цель:** упражнять детей действовать по сигналу, бегать в разных направлениях одновременно всей группой, использовать всю площадь зала, находить свою игрушку.

**Ход игры:** На полу по кругу раскладываются кубики или погремушки. Дети становятся у кубиков. По сигналу воспитателя они бегают по всей комнате, не задевая друг друга и не сбивая кубиков. По сигналу «Не опоздай!» дети бегут к своим кубикам.

### «Проползи, не задень»

**Цель:** учить детей проползать, не задевая за препятствие, развивать координацию движений, ловкость.

**Ход игры:** Дети располагаются в одной стороне комнаты. На расстоянии 3-4 м от них ставятся стулья, на сиденья которых положены гимнастические палки или длинные рейки. Двое или трое детей должны проползти под палками, стараясь не задеть их, доползти до скамейки, на которой лежат флажки, встать, взять флажки и помахать ими, затем бегом возвратиться обратно.

## «Подарки»

Дети стоят в кругу, выбирается водящий в центр

*Принесли мы всем подарки,*

*Кто захочет, тот возьмет.*

*Вот вам кукла с лентой яркой,*

*Конь, волчок и самолет.*

Ребенок выбирает подарок.

Если названа кукла, то ...

*Кукла, кукла попляши,*

*Красной лентой помаши.*

Ребенок выбирает нового ведущего

Идем, говорим слова...

*Принесли мы всем подарки,*

*Кто захочет, тот возьмет.*

*Вот вам кукла с лентой яркой,*

*Конь, волчок и самолет.*

Ребенок выбирает подарок

Если выбрали волчок, то...

*Вот так кружится волчок,*

*Прожужжал и на бок лег.*

Ребенок выбирает нового ведущего

Идем, говорим слова...

*Принесли мы всем подарки,*

*Кто захочет, тот возьмет.*

*Вот вам кукла с лентой яркой,*

*Конь, волчок и самолет*

Ребенок выбирает подарок

*Самолет летит, летит,*

*Смелый летчик в нем сидит.*

*Заводят моторы: др-р-р-р. Полетели. У-у-у-у*

Идем, говорим слова...

*Принесли мы всем подарки,*

*Кто захочет, тот возьмет.*

*Вот вам кукла с лентой яркой,*

*Конь, волчок и самолет*

*Скачет конь наш цок, цок, цок,*

*Слышен топот быстрых ног.*

## «С кочки на кочку»

**Цель:** развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.

**Ход игры:** Очертите прутиком на площадке большой круг - это болото. На болоте много кочек - кружков (диаметр 30-35см), расположенных в произвольном или шахматном порядке. Вокруг болота располагаются дети - лягушата. Воспитатель предлагает лягушатам перепрыгнуть с кочки на кочку (на двух ногах), не замочив лапок. Игру можно повторить 3-4 раза.

### «Ходит Ваня»

**Цель:** учить стоять в кругу, подпевать песни, воспитывать доброжелательные отношения друг к другу.

**Ход игры:** Дети и воспитатель становятся в круг. Воспитатель, и дети ходят по кругу и приговаривают слова:

Ходит Ваня, ходит Ваня,

Посреди кружочка

Ищет Ваня, ищет Ваня,

Для себя дружочка

Нашел Ваня. Нашел Ваня

Для себя дружочка

Один ребенок находится в кругу и выбирает себе дружочка на слова: Нашел Ваня, нашел Ваня для себя дружочка.

Стоя в кругу, они танцуют, а остальные дети хлопают в ладоши. Затем воспитатель меняет ведущего, игра продолжается.

### «Поймай мяч, подбрось повыше»

**Цель:** упражнять детей бросать мяч вверх.

**Ход игры:** Ребенок подбрасывает мяч как можно выше, стараясь бросить его прямо над головой, и ловит его. Если ребенок не сможет поймать мяч, то поднимает его с пола и снова подбрасывает как можно выше.

*Указания.* Ребенок может подбрасывать мяч и одной и двумя руками.

### «Карусели»

**Цель:** Учить детей говорить в быстром и медленном темпе, согласовывать движения со словами стихотворения, реагировать на словесный сигнал. Развивать внимание и умение ориентироваться.

**Ход игры:** Педагог предлагает детям покататься на карусели. Держит в руках обруч (находясь в середине обруча) с привязанными к нему разноцветными ленточками. Дети берутся за ленточки, воспитатель двигается с обручем. Дети идут, а затем бегут по кругу. Воспитатель говорит:

Еле-еле, еле-еле завертелись карусели,

А потом, а потом всё бегом, бегом, бегом!

Тише, тише, не бегите, карусель остановите,

Раз и два, раз и два, вот и кончилась игра!

Дети останавливаются.

### «Птичка и птенчики»

**Цель:** упражнять детей действовать по сигналу педагога, выполнять бег и ходьбу врассыпную, ориентироваться в пространстве, использовать всю площадь зала.

**Ход игры:** Дети делятся на группы по 5—6 человек. Каждая группа имеет свой домик — гнездышко (начерченный мелом круг, положенный на пол большой обруч или связанную за концы веревку и т.п.).

Дети сидят на корточках, изображают птенчиков в гнездышках, воспитатель — птичку. По сигналу: «Полетели, полетели птенчики зернышки искать» птенчики вылетают из гнездышка и стараются улететь за кормом подальше. По сигналу воспитателя: «Полетели домой, в гнездо!» птенчики возвращаются в свои гнездышки.

Воспитатель напоминает, что нельзя залетать в чужое гнездышко, улетать надо подальше от дома, там больше корма для птичек.

### «Иди тихо»

**Цель:** ознакомить с ходьбой в заданном направлении, развивать умение сохранять равновесие.

**Ход игры:** Дети идут в свободном построении в одном направлении. Воспитатель предлагает идти тихо на носочках(показывает как это надо делать). Затем дает сигнал: «А теперь зашагали быстро». Скорость ходьбы по сигналу меняется несколько раз.

### «Обезьянки»

**Цель:** упражнять детей выполнять лазание по гимнастической стенке.

**Ход игры:** Воспитатель предлагает детям по одному или по двое подойти к гимнастической стенке, встать лицом к ней и взобраться до 3—4 рейки. Это обезьянки. Остальные дети сидят или стоят и смотрят, как обезьянки собирают на деревьях фрукты. Затем на деревья взбираются другие обезьянки.

**Указания.** Когда дети научатся уверенно взбираться на лесенку и спускаться с нее, надо усложнить задание, предложив им перебираться с пролета на пролет стенки — с дерева на дерево.

### «Вышел мишка на лужок»

**Цель:** Умение ходить по кругу, выдержку.

**Ход игры:** Дети встают в круг, в центре стоит водящий - «Мишка». Играющие идут по кругу, взявшись за руки, и говорят:

*Вышел Мишка на лужок,  
Собрались мы все в кружок.  
Мишка хлопает в ладоши,  
Он у нас такой хороший.*

Дети останавливаются, хлопают в ладони и говорят:

*С Мишкой хлопайте в ладоши,  
Ну-ка, вместе, раз, два, три,  
А теперь – замри!*

Дети замирают в различных позах. Водящий - «Мишка» идет по кругу и уводит с собой в центр круга, тех детей, которые пошевелились. Затем водящий выбирает нового «Мишку».

### Правила

По считалке выбирается водящий – «Мишка».

**Перспективный план подвижных игр во второй младшей группе.**

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<b>Сентябрь</b>	<b>1. Обучение:</b> «Бегите ко мне» (бег) <b>2. Закрепление:</b> «Мой веселый, звонкий мяч» (прыжки) <b>3. Упражнение:</b> «Прокати мяч» (метание) <b>4. Усложнение:</b> «Доползи до погремушки» (лазанье) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Пузырь» (хороводная)	<b>1. Обучение:</b> «Найди свой домик» (ориентировка в пространстве) <b>2. Закрепление:</b> «Бегите ко мне» (бег) <b>3. Упражнение:</b> «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки) <b>4. Усложнение:</b> «Прокати мяч» (метание) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Доползи до погремушки» (лазанье)	<b>1. Обучение:</b> «Наседка и цыплята» (лазанье) <b>2. Закрепление:</b> «Найди свой домик» (ориентировка в пространстве) <b>3. Упражнение:</b> «Бегите ко мне» (бег) <b>4. Усложнение:</b> «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Прокати мяч» (метание)	<b>1. Обучение:</b> «Угадай, кто кричит?» (м/п) <b>2. Закрепление:</b> «Наседка и цыплята» (лазанье) <b>3. Упражнение:</b> «Найди свой домик» (ориентировка в пространстве) <b>4. Усложнение:</b> «Бегите ко мне» (бег) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<b>Октябрь</b>	<b>1. Обучение:</b> «Поезд» (бег) <b>2. Закрепление:</b> «Угадай, кто кричит?» (м/п) <b>3. Упражнение:</b> «Наседка и цыплята» (лазанье) <b>4. Усложнение:</b> «Найди свой домик» (ориентировка в пространстве) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Бегите ко мне» (бег)	<b>1. Обучение:</b> «По ровненькой дорожке» (прыжки) <b>2. Закрепление:</b> «Поезд» (бег) <b>3. Упражнение:</b> «Угадай, кто кричит?» (м/п)  <b>4. Усложнение:</b> «Наседка и цыплята» (лазанье) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Найди свой домик» (ориентировка в пространстве)	<b>1. Обучение:</b> «Кто бросит дальше мешочек» (метание) <b>2. Закрепление:</b> «По ровненькой дорожке» (прыжки) <b>3. Упражнение:</b> «Поезд» (бег) <b>4. Усложнение:</b> «Угадай, кто кричит?» (м/п) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Наседка и цыплята» (лазанье)	<b>1. Обучение:</b> «Паучок» (хороводная) <b>2. Закрепление:</b> «Кто дальше бросит мешочек» (метание) <b>3. Упражнение:</b> «По ровненькой дорожке» (прыжки) <b>4. Усложнение:</b> «Поезд» (бег) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Угадай, кто кричит?» (м/п)
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<b>Ноябрь</b>	<b>1. Обучение:</b> «Трамвай» (бег) <b>2. Закрепление:</b> «Паучок» (хороводная) <b>3. Упражнение:</b> «Кто дальше бросит мешочек» (метание) <b>4. Усложнение:</b> «По ровненькой дорожке» (прыжки) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Поезд» (бег)	<b>1. Обучение:</b> «Найди, что спрятано» (ориентировка в пространстве) <b>2. Закрепление:</b> «Трамвай» (бег) <b>3. Упражнение:</b> «Паучок» (хороводная) <b>4. Усложнение:</b> «Кто дальше бросит мешочек» (метание) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «По ровненькой дорожке» (прыжки)	<b>1. Обучение:</b> «Мыши в кладовой» (лазанье) <b>2. Закрепление:</b> «Найди, что спрятано» (ориентировка в пространстве) <b>3. Упражнение:</b> «Трамвай» (бег) <b>4. Усложнение:</b> «Паучок» (хороводная) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Кто дальше бросит мешочек» (метание)	<b>1. Обучение:</b> «Зайка» (народная) <b>2. Закрепление:</b> «Мыши в кладовой» (лазанье) <b>3. Упражнение:</b> «Найди, что спрятано» (ориентировка в пространстве) <b>4. Усложнение:</b> «Трамвай» (бег) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Паучок» (хороводная)

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Декабрь	<b>1. Обучение:</b> «Такси» (бег) <b>2. Закрепление:</b> «Зайка» (народная) <b>3. Упражнение:</b> «Мыши в кладовой» (лазанье) <b>4. Усложнение:</b> «Найди, что спрятано» (ориентировка в пространстве) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Трамвай» (бег)	<b>1. Обучение:</b> «Поймай снежинку, комара» (прыжки) <b>2. Закрепление:</b> «Такси» (бег) <b>3. Упражнение:</b> «Зайка» (народная) <b>4. Усложнение:</b> «Мыши в кладовой» (лазанье) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Найди, что спрятано» (ориентировка в пространстве)	<b>1. Обучение:</b> «Попади в круг» (метание) <b>2. Закрепление:</b> «Поймай снежинку, комара» (прыжки) <b>3. Упражнение:</b> «Такси» (бег) <b>4. Усложнение:</b> «Зайка» (народная) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Мыши в кладовой» (лазанье)	<b>1. Обучение:</b> «Зимний хоровод» (хороводная) <b>2. Закрепление:</b> «Попади в круг» (метание) <b>3. Упражнение:</b> «Поймай снежинку, комара» (прыжки) <b>4. Усложнение:</b> «Такси» (бег) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Зайка» (народная)
Январь	<b>1. Обучение:</b> «Мыши и кот» (бег) <b>2. Закрепление:</b> «Зимний хоровод» (хороводная) <b>3. Упражнение:</b> «Попади в круг» (метание) <b>4. Усложнение:</b> «Поймай снежинку, комара» (прыжки) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Такси» (бег)	<b>1. Обучение:</b> «Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве) <b>2. Закрепление:</b> «Мыши и кот» (бег) <b>3. Упражнение:</b> «Зимний хоровод» (хороводная) <b>4. Усложнение:</b> «Попади в круг» (метание) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Поймай снежинку, комара» (прыжки)	<b>1. Обучение:</b> «Кролики» (лазанье) <b>2. Закрепление:</b> «Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве) <b>3. Упражнение:</b> «Мыши и кот» (бег) <b>4. Усложнение:</b> «Зимний хоровод» (хороводная) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Попади в круг» (метание)	<b>1. Обучение:</b> «Жмурки» (народная) <b>2. Закрепление:</b> «Кролики» (лазанье) <b>3. Упражнение:</b> «Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве) <b>4. Усложнение:</b> «Мыши и кот» (бег) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Зимний хоровод» (хороводная)
Февраль	<b>1. Обучение:</b> «Птички в гнездышках» (бег) <b>2. Закрепление:</b> «Жмурки» (народная) <b>3. Упражнение:</b> «Кролики» (лазанье) <b>4. Усложнение:</b> «Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Мыши и кот» (бег)	<b>1. Обучение:</b> «Воробушки и кот» (прыжки) <b>2. Закрепление:</b> «Птички в гнездышках» (бег) <b>3. Упражнение:</b> «Жмурки» (народная) <b>4. Усложнение:</b> «Кролики» (лазанье) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве)	<b>1. Обучение:</b> «Сбей кеглю» (метание) <b>2. Закрепление:</b> «Воробушки и кот» (прыжки) <b>3. Упражнение:</b> «Птички в гнездышках» (бег) <b>4. Усложнение:</b> «Жмурки» (народная) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Кролики» (лазанье)	<b>1. Обучение:</b> «Подарки» (хороводная) <b>2. Закрепление:</b> «Сбей кеглю» (метание) <b>3. Упражнение:</b> «Воробушки и кот» (прыжки) <b>4. Усложнение:</b> «Птички в гнездышках» (бег) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Жмурки» (народная)

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<b>Март</b>	<b>1. Обучение:</b> «Лохматый пес» (бег) <b>2. Закрепление:</b> «Подарки» (хороводная) <b>3. Упражнение:</b> «Сбей кеглю» (метание) <b>4. Усложнение:</b> «Воробушки и кот» (прыжки) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Птички в гнездышках» (бег)	<b>1. Обучение:</b> «Не опоздай» (ориентировка в пространстве) <b>2. Закрепление:</b> «Лохматый пес» (бег) <b>3. Упражнение:</b> «Подарки» (хороводная) <b>4. Усложнение:</b> «Сбей кеглю» (метание) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Воробушки и кот» (прыжки)	<b>1. Обучение:</b> «Проползи – не задень» (лазанье) <b>2. Закрепление:</b> «Не опоздай» (ориентировка в пространстве) <b>3. Упражнение:</b> «Лохматый пес» (бег) <b>4. Усложнение:</b> «Подарки» (хороводная) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Сбей кеглю» (метание)	<b>1. Обучение:</b> «Ходит Ваня» (народная) <b>2. Закрепление:</b> «Проползи – не задень» (лазанье) <b>3. Упражнение:</b> «Не опоздай» (ориентировка в пространстве) <b>4. Усложнение:</b> «Лохматый пес» (бег) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Подарки» (хороводная)
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<b>Апрель</b>	<b>1. Обучение:</b> «Бегите к флажку» (бег) <b>2. Закрепление:</b> «Ходит Ваня» (народная) <b>3. Упражнение:</b> «Проползи – не задень» (лазанье) <b>4. Усложнение:</b> «Не опоздай» (ориентировка в пространстве) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Лохматый пес» (бег)	<b>1. Обучение:</b> «С кочки на кочку» (прыжки) <b>2. Закрепление:</b> «Бегите к флажку» (бег) <b>3. Упражнение:</b> «Ходит Ваня» (народная) <b>4. Усложнение:</b> «Проползи – не задень» (лазанье) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Не опоздай» (ориентировка в пространстве)	<b>1. Обучение:</b> «Поймай мяч, подбрось повыше» (метание) <b>2. Закрепление:</b> «С кочки на кочку» (прыжки) <b>3. Упражнение:</b> «Бегите к флажку» (бег) <b>4. Усложнение:</b> «Ходит Ваня» (народная) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Проползи – не задень» (лазанье)	<b>1. Обучение:</b> «Карусели» (хороводная) <b>2. Закрепление:</b> «Поймай мяч, подбрось повыше» (метание) <b>3. Упражнение:</b> «С кочки на кочку» (прыжки) <b>4. Усложнение:</b> «Бегите к флажку» (бег) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Ходит Ваня» (народная)
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<b>Май</b>	<b>1. Обучение:</b> «Птичка и птенчики» (бег) <b>2. Закрепление:</b> «Карусели» (хороводная) <b>3. Упражнение:</b> «Поймай мяч, подбрось повыше» (метание) <b>4. Усложнение:</b> «С кочки на кочку» (прыжки) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Бегите к флажку» (бег)	<b>1. Обучение:</b> «Иди тихо» (ориентировка в пространстве) <b>2. Закрепление:</b> «Птичка и птенчики» (бег) <b>3. Упражнение:</b> «Карусели» (хороводная) <b>4. Усложнение:</b> «Поймай мяч, подбрось повыше» (метание) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «С кочки на кочку» (прыжки)	<b>1. Обучение:</b> «Обезьянки» (лазанье) <b>2. Закрепление:</b> «Иди тихо» (ориентировка в пространстве) <b>3. Упражнение:</b> «Птичка и птенчики» (бег) <b>4. Усложнение:</b> «Карусели» (хороводная) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Поймай мяч, подбрось повыше» (метание)	<b>1. Обучение:</b> «Вышел мишка на лужок» (народная - хороводная) <b>2. Закрепление:</b> «Обезьянки» (лазанье) <b>3. Упражнение:</b> «Иди тихо» (ориентировка в пространстве) <b>4. Усложнение:</b> «Птичка и птенчики» (бег) <b>5. Самостоятельная деятельность:</b> «Карусели» (хороводная)

## Средняя группа (4-5 лет)

### Игра «Зайцы и волк»

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

**Содержание игры:** 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 настигнуть. Пойманных зайцев волк отводит себе в овраг. После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирается другой волк.

### Игра «Лиса в курятнике»

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

**Содержание игры:** 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.

### Игра «Самолеты»

**Задачи:** Развивать у детей ориентировку в пространстве, закрепить навык построения в колонну. Упражнять в беге.

**Содержание игры:** 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 враспынную, 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:** 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.

### Игра «Птичка и кошка»

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

**Содержание игры:** 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.

### **Игра «Цветные автомобили»**

**Задачи:** Развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу. Упражнять детей в беге, ходьбе.

**Содержание игры:** 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.

### **Игра «Найди себе пару»**

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

**Содержание игры:** 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.

### **Игра «Бездомный заяц»**

**Задача:** Развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.

**Содержание игры:** Из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы образуют «свой домик» (два зайца держаться за руки, создавая домик). Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой «домик»; К кому бездомный заяц встает спиной тот и становится водящим. Если охотник поймает, то меняются ролями.

**Правила:** Охотник может ловить зайца только вне логова. Пробегать зайцам через логово нельзя. Если заяц вбежал в логово, он должен там остаться. Как только заяц вбежал в логово, находящийся там игрок должен немедленно выбежать. Игроки, образующие кружок, не должны мешать зайцам вбегать и убегать.

### **Игра «Котятка и щенята»**

**Задачи:** Развивать ловкость ориентировку в пространстве. Упражнять в лазанье, беге.

**Содержание игры:** Играющие делятся на две группы: одни «котятка», другие «щенята», они находятся в разных концах площадки. По сигналу котятка начинают бегать, легко, как бы играя. На слова «котятка!» они произносят «мяу!». В ответ на это щенята лают «гав-гав-гав!», на четвереньках бегут за котятками, которые быстро влезают на гимнастическую стенку. Щенята возвращаются на свои места. После 2-3 повторений дети меняются ролями. Закончить игру можно следующим образом: предложить всем тихо и медленно «по — кошачьи» пройти.

**Правила:** действовать по сигналу «Котятка».

### Игра «Ловишки»

**Задачи:** Развивать быстроту реакции, ловкость и сноровку, учить играть в коллективе, соблюдая правила игры.

**Содержание игры:** Дети находятся на площадке. Ловишка, назначенный воспитателем или выбранный играющими, становится на середине площадки. По сигналу: «Раз, два, три — лови!» — все дети разбегаются по площадке, увертываются от ловишки, который старается догнать одного из играющих и коснуться его рукой (запятнать). Тот, кого ловишка коснулся рукой, отходит в сторону. Когда будет запятнано 3—4 играющих, выбирается новый ловишка.

**Варианты:** ловишки с ленточками. Участникам игры раздаются атласные ленточки, которые дети крепят за резинку шорт, со стороны спины. По команде воспитателя или по свистку, дети начинают произвольно бегать по площадке. А водящий пытается их догнать, срывая при этом ленту. По звуковой команде воспитателя: «В круг становись!», дети снова строятся в круг, а «Ловишка» считает количество лент, которые смог вытянуть у игроков.

### Игра «Зайка серый умывается»

**Задачи:** Учить детей выполнять движения в соответствии с текстом, прыгать на двух ногах с продвижением вперед, приземляясь на носки полусогнутые ноги. Укреплять мышцы ног. Развивать внимание, координацию движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения.

**Содержание игры:** Зайка серый умывается. Все играющие образуют круг. Выбранный зайкой становится в середину. Дети произносят:

Зайка серый умывается,

Видно, в гости собирается.

Вымыл носик, вымыл ротик,

Вымыл ухо, вытер сухо!

Зайка прodelывает движения в соответствии с текстом. Затем он скачет на двух ногах к кому-нибудь из детей. Тот, к кому подойдет зайка прыжками отправляется на середину круга. Игра повторяется 5-6 раз.

**Указания:** В кругу могут находиться и несколько заек – 4-5 Они выполняют игровое задание.

**Правила:** внимательно слушать стихотворение и выполнять движения соответственно тексту.

### Игра «У медведя во бору»

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

**Содержание игры:** 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 – убежать домой только после слова «рычит!». Медведь не может ловить детей за линией дома.

**Варианты:** Ввести 2 медведей. Поставить на пути преграды

### «Мой веселый звонкий мяч»

**Цель:** закреплять бросок мяча вперёд

**Инвентарь:** мяч среднего диаметра по количеству игроков.

**Ход игры:** Игроки строятся в шеренгу на одной стороне площадки с мячом в руках. Дети хором произносят текст и в такт словам слегка сгибают ноги в коленях:

Мой весёлый, звонкий мяч,

Ты куда пустился вскачь,

Красный, синий, голубой,

Не угнаться за тобой!

С последними словами дети бросают мяч вперёд и бегут за ним. Догнав мяч, поднимают его вверх. (*Мяч бросать двумя руками из-за головы, нельзя бросать мяч раньше времени, отмечают игроки, которые бросили мяч дальше.*)

### «Догони мяч»

**Цель:** развивать силу броска при метании мяча вдаль, развивать ловкость.

**Ход игры:** Натянуть веревку на высоте 20-30 см от земли. Перед ней на расстоянии 2-3м обозначить линию. Играющие ложатся на живот, берут обеими руками мячи. По сигналу бросают мячи через веревку, догоняют их и поднимают вверх. Выигрывает поднявший мяч первым.

**Правила:** бросать из положения лежа; догонять и поднимать свой мяч.

**Усложнение:** догнав свой мяч, повернуться обратно, перепрыгнуть веревку и прибежать на исходную линию.

### «Где позвонили?»

**Цель:** Развивать у детей слух, внимание и выдержку.

**Ход игры:** 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!»

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

### «Подбрось – поймай»

**Цель:** учить детей подбрасывать мяч вверх, и ловить его двумя руками, не прижимая к груди. Развивать координацию движений, глазомер.

**Ход игры:** на двух столбиках (стойках) натянута веревочка на высоте поднятой вверх руки ребенка. Он подбрасывает мяч через веревочку и ловит его на противоположной стороне.

**Варианты:** 1. если играют несколько детей, то можно провести между ними соревнование. Побеждает тот, кто большее количество раз поймал мяч за обусловленное число бросков (8—10 раз).

2. Детей можно разделить на пары. Одни подбрасывают и ловят мячи, а другие считают или все становятся в круг, а один или двое из играющих выходят в середину круга и подбрасывают мяч. Все наблюдают за правильностью выполнения задания.

Можно включить и такие упражнения: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его; подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его

### «Позвони в погремушку»

**Цель:** развивать реакцию на сигнал, совершенствовать навыки бега.

**Ход игры:** дети стоят полукругом, воспитатель перед ними, за спиной у него звоночек (бубен, барабан, погремушка). Он показывает его детям и быстро прячет. Спрашивает, что они видели, затем перебегает на другую сторону, говоря: «Я бегу, бегу, бегу, и в погремушку я звоню». Кладет погремушку сзади, широко разводит руки в стороны и говорит: «Все сюда скорей бегут и погремушечку найдут». Дети бегут. Кто первый нашел, звонит и отдает воспитателю. Игра повторяется.

**Правила:** не толкаться, выполнять задание по сигналу воспитателя

### «Пастух и стадо»

**Цель:** закрепление умения играть по правилам игры. Упражнять в ползании на четвереньках по залу.

**Ход игры:** Дети изображают стадо (коров, телят, овец). Выбирают пастуха, вручают ему рожок и кнут. Взрослый произносит слова:

Рано-рано поутру

Пастушок: «Ту-ру-ру-ру».

А коровки в лад ему

Затянули: «Му-му-му».

На слова «Ту-ру-ру-ру» пастушок играет в рожок, после слов «Му-му-му» коровки мычат. Затем пастух гонит стадо в поле (на условленную лужайку), все бродят по ней. Через некоторое время пастух щелкает кнутом, гонит стадо домой. Игра может повторяться. Можно несколько изменить сюжет игры, введя в нее волка. В этом случае пастух выгоняет стадо на луг и внимательно следит, не появится ли волк, который охотится за овцами, телятами. Увидев волка, щелкает кнутом, как бы отпугивает его, и гонит стадо домой.

**Указания:** для игры нужен простор. Дети не должны сбиваться в одно место.

### «Мяч через сетку»

**Цель:** учить детей бросать мяч через сетку друг другу, двумя руками снизу, или из-за головы. Развивать точность броска, координацию движений, глазомер.

**Ход игры:** дети становятся на линию на расстоянии не менее 1,5 м от натянутой сетки, берут большие мячи, двумя руками из-за головы бросают через сетку, затем бегут за ними, догоняют и снова бросают через сетку.

**Варианты:** Две группы игроков встают по обе стороны сетки натянутой на 15см выше поднятой руки ребенка. Дети перебрасывают мяч друг другу из-за головы или от груди или 1 ребенок перебрасывает мяч через сетку на другую сторону, поймавший перебрасывает его одному из соседей, а тот возвращает мяч за сетку, воспитатель подсчитывает на какой стороне мяч меньше, раз упал на землю.

### «Найди, где спрятано»

**Цель:** учить детей ходить по всему залу, ища спрятанный предмет. Развивать внимание выдержку. **Ход игры:** дети поворачиваются лицом к стенке, воспитатель прячет флажок и говорит: «Пора», дети ищут спрятанный флажок. Тот, кто найдёт первым, прячет его при повторении игры.

**Правила:** не подглядывать за воспитателем, куда будет прятать флажок.

**Варианты:** воспитатель говорит «холодно», если дети далеко от спрятанного предмета, «горячо» - если рядом.

### «Сбей булаву»

**Цель:** учить детей прокатывать мяч по направлению к булаве, стараясь сбить её. Развивать глазомер, точность броска.

**Описание игры:** Игроки становятся за линию, в 2-3м от которой напротив каждого поставлены булавы. В руках у детей мячи. По сигналу игроки прокатывают мячи по направлению к булавам, стараясь сбить их. По следующему сигналу дети идут за мячами и поднимают упавшие булавы. Игра повторяется, каждый запоминает, сколько раз булава была им сбита.

**Варианты:** прокатывать мяч правой, левой рукой, двумя руками, ногой

### «Найди и промолчи»

**Цель:** Развивать ориентировку в пространстве, расширять зрительное поле.

**Ход игры:** Дети стоят на одном конце зала лицом к воспитателю. Педагог показывает мячик и говорит, что они должны найти его. Тот кто найдет, должен подойти к педагогу, тихо сказать на ухо, где он увидел мячик, и отойти на свое место, а игра будет продолжаться до тех пор, пока все дети не найдут мячик.

Затем педагог предлагает всем повернуться лицом к стене и закрыть глаза, а сам в это время прячет мячик. По сигналу «Готово!» дети открывают глаза и расходятся по комнате в поисках мячика. В конце игры отмечается тот, кто первый увидел мячик, а также те дети, которые проявили наибольшую выдержку, наблюдательность, сообразительность.

**Вариант:** кто первый найдет мячик вместе с воспитателем, прячет его, а дети ищут.

**Правила:** тот, кто найдет, должен подойти к воспитателю, тихо сказать на ухо, где он увидел мячик, и отойти на свое место.

### «Птичка и кошка»

**Цель:** развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием.

**Ход игры:** 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

### «Лохматый пес»

**Цель:** совершенствовать умение двигаться враспынную, двигаться в соответствии с текстом, развивать ориентировку в пространстве, ловкость.

**Ход игры:** дети стоят на одной стороне зала, пес – на другой стороне. Дети тихо подходят к нему со словами:

Вот лежит лохматый пес,  
в лапы свой уткнувши нос.

Тихо, смиренно он лежит,  
не то дремлет, не то спит.

Подойдем к нему, разбудим,  
и посмотрим что-то будет!

После этих слов пес вскакивает и громко лает. Дети разбегаются, а пес старается их поймать.

### «Перелет птиц»

**Цель:** развивать реакцию на словесные сигналы. Упражняться в лазании по гимнастической лестнице.

**Ход игры:** дети стоят на одном конце зала, они птицы. На другом конце зала вышка (гимнастическая стенка). По сигналу воспитателя: «Птицы улетают!» - птицы летят, расправив крылья. По сигналу «Буря!» - птицы летят на вышку – скрываются от бури на деревьях. После слов: «Буря прекратилась», - птицы снова летят.

**Правила:** внимательно слушать сигналы воспитателя и выполнять действия.

### «Найди себе пару»

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

**Ход игры:** 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!».

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

### «Прятки»

**Цель:** Научить детей играть по правилам игры:

1. Прятаться только на участке (в группе)
2. Водящему не разрешается подсматривать
3. Водящий идёт искать только после определённых слов.

**Материал:** предметы, за которые можно спрятаться.

**Ход игры:** Воспитатель выбирает водящего по считалочке. Водящий закрывает глаза и говорит вслух слова: «1, 2, 3, 4, 5, я иду искать, кто не спрятался, я не виноват». Пока он произносит слова, все остальные прячутся на отведённой им площадке (группе).

### «Удочка»

**Цель:** Совершенствовать координационные способности, укреплять мышцы ног.

**Ход игры:** Играющие стоят в кругу, в центре круга воспитатель. Он держит в руках веревку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку с мешочком по кругу над самым полом (землей, а дети подпрыгивают на двух ногах вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел ног). Описав мешочком 2-3 круга, воспитатель делает паузу, подсчитывает количество задевших за мешочек и дает указания по выполнению прыжков.

### «Кто бросит дальше мешочки»

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

**Ход игры:** 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.

### «Сбей кеглю»

**Цель:** Развивать элементарные навыки попадания мячом в цель умение энергично отталкивать мяч в заданном направлении, развивать фиксацию взора.

**Ход игры:** Педагог (взрослый) ставит две-три кегли на расстоянии 1-1,5 м от ребенка, дает ему большой мяч.

Ребенок приседает на корточки, наклоняется, ставит ноги чуть шире плеч в обозначенном взрослым месте (цветной кружок или шнур), прокатывает мяч двумя руками вперед, стараясь сбить кегли. Затем идет за ним, поднимает и возвращается.

Педагог (взрослый) сопровождает свой показ такими словами:

*Посмотри, какие кегли.* (педагог указывает на кегли)

*Ровно-ровно в ряд стоят!*

*К ним направим мяч умело* (толкает мяч двумя руками)

*И они уже лежат!* (обращает внимание на сбитые кегли)

**Правила:** энергично отталкивать мяч двумя руками, смотреть вперед -на кегли.



**Перспективный план подвижных игр в средней группе.**

<b>Месяц</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>3-я неделя</b>	<b>4-я неделя</b>
<b>Сентябрь</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)</li> <li>2. «Догони мяч» (бег)</li> <li>3. «Где позвонили» (ориентировка)</li> <li>4. «У медведя во бору» (бег)</li> <li>5. «Подбрось – поймай» (ловля, бросание)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Цветные автомобили» (бег)</li> <li>2. «Лиса в курятнике» (прыжки)</li> <li>3. «Позвони в погремушку» (ползание)</li> <li>4. « У медведя во бору» (бег)</li> <li>5. « Подбрось – поймай» (бросание – ловля)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Зайцы и волк» (прыжки)</li> <li>2. «Самолеты» (бег)</li> <li>3. «Пастух и стадо» (ползание – лазанье)</li> <li>4. «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)</li> <li>5. «Мяч через сетку» (бросание)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. « Найди, где спрятано?» (ориентировка)</li> <li>2. « Цветные автомобили» (бег)</li> <li>3. « Волк и зайцы» (прыжки)</li> <li>4. « Пастух и стадо» (ползание)</li> <li>5. «Подбрось – поймай» (бросание – ловля)</li> </ol>
<b>Октябрь</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «У медведя во бору» (бег)</li> <li>2. «Мяч через сетку» (бросание)</li> <li>3. «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)</li> <li>4. «Позвони в погремушку» (ползание)</li> <li>5. «Найди, где спрятано» (ориентировка)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Самолеты» (бег)</li> <li>2. «Волк и зайцы» (прыжки)</li> <li>3. «Пастух и стадо» (лазанье)</li> <li>4. « Сбей булаву» (бросание)</li> <li>5. «Найди и промолчи» (ориентировка)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Цветные автомобили» (бег)</li> <li>2. «Лиса в курятнике» (прыжки)</li> <li>3. «Пастух и стадо» (ползание)</li> <li>4. «Сбей булаву» (бросание)</li> <li>5. «Найди и промолчи» (ориентировка)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Птичка и кошка» (бег)</li> <li>2. «Серый заяц умывается» (прыжки)</li> <li>3. «Подбрось – поймай» (бросание, ловля)</li> <li>4. «Позвони в погремушку» (ползание)</li> <li>5. «Найди, где спрятано». (ориентировка)</li> </ol>
<b>Ноябрь</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Лохматый пес» (бег)</li> <li>2. «Лиса в курятнике» (прыжки)</li> <li>3. « Позвони в погремушку» (ползание)</li> <li>4.» Подбрось – поймай» (ловля)</li> <li>5. « Найди и промолчи» (ориентировка)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Ловишки» (бег)</li> <li>2. «Зайцы и волк» (прыжки)</li> <li>3. «Перелет птиц» (лазанье)</li> <li>4. «Подбрось - поймай» (бросание, ловля)</li> <li>5. «Найди себе пару» (бег)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Птичка и кошка» (бег)</li> <li>2. «Зайка серый умывается» (прыжки)</li> <li>3. «Пастух и стадо» (ползание)</li> <li>4. «Сбей булаву» (метание)</li> <li>5. «Кто ушел?» (ориентировка)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Найди себе пару» (бег)</li> <li>2. «Зайцы и волк» (прыжки)</li> <li>3. «Мяч через сетку» (бросание)</li> <li>4. «Перелет птиц» (лазанье)</li> <li>5. «Прятки» (ориентировка в пространстве)</li> </ol>

Декабрь	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Самолеты» (бег)</li> <li>2. «Лиса в курятнике» (Прыжки)</li> <li>3. «Котята и щенята» (лазанье)</li> <li>4. «Сбей булаву» (бросание)</li> <li>5. «Кто ушел?» (ориентировка)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Найди себе пару» (бег)</li> <li>2. «Зайцы и волк» (прыжки)</li> <li>3. «Позвони в погремушку» (ползание)</li> <li>4. «Прятки» (ориентировка)</li> <li>5. «Подбрось – поймай» (ловля, бросание)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Лошадки» (бег)</li> <li>2. «Серый заяка умывается» (прыжки)</li> <li>3. «Позвони в погремушку» (ползание)</li> <li>4. «Прятки» (ориентировка)</li> <li>5. «Мяч через сетку» (бросание)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Птичка и кошка» (бег)</li> <li>2. «Удочка» (прыжки)</li> <li>3. «Подбрось – поймай» (бросание)</li> <li>4. «Пастух и стадо» (ползание)</li> <li>5. «Кто ушел?» (ориентировка)</li> </ol>
Январь	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Птичка и кошка» (бег)</li> <li>2. «Перелет птиц» (лазанье)</li> <li>3. «Мяч через сетку» (бросание)</li> <li>4. «Кто бросит дальше мешочек» (бросание)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Самолеты» (бег)</li> <li>2. «Зайцы и волк» (прыжки)</li> <li>3. «Подбрось – поймай» (ловля)</li> <li>4. «Прятки» (ориентировка)</li> <li>5. «Кто ушел?» (на внимание)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «У медведя во бору» (бег)</li> <li>2. «Перелет птиц» (лазанье)</li> <li>3. «Найди, где спрятано?» (ориентировка)</li> <li>4. «Ловишки» (бег)</li> <li>5. «Сбей кеглю» (бросание)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Лошадки» (бег)</li> <li>2. «Позвони в погремушку» (ползание)</li> <li>3. «Удочка» (прыжки)</li> <li>4. «Подбрось – поймай» (бросание, ловля)</li> <li>5. «Прятки» (ориентировка)</li> </ol>
Февраль	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Лошадки» (бег)</li> <li>2. «Лиса в курятнике» (прыжки)</li> <li>3. «Ловишки» (бег)</li> <li>4. «Сбей булаву» (бросание)</li> <li>5. «Найди и промолчи» (ориентировка, выдержка)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Найди себе пару» (бег)</li> <li>2. «Позвони в погремушку» (ползание)</li> <li>3. «Перелет птиц» (лазанье)</li> <li>4. «Мяч через сетку» (бросание)</li> <li>5. «Кто ушел?» (ориентировка)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Бездомный заяц» (бег)</li> <li>2. «Котята и щенята» (ползание)</li> <li>3. Прятки» (ориентация)</li> <li>4. «Сбей кеглю» (бросание)</li> <li>5. «Самолеты» (бег)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «У медведя во бору» (бег)</li> <li>2. «Зайка серый умывается» (прыжки)</li> <li>3. «Удочка» (прыжки)</li> <li>4. «Перелет птиц» (лазанье)</li> <li>5. «Найди и промолчи» (ориентировка, выдержка)</li> </ol>
Март	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Найди себе пару» (бег)</li> <li>2. «Зайка серый умывается» (прыжки)</li> <li>3. «Перелет птиц» (лазанье)</li> <li>4. «Подбрось – поймай» (бросание, ловля.)</li> <li>5. «Прятки» (ориентация)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Лошадки» (бег)</li> <li>2. «Зайцы и волк» (прыжки)</li> <li>3. «Мяч через сетку» (бросание)</li> <li>4. «Позвони в погремушку» (бег)</li> <li>5. «Кто ушел?» (ориентировка)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Цветные автомобили» (бег)</li> <li>2. «Лиса в курятнике» (прыжки)</li> <li>3. «Лошадки» (бег)</li> <li>4. «Прятки» (ориентировка)</li> <li>5. «Перелет птиц» (лазанье)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Найди себе пару» (бег)</li> <li>2. «Котята и щенята» (ползание)</li> <li>3. «Подбрось – поймай» (бросание, ловля)</li> <li>4. «Зайка серый умывается» (прыжки)</li> <li>5. «Найди и промолчи» (ориентировка)</li> </ol>

<p style="text-align: center;"><b>Апрель</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «У медведя во бору» (бег)</li> <li>2. «Зайцы и волк» (прыжки)</li> <li>3. «Сбей булаву» (бросание)</li> <li>4. «Найди и промолчи» (ориентировка)</li> <li>5. «Лошадки» (бег)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Птичка и кошка» (бег)</li> <li>2. «Зайка серый умывается» (прыжки)</li> <li>3. «Мяч через сетку» (бросание)</li> <li>4. «Пастух и стадо» (ползание)</li> <li>5. «Прятки» (ориентировка)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Цветные автомобили» (бег)</li> <li>2. «Лиса в курятнике» (прыжки)</li> <li>3. «Подбрось – поймай» (бросание, ловля)</li> <li>4. «Перелет птиц» (лазание)</li> <li>5. «Найди и промолчи» (ориентировка)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Найди себе пару» (бег)</li> <li>2. «Зайцы и волк» (прыжки)</li> <li>3. «Ловишки» (бег)</li> <li>4. «Мяч через сетку» (бросание)</li> <li>5. «Найди, где спрятано?» (ориентировка)</li> </ol>
<p style="text-align: center;"><b>Май</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Лохматый пес» (бег)</li> <li>2. «Лиса в курятнике» (прыжки)</li> <li>3. «Бездомный заяц» (бег)</li> <li>4. «Сбей булаву» (бросание)</li> <li>5. «Кто ушел?» (ориентировка)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Ловишки» (бег)</li> <li>2. «Птичка и кошка» (бег)</li> <li>3. «Пастух и стадо» (ползание)</li> <li>4. «Подбрось – поймай» (бросание)</li> <li>5. «Прятки» (ориентировка)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Цветные автомобили» (бег)</li> <li>2. «Зайцы и волк» (прыжки)</li> <li>3. «Сбей кегли» (бросание)</li> <li>4. «Найди, где спрятано?» (ориентировка)</li> <li>5. «Найди себе пару» (бег)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Бездомный заяц» (бег)</li> <li>2. «Самолеты» (бег)</li> <li>3. «Мяч через сетку» (бросание)</li> <li>4. «Позвони в погремушку» (ползание)</li> <li>5. «Найди и промолчи» (ориентировка)</li> </ol>

## Старшая группа (5-6 лет)

### Игра «Парный бег»

**Задачи:** Учить детей бегать в парах, не расцепляя рук, огибать предметы. Развивать ловкость, внимание.

**Содержание игры:** Дети стоят в колоннах парами на одной стороне площадки за чертой. На другой стороне площадки поставлены предметы (кегли, кубы и т.д.), по числу звеньев. По сигналу воспитателя первые пары детей, взявшись за руки, бегут до предметов огибают их и возвращаются в конец своей колонны. По следующему сигналу бегут вторые пары. Пара, разъединившая руки, считается проигравшей.

**Варианты:** Бежать с захлестом голени. Бег между предметами змейкой до ориентира.

### Игра «Мышеловка»

**Задачи:** Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге, приседании, построении в круг, ходьбе по кругу. Способствовать развитию речи

**Содержание игры:** Играющие делятся на 2 неравные группы. Меньшая, образует круг – мышеловку. Остальные – мыши, они находятся вне круга. Играющие, изображающие мышеловку берутся за руки и начинают ходить по кругу, приговаривая

«Ах как мыши надоели,  
все погрызли, все поели.  
Берегитесь же плутовки,  
доберемся мы до вас,  
вот поставим мышеловку –  
переловим всех сейчас».

Дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее, по слову воспитателя «Хлоп» дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают – мышеловка захлопнулась. Играющие, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Пойманные мыши переходят в круг и увеличивают размер мышеловки. Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями.

**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.

### Игра «Мы веселые ребята»

**Задачи:** Учить детей действовать по сигналу, перебежать с одной стороны площадки на другую быстро с увёртыванием. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.

**Содержание игры:** Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне также проводится вторая черта. В центре площадки находится Ловишка. Игроки хором произносят:

«Мы весёлые ребята,  
Любим бегать и скакать,  
Ну, попробуй нас догнать.  
Раз, два, три, лови!»

После слова «лови» дети перебегают на другую сторону площадки, а Ловишка их ловит. Тот, кого Ловишка успеет осалить, прежде чем тот пересечёт черту, считается пойманным, отходит в сторону и пропускает одну перебежку.

**Варианты:** Дети идут по кругу и проговаривают текст. Ловишка в центре. Разбегаются разными видами бега.

### **Игра «Гуси-Лебеди»**

**Задачи:** учить детей перебегать с одной стороны площадки на другую, чтобы не запятали. Развивать умение действовать по сигналу, ловкость, быстроту.

**Содержание игры:** На одном краю зала обозначается дом, в котором находятся гуси, на противоположной стороне зала стоит пастух. Сбоку от дома логово, в котором живёт волк, остальное место луг. Выбираются дети на роль волка, пастуха, остальные дети изображают гусей. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся и летают.

Пастух: гуси, гуси!

Гуси останавливаются и отвечают хором: га-га-га.

Пастух: есть хотите?

Гуси: да, да, да!

Пастух: так летите же домой.

Гуси: нам нельзя, серый волк под горой не пускает нас домой, зубы точит съесть нас хочет.

Пастух: так летите, как хотите, только крылья берегите!

Гуси, расправив крылья, летят через луг домой, а волк, выбежав из логова, старается поймать гусей.

Затем - после 2-3 перебежек - выбирается новый пастух и волк.

### **Игра «Сделай фигуру»**

**Задачи:** Учить детей бегать врассыпную по залу, участку. Приучать менять движение по сигналу, развивать равновесие, умение сохранять неподвижную позу.

**Содержание игры:** По сигналу воспитателя все дети разбегаются по залу. На следующий сигнал (удар в бубен) все играющие останавливаются на месте, где их застала команда, и принимают какую-либо позу. Воспитатель отмечает тех, чьи фигуры получились интереснее, наиболее удачными.

**Варианты:** Можно выбрать водящего, который будет определять, чья фигура интереснее сложнее, тех, кто каждый раз придумывает новые фигуры.

### **Игра «Караси и щука»**

**Задачи:** Учить детей ходить и бегать врассыпную, по сигналу прятаться за камешки, приседая на корточки. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.

**Содержание игры:** Один ребёнок выбирается щукой, остальные делятся на две группы. Одна из них образует круг – это камешки, другая – караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за пределами круга. По сигналу воспитателя – щука – она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат занять место за кем-нибудь из играющих и присесть за камешки. Пойманные караси уходят за круг и подсчитываются. Игра повторяется с другой щукой.

**Варианты:** Караси плавают не только в кругу, но и между камней, щука находится в стороне. Можно выбрать две щуки.

### **Игра «Бездомный заяц»**

**Задача:** Развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.

**Содержание игры:** Из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы образуют «свой домик» (два зайца держаться за руки, создавая домик). Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой «домик»; К кому бездомный заяц встаёт спиной тот и становится водящим. Если охотник поймает, то меняются ролями.

**Правила:** Охотник может ловить зайца только вне логова. Пробежать зайцам через логово нельзя. Если заяц вбежал в логово, он должен там остаться. Как только заяц вбежал в логово, находящийся там игрок должен немедленно выбежать. Игроки, образующие кружок, не должны мешать зайцам вбегать и убегать.

### **Игра «Хитрая лиса»**

**Задачи:** Развивать у детей выдержку, наблюдательность. Упражнять в быстром беге с увертыванием, в построении в круг, в ловле.

**Содержание игры:** играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга очерчивается дом лисы. Воспитатель предлагает играющим закрыть глаза, обходит круг за спинами детей и говорит:

«Я иду искать в лесе хитрую и рыжую лису!», дотрагивается до одного из играющих, который становится хитрой лисой.

Затем воспитатель предлагает играющим открыть глаза и внимательно посмотреть, кто из них хитрая лиса, не выдаст ли она себя чем-нибудь. Играющие 3 раза спрашивают хором, вначале тихо, а затем громче «Хитрая лиса, где ты?». При этом все смотрят друг на друга. Хитрая лиса быстро выходит на середину круга, поднимает руку вверх, говорит: «Я здесь». Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит. Пойманного лиса отводит домой в нору.

**Правила:** лиса начинает ловить детей только после того, как играющие в 3 раз хором спросят и лиса скажет: «Я здесь!». Если лиса выдала себя раньше, воспитатель назначает новую лису. Играющий, выбежавший за границу площадки, считается пойманным.

**Варианты:** Выбираются 2 лисы.

### **Игра «Встречные перебежки»**

**Задачи:** Учить детей перебегать с одной стороны площадки на другую в быстром темпе. Развивать внимание, быстроту движений.

**Содержание игры:** Две группы детей с равным количеством играющих становятся на противоположных сторонах площадки за линиями в шеренги. (расстояние между детьми в шеренге не менее 1 метра). У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета – синие, жёлтые. По сигналу воспитателя: «Синие!» - дети с синими лентами бегут на противоположную сторону, стоящие напротив протягивают вперёд ладоши и ждут, когда бегущие прикоснутся к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону, поворачивается и поднимает руку вверх.

**Варианты:** Можно добавить ещё два цвета – красный, зелёный.

### **Игра «Поймай пару»**

**Задачи:** Учить детей быстро бегать наперегонки в противоположные стороны. Развивать быстроту реакции, внимание.

**Содержание игры:** Играющие становятся вкруг, положив руки на пояс, - получают окошки. Выбирается водящий. Он ходит вне круга и говорит:

«Вокруг домика хожу,  
и в окошечки гляжу,  
К одному я подойду,  
и тихонько постучу».

После слова «постучу», водящий останавливается, заглядывает в окошко и говорит: тук, тук, тук. Стоящий впереди спрашивает: «Кто пришёл?» водящий называет своё имя. Стоящий в кругу спрашивает: «Зачем пришёл?» водящий отвечает: «Бежим наперегонки» – и оба бегут вокруг играющих в разные стороны. В кругу оказывается пустое место. Тот, кто добежит до него первым, остаётся в кругу, опоздавший становится водящим, и игра продолжается.

**Варианты:** Водящий просто ходит за кругом и кладёт руку на плечо кому-нибудь, с ним и бегут в разные направления, стараясь занять пустое место.

### **Игра «Ровным кругом»**

**Задача:** Учить детей ходить по кругу, взявшись за руки вправо, влево. Повторять движения за водящим. Развивать внимание, память, творчество.

**Содержание игры:** Выбирается водящий – затейник, который встает в центр круга, образованный детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу и произносят:

«Ровным кругом друг за другом  
мы идём за шагом шаг.

Стой на месте дружно вместе

Сделаем вот так...»

Дети останавливаются, опускают руки, а затейник показывает какое-нибудь движение и все должны его повторить. Игра повторяется с другим затейником.

**Правила:** Точно выполнять движения за затейником

### **«Перелет птиц»**

**Цель:** развивать у детей выдержку, умение двигаться по сигналу. Упражнять в беге, лазании.

**Ход игры:** дети стоят врассыпную на одном конце площадки – «птицы». На другом конце – вышка для влезания или гимнастическая стенка с несколькими пролетами. По сигналу «птицы улетают» птицы летят, расправив крылья. По сигналу «буря» птицы летят на вышку – скрываются от бури. По сигналу «буря прекратилась», птицы летают. Продолжительность 5-7 минут.

### **«Самолет»**

**Цели:** учить детей медленному бегу, держать спину и голову прямо во время бега, соблюдать расстояние между друг другом, развивать ориентировку в пространстве.

**И вариант:** дети бегают по площадке, изображая самолеты (расставив руки в стороны). Самолеты не должны сталкиваться и ломать крылья. Потерпевшие аварию подходят к воспитателю. После ремонта они вновь отправляются в полет. Игра продолжается 2-3 мин.

**II вариант:** дети размещаются вокруг воспитателя в одном углу площадки и приседают на корточки. Это – самолеты на аэродроме. По сигналу воспитателя самолеты друг за другом отправляются в полет и летают (медленно) в любых направлениях, стараясь не задевать друг друга крыльями (вытянутыми в стороны руками). По сигналу самолеты заходят на посадку и занимают место на аэродроме. В конце игры отмечаются лучшие, летавшие без аварий. Игра повторяется 3-4 раза.

### **«Находчивый»**

**Цель:** развивать у детей сообразительность.

**Ход игры:** Воспитатель делит детей на две команды, выбирает водящего. Участники команд становятся в две линии друг напротив друга. Расстояние между командами примерно 2 метра. Водящий бросает крайнему игроку одной из команд в руки мяч и произносит начало любого слова, например: «То...» - ..поль!» быстро, не мешкая должен закончить игрок и бросить мяч сидящему напротив: «Бе...» - «...рёза!» сразу отвечает тот и бросает мяч своему сопернику...

Водящий отмечает любую заминку с ответом и начисляет за нее одно штрафное очко. В обязанности водящего входит и контроль по соблюдению правил за точной передачей мяча, за тем, чтобы не было подсказок, а также за временем. Игра должна идти 3 или 5 минут как вы условитесь.

Для усложнения игры можно ограничиться, к примеру, названиями растений, животных... Победившей объявляется команда, набравшая меньшее количество штрафных очков.

В некоторых случаях игра может закончиться очень быстро — когда чьи-либо раздумья над ответом слишком затянулись.

### «Лошадки»

**Инвентарь:** 1 обруч среднего диаметра или 1 скакалка на пару игроков.

**Цель:** формировать согласованность двигательных действий.

**Ход игры:** Игроки строятся парами, каждая пара берёт один обруч – «упряжку». Один игрок в паре – «лошадка», второй – «наездник». Лошадка стоит в обруче, удерживая его двумя руками на уровне пояса, наездник стоит за обручем и держит его двумя руками. По команде: «Поехали в лес за дровами!» наездники говорят: «Но!» и скачут галопом в паре с лошадкой. По команде: «Приехали в лес. Наездники, отпустите лошадок отдохнуть!» лошадки выходят из обруча и передвигаются по полу в упоре на коленях («щиплют травку», «пьют воду»), а наездники ходят рядом. По команде: «Поехали дальше, запрягите лошадей!» пары едут дальше. Затем игроки меняются ролями. Согласовывать движения в паре, не тянуть друг друга.

### «Не оставайся на полу»

**Цель:** учить детей бегать по залу врассыпную, запрыгивать на кубы, скамейки без помощи рук, спрыгивать с них легко на носки, полусогнутые ноги. Закрепить умение действовать по сигналу. Развивать ловкость, быстроту.

**Ход игры:** Выбирается ловишка, который бегаёт по залу вместе с детьми. Как только воспитатель произнесёт: «Лови!» - все убегают от ловишки и взбираются на предметы – скамейки, кубы, пеньки. Ловишка старается осалить убегающих. Дети, до которых дотронулся ловишка, отходят в условленное место.

**Варианты:** выбирается 2 ловишки, бегают разными видами бега, использовать музыкальный сигнал.

### «Классы»

**Цель:** развивать умение прыгать на одной (правой или левой) ноге, толкая перед собой предмет; ориентироваться на ограниченной площадке, соразмерять свои прыжки с размером клеток. Развивать глазомер, меткость.

**Ход игры:** На земле чертят обычные «классы» из 6—8 клеток (в 2 ряда по 3—4 клетки), у последней клетки рисуется полукруг — «огонь». Ребенок бросает плоский камешек, плиточку в первую клетку, а затем прыгает в нее на одной ноге. Он должен здесь остановиться, взять камешек и продолжать прыгать до конца. Затем прыжки начинают, забрасывая камешек во вторую клетку, и т. д. Играют в классы по несколько человек, по очереди.

Если ребенку не удалось попасть камешком в нужную клетку или во время прыжков он наступил на линию, то игру продолжает следующий игрок. Если же камешек упадет в «огонь» или ребенок наступит ногой на линию «огня», то он должен начать игру сначала — бросать камешек, начиная с первой клетки.

*Первый вариант* игры «Классы» можно усложнить за счет того, что дети не берут в руки брошенный ими камешек (или плитку), а передвигают ногой из клетки в клетку. Если ребенку не удалось передвинуть камешек через линию, то игру продолжает другой. Игра заканчивается, когда ребенок попадет камешком во все клетки удачно.

Клетки - «классы» могут быть расположены и по-другому, например, в чередовании по одному и по два или по кругу «улиткой». Принцип игры остается тот же.

### «Карусель»

**Цель:** Развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами. Упражнять в беге, ходьбе по кругу и построении в круг.

**Ход игры:** Играющие образуют круг. Воспитатель дает детям шнур, концы которого связаны. Дети, взявшись правой рукой за шнур, поворачиваются налево и говорят стихотворение:

«Еле, еле, еле, еле, завертелись карусели.

А потом кругом, кругом, все бегом, бегом, бегом».

В соответствии с текстом стихотворения дети идут по кругу, сначала медленно, потом быстрее, затем бегут. Во время бега воспитатель приговаривает:

«По-бе-жа-ли». Дети бегут 2 раза по кругу, воспитатель меняет направление движения, говоря:

«Поворот». Играющие поворачиваются кругом, быстро перехватывая шнур левой рукой и бегут в другую сторону. Затем воспитатель продолжает вместе с детьми: «Тише, тише, не спишите, карусель остановите. Раз, два, раз, два, вот и кончилась игра!». Движения карусели становятся все медленней.

При словах «вот и кончилась игра» дети опускают шнур на землю и расходятся.

**Правила:** Занимать места на карусели можно только по звонку. Не успевший занять место до третьего звонка, не принимает участия в катании. Делать движения надо согласно тексту, соблюдая ритм.

**Варианты:** Каждый должен занять свое место. Шнур положить на пол, бегая по кругу за ним.

### «Летит – не летит»

**Цель:** Развивать речь детей, слух.

**Ход игры:** Дети стоят по кругу или в шеренге, педагог стоит так, чтобы его было всем видно и слышно.

Он начинает называть одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают и не летают.

Называет предмет и поднимает руки вверх. Дети должны поднять руки вверх, если назван летающий предмет, например:

Педагог: парашютист (поднимает руки вверх).

Дети поднимают руки вверх.

Педагог: Самолет (поднимает руки вверх).

Дети поднимают руки вверх.

Педагог: Вертолет (поднимает руки вверх).

Дети поднимают руки вверх.

Педагог: Дом (поднимает руки вверх).

Дети не поднимают руки вверх и т.д.

В конце игры подсчитываются те играющие, которые ни разу не ошиблись и были внимательны

### «Ловишки»

**Цель:** Упражнять детей в беге.

**Ход игры:** Дети произвольно располагаются по площадке. Ведущий – ловишка, назначенный педагогом или выбранный играющими, становится на середине площадки. Педагог произносит: «Раз, два, три – лови!» по этому сигналу все дети разбегаются по площадке, увертываются от ловишки, который старается догнать одного из играющих и коснуться его рукой (запятнать). Тот, кого ловишка коснулся рукой, отходит в сторону. Игра заканчивается, когда ловишка поймает 3-4 играющих. Затем выбирается новый ловишка. Игра повторяется 4-5 раз.

**Указания.** Для того, чтобы дети лучше ориентировались, ловишке нужно выдавать какой-либо отличительный знак – повязать на руку ленточку, приколоть бант, надеть шапочку с султанчиком и т.п. Если ловишка оказался не ловким и долгое время не может поймать, игра останавливается и назначается другой водящий.

### «Море волнуется»

**Цель:** развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге и приседание, построение в круг и ходьбе по кругу.

**Ход игры:** из числа играющих, выбирается водящий. Остальные встают в круг на расстоянии одного шага друг от друга, и каждый чертит на своем месте кружок. Ведущий идет вокруг играющих «змейкой», а дети, которым говорят «Море волнуется», – встают за ним, постепенно образуя цепочку. затем неожиданно ведущий говорит «Море спокойно», – все отпускают руки и бегут занять свои места. Тот, кто останется без кружка становится водящим. Игра повторяется 6-8 раз.

### «Удочка»

**Цель:** учить детей подпрыгивать на двух ногах, стоя на месте, приземляясь на носки, полусогнутые ноги. Развивать ловкость, быстроту, глазомер.

**Ход игры:** Дети стоят по кругу, в центре воспитатель. Он держит в руках верёвку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает верёвку над самым полом, дети подпрыгивают на двух ногах вверх, так чтобы мешочек не задел их ног. Описав 2-3 круга, делается пауза, и подсчитываются пойманные. Варианты: те дети, которых поймали, выходят из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останутся самые ловкие

### «Слепой козел» - народная игра

**Ход игры:** Один - “слепой козел”, ему завязывают глаза, стоит чуть в стороне и стучит, дети спрашивают:

- Кто здесь?

- Слепой козел!

Р-к: - слепой козёл!

Не ходи к нам ногой,

А поди-ка в кут,

(где холсты ткут), там блины пекут

И тебе блин дадут.

“Козел” опять стучит

- Кто здесь?

- Афанас!

Все:- Афанас, не бей нас!

Ты лови скорее нас!

Дети убегают от «козла», а он ловит. Пойманный и узнанный становится “козлом”.

### «Айголек»

Чтобы сыграть в эту игру, нужно разделить на две команды, взяться за руки и выстроиться друг против друга на расстоянии 20-30 шагов. Первая команда начинает игру: «Айголек, Айголек Луна белая, как снег. Выше гор, быстрее рек, Начинаем свой забег. Выше гор, быстрее рек, Кто, тот нужный человек?» На что вторая команда отвечает: «Айголек, Айголек Луна белая, как снег. Выше гор, быстрее рек Тот... (имя одного из ребят) Нужный человек» Игрок, которого назвали, разбежавшись, должен постараться на бегу разорвать сомкнутые в цепи руки второй команды. Если ему это удастся, он выбирает кого -нибудь из их команды и вместе с ним возвращается в свою команду. Ну, а если ему не удастся - остается в этой команде. В какой из этих двух команд в конце игры останется больше игроков, та команда и будет считаться победившей

### «Краски»

**Цель:** Развивать слуховые качества, двигательную активность, умение выполнять правила.

**Ход игры:** Сейчас вам нужно выбрать одного ведущего - продавца и одного покупателя-монаха. Остальные дети будут красками. Участники-краски сидят в кругу или в беседке. Продавец тихо (на ушко) говорит каждому какой цвет краски ему соответствует. Дети запоминают свой цвет. Монах-покупатель не должен знать цвета красок.

Монах приходит в магазин красок и обращается к продавцу:

- Я монах в синих штанах, пришел за краской.

- За какой?

Монах называет цвет краски (например, голубой). Если такой краски нет, то продавец отвечает:

- Нет такой! Скачи по голубой дорожке, на одной ножке, найдешь сапожки, поноси, да назад принеси!

Задания для монаха могут быть разные: проскакать на одной ножке, пройти уточкой, вприсядку или как-то по-другому.

Если названная краска в магазине присутствует, то продавец отвечает монаху:

- Есть такая!

- Сколько стоит?

- Пять рублей (Монах громко хлопает по ладони продавца пять раз).

При последнем хлопке названная "краска" вскакивает со своего места и бежит вокруг беседки или шеренги остальных детей. Монах пытается ее догнать. Если он догоняет краску, то сам становится краской, а пойманный участник-краска становится покупателем-монахом и игра продолжается. Если же монах не смог поймать краску, то игра начинается.

### «Ловишки с лентами»

**Цель:** развивать у детей ловкость, сообразительность. Упражнять в беге с увертыванием, в ловле и в построении в круг.

**Ход игры:** 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»

### «Платок с узелком»

Перед началом игры нужно выбрать одного водящего. Он получает платочек. Остальные ребята встают в широкий круг. Чем меньше игроков, тем больше должно быть между ними расстояние. Если же в игре принимают участие много народу, то они могут стоять почти «плечо к плечу». Водящий находится с внешней стороны круга. Он обходит круг и незаметно кладет платочек на плечо одного из игроков. После чего продолжает движение в том же направлении. Игрок, заметив, что платочек у него на плече, должен тут же бежать по внешней стороне круга в направлении противоположном водящему. Цель и того и другого – успеть добежать первым и занять свободное место. Тот, кто не успел, будет водить.

### «Белый лютый – серый лютый»

**Цель:** совершенствовать у детей навык бега.

**Ход игры:** В игре участвуют две команды это волшебные храбрые волки. Каждая команда имеет 1 свое логово и клетку. Логово — это круг, рассчитанный на то, чтобы все играющие каждой команды поместились в нем свободно. Клетка — это тоже круг, начерченный рядом с логовом, предназначенный для вероятных пленников. В центре площадки прочерчена линия это граница между логовами, находящаяся на равном расстоянии от каждого из них. Команда, получившая по жребию право начать игру, поет:

Белый лютый,

Серый лютый,

Кого вы из нас хотите

Разозлить?

Имя назовите!

Другая команда отвечает:

Нужен нам самый храбрый.

Тот, кто врагов в бою победил,

Тот, кто в походы ходил,

Тот, кто в стремях вставал,

Злому волшебнику рога отрубал.

Белый лютый

При белой луне,

Серый лютый

При бледной луне

До орды добежит,

К нам от вас самый смелый (имя выбранного) прибежит.

Тот, на кого выпал выбор соперников, выбегает из своего логова под восторженные возгласы своих товарищей. В это время команда, которая приглашает «волка», становится в шеренгу, держа перед собой раскрытые ладони. Храбрый

#### **Правила**

Касаться рукой «волка», перешедшего границу, нельзя.

### «Ну – ка отними»

**Цель:** развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

**Атрибуты:** мяч среднего размера.

**Ход игры:** одна команда игроков — дети, другая — «собачки». Ведущий подбрасывает мяч вверх, и дети должны перебрасывать мяч друг другу так, чтобы он не падал на пол. «Собачки» бегают вокруг и мешают детям. Если «собачка» ловит мяч, она меняется местами с тем игроком, который его уронил.

### «Охотники и зайцы»

**Цель игры:** укреплять мышцы ног.

**Ход игры:** Игроки – «зайцы» находятся в домике на одной стороне площадки, водящий – «охотник» стоит на противоположной стороне. Рядом с водящим лежат снежки. Зайцы прыгают по площадке на двух ногах. По команде: «Охотник!» убегают в домик, а охотник бросает в ноги зайцев снежки. По окончании игры подсчитывается количество пойманных зайцев и выбирается новый охотник. Нельзя бросать снежки в туловище и голову игрокам

### «Зима и лето»

**Цель:** учить детей строиться в 2 шеренги спиной друг к другу, быстро бегать, ловить свою пару.

Развивать внимание, быстроту реакции.

**Ход игры:** Стоящие в две шеренги дети поворачиваются спиной друг к другу. Одна шеренга – зима, другая – лето. По сигналу «Зима!» - игроки этой команды поворачиваются кругом и ловят каждый свою пару. Тоже по сигналу – «Лето!»

#### 2 вариант

У каждого ребёнка мяч малого диаметра, по сигналу дети поворачиваются и бросают мяч в свою пару.

### «Брось платок»

**Цель:** развивать детей мышление, память, креативность и творческие способности.

**Ход игры:** Дети делятся на две группы, обе группы становятся двумя шеренгами, одна против другой. Затем любой из участников игры бросает одному из игроков, стоящих в противоположной шеренге, платок, полотенце или кушак и предлагает ему что-нибудь рассказать, прочитать стихотворение, спеть песню, сплясать. Выполнивший задание игрок бросает платок другому опять в противоположную шеренгу и, в свою очередь, предлагает тому что-нибудь исполнить и т.д.

### «Мороз – красный нос»

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, в одном из них располагаются играющие. Посередине площадки стоит Мороз Красный нос.

#### Мороз Красный нос

Я Мороз Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

#### Дети

Не боимся мы угроз.

И не страшен нам мороз

После этого они перебегают через площадку в другой дом, Мороз догоняет и старается их заморозить (осалить). Замороженные остаются на месте и стоят так до окончания перебежки. Мороз подсчитывает, скольких играющих удалось заморозить. При повторе игры выбирается новый Мороз, и уже он салит игроков, в конце подводятся итоги какой Мороз (старый или новый игрок) больше заморозил

### «Парный бег»

**Цель:** Упражнять детей в беге.

**Ход игры:** Дети стоят в звеньях парами на одной стороне площадки за чертой. На другой стороне площадки расставлены кегли (булавы, стулья, набивные мячи) по числу звеньев. Педагог подает сигнал, по которому первая пара звена, держась за руки, бежит до стоящего впереди предмета, огибает его и возвращается в конец своего звена. По следующему сигналу бежит вторая пара и т.п. Пара, опустившая руки считается проигравшей.

**Оборудование:** Кегли (булавы, стулья, набивные мячи)

### «Сова»

**Цель:** развитие точности, внимания.

**Ход игры:** стоит «Сова». Учитель говорит: *«День наступает – все оживает»*. Все играющие свободно двигаются по площадке, выполняя различные движения, имитируя руками полет бабочек, стрекоз. Неожиданно произносит: *«Ночь наступает, все замирает, сова вылетает»*. Все должны немедленно остановиться в том положении, в котором их застали эти слова, и не шевелиться. «Сова» медленно проходит мимо играющих и зорко осматривает их. Кто пошевелится или засмеется, того «сова» отправляет к себе в «дупло». Через некоторое время игра останавливается, и подсчитывают, сколько человек «сова» забрала к себе. После этого выбирают новую «сову» из тех, кто к ней не попал. Выигрывает та «сова», которая забрала себе большее число играющих.

### «Борьба за крепость»

**Цель игры:** развитие меткости, ловкости, выносливости, координации движений, точности и быстроты реакций, двигательных и коммуникативных способностей.

**Ход игры.**

В игре принимают участие три человека.

Предварительно перед началом игры на уличной игровой площадке, в центральной ее части, при помощи мелков чертится круг средних размеров, в котором устанавливаются доски таким образом, чтобы их верхние концы сходились в одной точке, а нижние, наоборот, расходились в разные стороны в виде домика. Это и будет импровизированная крепость Бастилия. Около нее встает часовой, который должен будет охранять ее. Два других игрока призваны крепость разрушить.

Для осуществления этой задачи они встают по разные стороны от баррикад, держа в руках мячи, слева и справа от начерченного круга, на территории которого располагается крепость.

После того как прозвучит команда ведущего, игра начинается. Нападающие игроки в порядке очередности бросают мячи в импровизированную крепость, а часовой пытается отбивать мячи и отбрасывать их, чтобы защитить крепость от разрушения. Победителем признается не тот игрок, который всего лишь попал в сооружение своим мячом, а тот, от удара которого крепость разрушилась и окончательно пала.

После этого игра может быть продолжена при условии, что победивший участник поменяется местами с часовым и будет теперь защищать крепость от ударов, а часовой станет одним из нападающих.

### «Запрещенное движение»

**Цель:** развитие внимательности, координации, мышления, реакции.

**Ход игры:** Дети, идя по кругу, повторяют все движения за воспитателем, кроме одного, например: "Руки вверх!". Тот, кто выполняет "запрещенное" движение, становится в конец колонны. Таким образом, более внимательные дети окажутся в начале колонны, и они считаются победителями.

### «Ремешок»

Дети стоят в кругу, глаза закрыты. Водящий с ремешком ходит за кругом, кладет ремешок кому – либо за спину.

*Прячу, прячу ремешок,*

*Под калиновый кусток.*

*А кто зореньку проспит –*

*Того бить и колотить.*

По окончании песни все открывают глаза и смотрят, у кого за спиной оказался ремешок. Тот бежит за водящим, старается его догнать. Водящий стремится убежать от ремня и занять место того, кто за ним бегал.

### «Охотники и звери»

**Инвентарь:** заготовленные заранее снежки.

**Цель:** укреплять мышцы ног.

**Ход игры:** Игроки – «зайцы» находятся в домике на одной стороне площадки, водящий – «охотник» стоит на противоположной стороне. Рядом с водящим лежат снежки. Зайцы прыгают по площадке на двух ногах. По команде: «Охотник!» убегают в домик, а охотник бросает в ноги зайцев снежки. По окончании игры подсчитывается количество пойманных зайцев и выбирается новый охотник. Нельзя бросать снежки в туловище и голову игрокам

### «Охотники»

**Инвентарь:** 1 мяч среднего диаметра.

**Цель:** развивать ловкость.

**Ход игры:** Игроки – «утки» находятся на площадке. Два водящих – «охотники», стоят на противоположных сторонах площадки лицом друг к другу, один из охотников держит в руках мяч. Охотники бросают мяч, стараясь попасть в уток. Утки перебегают с одной стороны площадки на другую, стараясь увернуться от мяча. Игроки, в которых попали мячом, временно выбывают из игры. Игра продолжается 1.5 – 2 мин., затем подсчитывается количество пойманных уток и выбираются новые водящие. Мяч бросать в спину или в ноги игрокам

### «Перепрыгни через веревку»

**Цель:** развивать у детей ловкость, умение прыгать и перепрыгивать через веревку.

**Ход игры:** На ровной площадке очерчивается круг с радиусом, равным длине веревки. С помощью считалки выбирается водящий. Водящий, стоя в центре круга. Вращает веревку — примерно на уровне колен и при этом то замедляет, то убыстряет скорость ее вращения, стараясь задеть кого-либо из играющих. Задача играющих — вовремя перешагнуть или перепрыгнуть через веревку, не поддавшись на уловки водящего. Если же кто-нибудь зазеваётся, ему и быть водящим в следующем туре.

### «Сбей шапку»

Под музыку мальчики скачут, имитируя езду на коне по кругу, друг за другом. С окончанием музыки должны быстро сбить шапку с помощью мешочка. Выигрывает тот, кому это удастся, тогда он приглашает казачку на танец и они пляшут. Затем игра повторяется.

### «Горелки»

**Цель:** развивать быстроту и ловкость.

**Ход игры:** Игроки строятся в колонну по два, держась за руки, впереди колонны – водящий. Дети хором говорят: Гори, гори ясно, чтобы не погасло. Глянь на небо: птички летят, колокольчики звенят! Раз, два, три – беги! По окончании слов игроки последней пары опускают руки и бегут в начало колонны – один справа, другой слева от неё. Водящий пытается запятнать одного из игроков, прежде чем тот успеет взяться за руки со своей парой. Если водящий запятнал игрока, то он становится с ним в пару впереди колонны. Игрок, оставшийся без пары, становится водящим

### «Игра в прыжки»

**Цель:** развивать быстроту движения, ловкость, учить прыгать точно на определённое место.

**Ход игры:** Дети подходят к начерченной на земле линии и прыгают как можно дальше. Кто прыгнул дальше, тот выиграл.

**Правила:** прыгать следует на двух ногах, приземляться на носочки.

### «Заря – заряница»

Дети встают в круг, руки держат за спиной. Водящий – заря ходит за спиной игроков в кругу с лентой или платочком и говорит:

Заря-заряница,  
Красная девица,  
По полю ходила,  
Ключи обронила.  
Косы золотые,  
В ленты обвитые.–

С последними словами заря осторожно кладёт ленту на плечо одному из играющих, который заметив это, берёт ленту, и оба бегут в разные стороны по кругу. Тот, кто добежал первым становится на свободное место в кругу. Тот, кто остался без места становится зарей и игра повторяется. Бегущие не должны пересекать круг, играющие в кругу не оборачиваются, пока заря выбирает, кому положить на плечо платочек.

### «Ястребы и ласточки»

**Цель игры:** развитие двигательных и творческих способностей, внимания.

**Ход игры:** игроки делятся на 2 группы и становятся в 2 ряда спиной друг к другу. Один ряд — «ласточки», другой — «ястребы».

Один из игроков — «мудрый сокол», он ведет игру. «Сокол» ходит между игроками и говорит слова по слогам; «лас»... пауза, или «яс»... пауза, а окончание слова не произносит. Только тогда, когда он произнесет название одной из команд полностью, ее игроки разбегаются в разные стороны, а игроки второй команды догоняют их.

Пойманные игроки становятся членами ловящей команды.

**Особые замечания:**

побеждает та команда, в которой к концу игры окажется больше игроков.

### «Пчелки и ласточки»

**Цель:** развивать ловкость, быстроту движения.

**Ход игры.** Играющие дети – «пчелки» – сидят на корточках. «Ласточка» – в своем «гнезде». Пчелки (сидят на поляне и напевают). Пчелки летают, медок собирают! Зум, зум, зум! Зум, зум, зум Ласточка. Ласточка летает, Пчелок поймает! «Вылетает» и ловит «пчел». Пойманный становится «ласточкой».

## «Сороконожка»

**Цель:** совершенствовать умение детей ходить пружинным шагом, высоко поднимая ноги, легко бегать, ходить топающим шагом. Движения передавать в характере музыки

### Ход игры:

Дети встают друг с другом и поют:

*Шла сороконожка*

*По сухой дорожке.*

*Вдруг закапал дождик: кап!*

*- Ой, промокнут сорок лап!*

- Идут «паровозиком» пружинным шагом.

- лёгкий бег.

*Насморк мне не нужен,*

*Обойду я лужи.*

*Грязи в дом не принесу,*

*Каждой лапкой потрясу.*

Идут, высоко поднимая ноги

- стоя, трясут правой ногой

- левой ногой

*Шла сороконожка*

*По сухой дорожке*

*И затопала потом,*

*- Ой, какой от лапок гром!*

- Идут «паровозиком» пружинным шагом.

- Идут топающим шагом



**Перспективный план подвижных игр в старшей группе.**

Месяц	1 я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<b>Сентябрь</b>	<p><b>1. П/и «Мы веселые ребята»</b> Цель: закрепить умение детей действовать по сигналу.</p> <p><b>2. П/и «Перелет птиц»</b> Цель: развивать быстроту реакции, внимание.</p> <p><b>3. П/и «Гуси – лебеди»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту.</p> <p><b>4. П/и «Бездомный заяц»</b> Цель: закрепить умение детей бегать быстро, стараясь занять домик.</p> <p><b>5. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу</p>	<p><b>1. П/и «Находчивый»</b> Цель: развивать быстроту реакции.</p> <p><b>2. П/и «Лошадки»</b> Цель: упражнять детей в ходьбе и беге.</p> <p><b>3. П/и «Классы»</b> Цель: закрепить умение прыгать на двух ногах</p> <p><b>4. П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p> <p><b>5. П/и «Карусель»</b> Цель: развивать умение двигаться по кругу по часовой стрелке и в противоположном направлении.</p>	<p><b>1.П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу</p> <p><b>2. П/и «Гуси – лебеди»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту.</p> <p><b>3. П/и «Карусель»</b> Цель: развивать умение двигаться по кругу по часовой стрелке и в противоположном направлении.</p> <p><b>4. «Находчивый»</b> Цель: развивать быстроту реакции.</p> <p><b>5.П/и «Мы веселые ребята»</b> Цель: закрепить умение детей действовать по сигналу.</p>	<p><b>1.П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p> <p><b>2.П/и «Ловишки»</b> Цель: развивать выносливость.</p> <p><b>3. П/и «Гуси – лебеди»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту.</p> <p><b>4. П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p> <p><b>5. П/и «Море волнуется»</b> Цель: закрепить умение детей действовать по сигналу.</p>
<b>Октябрь</b>	<p><b>1. П/и «Находчивый»</b> Цель: развивать быстроту.</p> <p><b>2.П/и «Удочка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, глазомер.</p> <p><b>3.П/и «Ровным кругом»</b> Цель: совершенствовать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>4. П/и «Перелет птиц»</b> Цель: развивать быстроту реакции, внимание.</p> <p><b>5.П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать быстроту.</p>	<p><b>1. П/и «Мы веселые ребята».</b> Цель: совершенствовать бег не натываясь друг на друга.</p> <p><b>2. П/и «Мышеловка».</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p> <p><b>3. П/и «Гуси – лебеди».</b> Цель: развивать ловкость, быстроту.</p> <p><b>4.П/и «Поймай пару».</b> Цель: развивать ловкость.</p> <p><b>5. П/и «Находчивый».</b> Цель: развивать быстроту.</p>	<p><b>1. П/и «Пустое место»</b> Цель: развивать быстроту реакции, внимание.</p> <p><b>2. П/и «Удочка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, глазомер.</p> <p><b>3. П/и «Ровным кругом»</b> Цель: совершенствовать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>4. П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p> <p><b>5. П/и «Перелет птиц»</b> Цель: развивать быстроту реакции, внимание.</p>	<p><b>1. П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p> <p><b>2. П/и «Слепой козел»</b> Цель: способствовать развитию быстроты двигательных навыков.</p> <p><b>3. П/и «Пустое место»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>4. П/и «Гуси – лебеди»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту.</p> <p><b>5. П/и «Море волнуется»</b> Цель: закрепить умение детей действовать по сигналу.</p>

<b>Ноябрь</b>	<p><b>1. П/и «Краски»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту движений.</p> <p><b>2. П/и «Ловишки»</b> Цель: совершенствовать бег, развивать выносливость.</p> <p><b>3. П/и «Ровным кругом»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p> <p><b>4. П/и «Айголек»</b> Цель: развивать у детей силу, быстроту, ловкость, настойчивость.</p> <p><b>5. П/и «Пустое место»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p>	<p><b>1. П/и «Журавли»</b> Цель: закрепить умение детей действовать организованно, в коллективе.</p> <p><b>2. П/и «Пустое место»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>3. П/и «Мы веселые ребята»</b> Цель: совершенствовать бег не натываясь друг на друга.</p> <p><b>4. П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p> <p><b>5. П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p>	<p><b>1. П/и «Хитрая лиса»</b> Цель: развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга.</p> <p><b>2. П/и «Ловишки»</b> Цель: развивать выносливость.</p> <p><b>3. П/и «Карусель»</b> Цель: развивать умение двигаться по кругу по часовой стрелке и в противоположном направлении.</p> <p><b>4. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>5. П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу</p>	<p><b>1. П/и «Белый лютый – серый лютый»</b> Цель: развивать быстроту, ловкость, выносливость.</p> <p><b>2. П/и «Пустое место»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>3. П/и «Хитрая лиса»</b> Цель: развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга.</p> <p><b>4. П/и «Айголек»</b> Цель: развивать у детей силу, быстроту, ловкость, настойчивость.</p> <p><b>5. П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p>
<b>Декабрь</b>	<p><b>1. П/и «Ловишки с лентами»</b> Цель: развивать ориентировку в пространстве, умение менять направление.</p> <p><b>2. П/и «Мы веселые ребята»</b> Цель: совершенствовать бег не натываясь друг на друга.</p> <p><b>3. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>4. П/и «Ровным кругом»</b> Цель: совершенствовать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>5. П/и «Белый лютый – серый лютый»</b> Цель: развивать быстроту, ловкость, выносливость.</p>	<p><b>1. П/и «Платок с узелком»</b> Цель: упражнять детей в беге и увертливости.</p> <p><b>2. П/и «Ловишки»</b> Цель: развивать выносливость.</p> <p><b>3. П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p> <p><b>4. П/и «Пустое место»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>5. П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p>	<p><b>1. П/и «Охотники и зайцы»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p> <p><b>2. П/и «Платок с узелком»</b> Цель: упражнять детей в беге и увертливости.</p> <p><b>3. П/и «Ловишки с лентами»</b> Цель: развивать ориентировку в пространстве, умение менять направление.</p> <p><b>4. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>5. П/и «Находчивый»</b> Цель: развивать быстроту.</p>	<p><b>1. П/и «Ну-ка, отними»</b> Цель: развивать активность, быстроту ориентирования.</p> <p><b>2. П/и «Охотники и зайцы»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p> <p><b>3. П/и «Ловишки»</b> Цель: развивать выносливость.</p> <p><b>4. П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p> <p><b>5. П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p>

<b>Январь</b>	<p><b>1. П/и «Зима и лето»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать, ловить свою пару.</p> <p><b>2. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>3. П/и «Карусель»</b> Цель: развивать умение двигаться по кругу по часовой стрелке и в противоположном направлении.</p> <p><b>4. П/и «Пустое место»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>5. П/и «Мы веселые ребята»</b> Цель: совершенствовать бег не натываясь друг на друга.</p>	<p><b>1. П/и «Брось платок»</b> Цель: развивать внимание, координацию, ловкость.</p> <p><b>2. П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p> <p><b>3. П/и «Ловишки»</b> Цель: развивать выносливость.</p> <p><b>4. П/и «Зима и лето»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать, ловить свою пару.</p> <p><b>5. П/и «Охотники и зайцы»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p>	<p><b>1. П/и «Мороз – красный нос»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p> <p><b>2. П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p> <p><b>3. П/и «Платок с узелком»</b> Цель: упражнять детей в беге и увертливости.</p> <p><b>4. П/и «Ну-ка, отними»</b> Цель: развивать активность, быстроту ориентирования.</p> <p><b>5. П/и «Зима и лето»</b> Цель: развивать умение быстро бегать, ловить свою пару.</p>	<p><b>1. П/и «Борьба за крепость»</b> Цель: способствовать развитию силы, ловкости.</p> <p><b>2. П/и «Мороз – красный нос»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p> <p><b>3. П/и «Брось платок»</b> Цель: развивать внимание, координацию, ловкость.</p> <p><b>4. П/и «Пустое место»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>5. П/и «Карусель»</b> Цель: развивать умение двигаться по кругу по часовой стрелке и в противоположном направлении.</p>
<b>Февраль</b>	<p><b>1. П/и «Парный бег»</b> Цель: упражнять в беге в парах, не расцепляя рук, огибать предметы.</p> <p><b>2. П/и «Охотники и зайцы»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p> <p><b>3. П/и «Зима и лето»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать, ловить свою пару.</p> <p><b>4. П/и «Мороз – красный нос»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p> <p><b>5. П/и «Борьба за крепость»</b> Цель: способствовать развитию силы, ловкости.</p>	<p><b>1. П/и «Сова»</b> Цель: развивать самостоятельность и сообразительность.</p> <p><b>2. П/и «Охотники и зайцы»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p> <p><b>3. П/и «Платок с узелком»</b> Цель: упражнять детей в беге и увертливости.</p> <p><b>4. П/и «Пустое место»</b> Цель: совершенствовать умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>5. П/и «Мороз – красный нос»</b> Цель: развивать внимание, ловкость.</p>	<p><b>1. П/и «Запрещенное движение»</b> Цель: развивать внимание, двигательную активность.</p> <p><b>2. П/и «Сова»</b> Цель: упражнять в беге с изменением направления.</p> <p><b>3. П/и «Парный бег»</b> Цель: упражнять в беге в парах, не расцепляя рук, огибать предметы.</p> <p><b>4. П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p> <p><b>5. П/и «Ловишки»</b> Цель: развивать выносливость.</p>	<p><b>1. П/и «Ремешок»</b> Цель: развивать скорость, внимание и координацию.</p> <p><b>2. П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p> <p><b>3. П/и «Зима и лето»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать, ловить свою пару.</p> <p><b>4. П/и «Ну-ка, отними»</b> Цель: развивать активность, быстроту ориентирования.</p> <p><b>5. П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p>

<b>Март</b>	<p><b>1. П/и «Сделай фигуру»</b> Цель: развивать равновесие, умение сохранять неподвижную прозу.</p> <p><b>2. П/и «Сова»</b> Цель: развивать самостоятельность и сообразительность.</p> <p><b>3. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>4. П/и «Запрещенное движение»</b> Цель: развивать внимание, двигательную активность.</p> <p><b>5. П/и «Парный бег»</b> Цель: упражнять в беге в парах, не расцепляя рук, огибать предметы.</p>	<p><b>1. П/и «Затейники»</b> Цель: развивать умение повторять движения за водящим.</p> <p><b>2. П/и «Пустое место»</b> Цель: развивать умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>3. П/и «Сова»</b> Цель: упражнять в беге с изменением направления.</p> <p><b>4. П/и «Ловишки»</b> Цель: развитие ловкости.</p> <p><b>5. П/и «Запрещенное движение»</b> Цель: развивать внимание, двигательную активность.</p>	<p><b>1. П/и «Охотники и звери»</b> Цель: развивать ловкость, глазомер.</p> <p><b>2. П/и «Мы веселые ребята»</b> Цель: совершенствовать бег не наткаясь друг на друга.</p> <p><b>3. П/и «Белый лютый – серый лютый»</b> Цель: развивать быстроту, ловкость, выносливость.</p> <p><b>4. П/и «Сделай фигуру»</b> Цель: развивать равновесие, умение сохранять неподвижную прозу.</p> <p><b>5. П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p>	<p><b>1.П/и «Охотники»</b> Цель: развивать сообразительность, быстроту реакции, ловкость.</p> <p><b>2. П/и «Хитрая лиса»</b> Цель: развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга.</p> <p><b>3. П/и «Затейники»</b> Цель: развивать умение повторять движения за водящим.</p> <p><b>4. П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p> <p><b>5. П/и «Пустое место»</b> Цель: развивать умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p>
<b>Апрель</b>	<p><b>1. П/и «Перепрыгни через веревочку»</b> Цель: развивать прыгучесть, быстроту реакции, внимание.</p> <p><b>2. П/и «Хитрая лиса»</b> Цель: развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга.</p> <p><b>3. П/и «Запрещенное движение»</b> Цель: развивать внимание, двигательную активность.</p> <p><b>4. П/и «Ловишки с лентами»</b> Цель: развивать ориентировку в пространстве, умение менять направление.</p> <p><b>5. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p>	<p><b>1. П/и «Сбей шапку»</b> Цель: развивать внимания, ловкости.</p> <p><b>2. П/и «Гуси – лебеди»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту.</p> <p><b>3. П/и «Охотники и звери»</b> Цель: развивать ловкость, глазомер.</p> <p><b>4. П/и «Сова»</b> Цель: развивать самостоятельность и сообразительность.</p> <p><b>5. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p>	<p><b>1. П/и «Горелки»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>2.П/и «Краски»</b> Цель: развивать быстроту реакции, совершенствовать бег.</p> <p><b>3. П/и «Затейники»</b> Цель: умение повторять движения за водящим.</p> <p><b>4. П/и «Лошадки»</b> Цель: упражнять детей в ходьбе и беге.</p> <p><b>5.П/и «Классы»</b> Цель: закрепить умение прыгать на двух ногах</p>	<p><b>1. П/и «Игра в прыжки»</b> Цель: совершенствовать навык прыжка в длину с места.</p> <p><b>2.П/и «Море волнуется»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>3. П/и «Ловишки с лентами»</b> Цель: развивать ориентировку в пространстве, умение менять направление.</p> <p><b>4. П/и «Сделай фигуру»</b> Цель: развивать равновесие, умение сохранять неподвижную прозу.</p> <p><b>5. П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p>

<b>Май</b>	<p><b>1. П/и «Заря-Заряница»</b> Цель: развивать быстроту, ловкость.</p> <p><b>2. П/и «Горелки»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>3. П/и «Игра в прыжки»</b> Цель: совершенствовать навык прыжка в длину с места.</p> <p><b>4. П/и «Охотники и звери»</b> Цель: развивать ловкость, глазомер.</p> <p><b>5. П/и «Затейники»</b> Цель: умение повторять движения за водящим.</p>	<p><b>1. П/и «Ястребы и ласточки»</b> Цель: Развивать внимание, упражнять в увертливости.</p> <p><b>2. П/и «Запрещенное движение»</b> Цель: развивать внимание, двигательную активность.</p> <p><b>3. П/и «Море волнуется»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>4. П/и «Бездомный заяц»</b> Цель: закрепить умение детей бегать быстро, стараясь занять домик.</p> <p><b>5. П/и «Краски»</b> Цель: развивать быстроту реакции, совершенствовать бег.</p>	<p><b>1. П/и «Пчелки и ласточка»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p> <p><b>2. П/и «Игра в прыжки»</b> Цель: совершенствовать навык прыжка в длину с места.</p> <p><b>3. П/и «Затейники»</b> Цель: закрепить умение повторять движения за водящим.</p> <p><b>4. П/и «Хитрая лиса»</b> Цель: развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга.</p> <p><b>5. П/и «Перелет птиц»</b> Цель: развивать быстроту реакции, внимание.</p>	<p><b>1. П/и «Сороконожка»</b> Цель: развивать координацию движений рук и ног.</p> <p><b>2. П/и «Бездомный заяц»</b> Цель: закрепить умение детей бегать быстро, стараясь занять домик.</p> <p><b>3. П/и «Охотники и звери»</b> Цель: развивать ловкость, глазомер.</p> <p><b>4. П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p> <p><b>5. П/и «Сова»</b> Цель: развивать самостоятельность и сообразительность.</p>
------------	---	--	---	--

## Подготовительная группа (6-7 лет)

### Игра «Ловишки»

**Цель:** упражнять в беге. Развивать ловкость, умение быстро ориентироваться.

**Ход:** с помощью считалки выбирается водящий – ловишка и становится на середину зала (площадки). По сигналу: "Раз, два, три – лови!" все играющие разбегаются и увертываются от ловишки, который старается догнать кого – либо и коснуться рукой (запятнать). Тот, кого ловишка коснулся, отходит в сторону. Когда будут пойманы 2-3 игрока, выбирается другой ловишка. Игра повторяется 3 раза. Если группа большая, то выбираются двое ловишек.

**Варианты:** ловишки с лентой, собручем

### Игра «Ловкие ребята»

**Цель:** развивать ловкость, глазомер и точность движений.

**Ход:** играющие распределяются на тройки и встают треугольником (расстояние между детьми 1,5м). Один ребенок в тройке бросает мяч вверх двумя руками, второй – должен подхватить его и снова бросить вверх, третий игрок ловит мяч и бросает его вверх, поймать мяч должен первый игрок и т.д.

### Игра «Догони свою пару»

**Цель:** упражнять детей в беге с ускорением.

**Ход:** дети встают в две шеренги; расстояние между шеренгами 3-4 шага. По сигналу воспитателя выполняется бег на противоположную сторону площадки (дистанция 15 – 20). Игрок второй шеренги старается дотронуться (запятнать) до игрока первой, прежде чем тот пересечет условную линию. Инструктор подсчитывает количество проигравших. При повторении игрового задания дети меняются ролями.

### Игра «Вершки и корешки»

**Цель:** закреплять знания о способе произрастания овощей, развивать внимание, зрительное и слуховое восприятие, память, упражнять в умении ловить мяч.

**Ход:**

1. Взрослый показывает овощ (муляжи или натуральные) или называет, дети называют его и показывают движениями, где он произрастает, если на земле — тянут руки вверх, если под землёй — приседают. В качестве взрослого может выступать и ребёнок, который сам показывает овощи.

2. Дети стоят по кругу. В центре водящий с мячом. Он бросает мяч первому игроку и называет любой овощ. Игрок возвращает мяч ведущему и отвечает вершки это или корешки. Выигрывает тот, кто ни разу не ошибется.

### Игра «Не оставайся на полу»

**Цель:** упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции, развивать координацию движений в прыжках.

**Ход:** с помощью считалки выбирается водящий – ловишка. Ловишка бежит вместе с детьми по залу (площадке). Как только воспитатель произнесет "Лови!" все дети разбегаются и стараются забраться на любое возвышение (гимнастические скамейки, кубы, гимнастическая стенка). Ловишка старается осалить. Ребята, до которых он дотронулся, отходят в сторону. По окончании игры подсчитывают количество проигравших и выбирается новый водящий.

### Игра «Летает – не летает»

**Цель:** развитие внимания, реакции на словесную команду и произвольной регуляции поведения.

**Ход:** дети стоят в шеренге. Ведущий называет различные предметы и поднимает руки вверх. Дети должны поднимать руки вверх только тогда, когда названный предмет летающий. В конце отметить тех, кто ни разу не ошибся.

### **Игра «Чья колонна быстрее построится»**

**Цель:** развивать внимание и быстроту движений.

**Ход:** играющие строятся в три колонны (перед каждой колонной кубик своего цвета). Воспитатель предлагает запомнить свое место в колонне и цвет кубика. По сигналу играющие разбегаются по всему залу (площадке). Через 30-35 сек. Подается сигнал "Быстро в колонну!", и каждый ребенок должен быстро занять свое место в колонне.

### **Игра «Совушка»**

**Цель:** развитие внимания, реакции на словесную команду и произвольной регуляции поведения.

**Ход:** на площадке обозначается гнездо совы. Остальные – мышки, жучки, бабочки. По сигналу "День!" - все ходят, бегают. Через некоторое время звучит сигнал "Ночь!" и все останавливаются, оставаясь в той позе, в которой их застала команда. Совушка просыпается, вылетает из гнезда, обегает вокруг детей, внимательно наблюдает, и того, кто пошевелится, уводит в свое гнездо. По сигналу: "День!" - игра продолжается.

**Правила:** останавливаться в позе, предложенной инструктором: стоять на одном колене, на носках, образовав пары, поставив стопы на одну линию.

### **Игра «Великаны и гномы»**

**Цель:** упражнять детей действовать по сигналу.

**Ход:** водящий (чаще всего взрослый) объясняет ребятам, что он может произносить только слова "великаны" и "гномы". При слове "великаны", все должны подняться на носки и поднять руки. А при слове "гномы", все должны присесть пониже. Тот, кто ошибается — выбывает из игры. Конечно, водящий хочет добиться, чтобы игроки ошибались. Для этого он вначале произносит слова "великаны!" громко и басом, а "гномы" — тихим писклявым шёпотом. А потом, в какой-то момент — наоборот. Или, произнося "великаны", водящий приседает, а говоря "гномы" — поднимается на носочки. Темп игры всё ускоряется, и все игроки постепенно выбывают. Последний игрок, который ни разу не ошибся, становится водящим.

### **Игра «Удочка»**

**Цель:** упражнять в прыжках с энергичным отталкиванием двумя ногами от земли и подгибанием ног под себя во время прыжка.

**Ход:** дети стоят по кругу. В центре круга воспитатель держит в руках веревку, на конце привязан мешочек с песком. Педагог вращает мешочек на веревке по кругу над самой землей (полом), а дети подпрыгивают, стараясь, чтобы мешочек не задел их ног. Воспитатель вращает мешочек в обе стороны попеременно.

### **Игра «Быстро передай»**

**Цель:** развивать быстроту и точность движений при передаче мяча.

**Ход:** играющие становятся в 3-4 шеренги и располагаются в полушаге друг от друга. У первого игрока в каждой шеренге мяч большого диаметра. По сигналу инструктора дети начинают передавать мяч друг другу из рук в руки. Последний в шеренге игрок, получив мяч, поднимает его над головой.

### **Игра «Не попадись»**

**Цель:** упражнять в прыжках через шнуры.

**Ход:** на полу (земле) чертят круг (или выкладывают из шнура). Все играющие становятся за кругом на расстоянии полушага. Выбирается водящий. Он становится в круг в любом месте. Дети прыгают в круг и из круга. Водящий бегаёт в кругу, стараясь коснуться играющих в то время, когда они находятся в

кругу. Ребенок, до которого водящий дотронулся, отходит в сторону. Через 30-40 сек. Игра останавливается. Выбирается другой водящий, и игра повторяется со всеми детьми.

### «Мы веселые ребята»

**Цель:** Развивать у детей умение выполнять движения по словесному сигналу. Упражнять в беге по определенному направлению с увертыванием. Способствовать развитию речи.

**Ход игры:** Дети стоят на одной стороне площадки. Перед ними проводится черта. На противоположной стороне также проводится черта. Сбоку от детей, на середине, между двумя линиями, находится ловишка, назначенный воспитателем. Дети хором произносят:

«Мы веселые ребята,  
любим бегать и скакать,  
ну, попробуй нас догнать.

Раз, два, три- лови!»

После слова «лови», дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка догоняет бегущих. Тот, кого ловишка дотронулся, прежде чем играющий пересек черту, считается пойманным и садится возле ловишки. После 2-3 перебежек производится пересчет пойманных и выбирается новый ловишка.

**Правила:** Перебегать на другую сторону можно только после слова «лови». Тот, до кого дотронулся ловишка отходит в сторону. Того, кто перебежал на другую сторону, за черту, ловить нельзя.

**Варианты:** Ввести второго ловишку. На пути убегающих - преграда- бег между предметами.

### «Перелет птиц»

**Цель:** развивать у детей выдержку, умение двигаться по сигналу. Упражнять в беге, лазании.

**Ход игры:** дети стоят в рассыпную на одном конце площадки – «птицы». На другом конце – вышка для влезания или гимнастическая стенка с несколькими пролетами. По сигналу «птицы улетают» птицы летят, расправив крылья. По сигналу «буря» птицы летят на вышку – скрываются от бури. По сигналу «буря прекратилась», птицы летают. Продолжительность 5-7 минут.

### «Гуси – лебеди»

**Цель:** развивать ловкость и быстроту.

**Ход игры:** Выбирают детей на роль «волка» и «пастуха», остальные игроки – «гуси». На одной стороне площадки (в «доме») находятся гуси, на противоположной - «пастух». Сбоку «логово волка», остальное место – «луг». Пастух зовёт гусей на луг. - Гуси, Гуси! - Га-га-га! - Есть хотите? - Да! Да! Да! - Так летите! - Нам нельзя! Серый волк под горой не пускает нас домой! - Так летите, как хотите, только крылья берегите! Гуси перебегают через луг домой, а волк, выбежав из логова, старается их догнать и запятнать. Пойманные гуси остаются в игре, а пастух и волк – другие дети..

### «Бездомный заяц»

**Инвентарь:** обручи среднего диаметра по количеству детей.

**Цель:** улучшать быстроту реакции на сигнал.

**Ход игры:** Игроки – «зайцы» стоят в «домиках» - обручах, расположенных на одной стороне площадки. По команде зайцы выпрыгивают из домиков и прыгают по площадке на двух ногах. Педагог в это время убирает один или несколько обручей. По звуковому сигналу зайцы прячутся в домики. Тот, кому не хватило домика, - бездомный заяц, он не остаётся в игре. Игра продолжается 4-5 раз, отмечаются самые ловкие и внимательные зайцы. Прятаться можно в любой домик, два зайца в один домик спрятаться не могут.

### «Мышеловка»

**Цель:** совершенствовать координацию движений и ловкость.

**Ход игры:** Игроки делятся на 2 группы. Одни образуют круг – «мышеловку». Другие – «мыши» - находятся вне круга. Дети, изображающие мышеловку, идут по кругу, подняв сцепленные руки вверх, и говорят: Ах, как мыши надоели, развелось их просто страсть. Всё погрызли, всё поели, всюду лезут – вот напасть. Берегитесь же, плутовки, доберёмся мы до вас. Вот поставим мышеловки – переловим всех за раз. В процессе произнесения слов дети – «мыши» вбегают в круг, подлезая под сцепленные руки, и выбегают из круга. По окончании слов мышеловка закрывается – дети опускают руки. Те, кто остался в кругу, считаются пойманными. Они встают в круг – мышеловка увеличивается. Отмечаются самые ловкие мыши.

### «Самолет»

**Цели:** учить детей медленному бегу, держать спину и голову прямо во время бега, соблюдать расстояние между друг другом, развивать ориентировку в пространстве.

**I вариант:** дети бегают по площадке, изображая самолеты (расставив руки в стороны). Самолеты не должны сталкиваться и ломать крылья. Потерпевшие аварию подходят к воспитателю. После ремонта они вновь отправляются в полет. Игра продолжается 2-3 мин.

**II вариант:** дети размещаются вокруг воспитателя в одном углу площадки и приседают на корточки. Это – самолеты на аэродроме. По сигналу воспитателя самолеты друг за другом отправляются в полет и летают (медленно) в любых направлениях, стараясь не задевать друг друга крыльями (вытянутыми в стороны руками). По сигналу самолеты заходят на посадку и занимают место на аэродроме. В конце игры отмечаются лучшие, летавшие без аварий. Игра повторяется 3-4 раза.

### «Находчивый»

**Цель:** развивать у детей сообразительность.

**Ход игры:** Воспитатель делит детей на две команды, выбирает водящего. Участники команд становятся в две линии друг напротив друга. Расстояние между командами примерно 2 метра. Водящий бросает крайнему игроку одной из команд в руки мяч и произносит начало любого слова, например: «То...» - ..поль!» быстро, не мешкая должен закончить игрок и бросить мяч сидящему напротив: «Бе...» - «...рёза!» сразу отвечает тот и бросает мяч своему сопернику...

Водящий отмечает любую заминку с ответом и начисляет за нее одно штрафное очко. В обязанности водящего входит и контроль по соблюдению правил за точной передачей мяча, за тем, чтобы не было подсказок, а также за временем. Игра должна идти 3 или 5 минут как вы условитесь.

Для усложнения игры можно ограничиться, к примеру, названиями растений, животных... Победившей объявляется команда, набравшая меньшее количество штрафных очков.

В некоторых случаях игра может закончиться очень быстро — когда чьи-либо раздумья над ответом слишком затянулись.

### «Лошадки»

**Инвентарь:** 1 обруч среднего диаметра или 1 скакалка на пару игроков.

**Цель:** формировать согласованность двигательных действий.

**Ход игры:** Игроки строятся парами, каждая пара берёт один обруч – «упряжку». Один игрок в паре – «лошадка», второй – «наездник». Лошадка стоит в обруче, удерживая его двумя руками на уровне пояса, наездник стоит за обручем и держит его двумя руками. По команде: «Поехали в лес за дровами!» наездники говорят: «Но!» и скачут галопом в паре с лошадкой. По команде: «Приехали в лес.

Наездники, отпустите лошадок отдохнуть!» лошадки выходят из обруча и передвигаются по полу в упоре на коленях («щиплют травку», «пьют воду»), а наездники ходят рядом. По команде: «Поехали

дальше, запрягайте лошадей!» пары едут дальше. Затем игроки меняются ролями. Согласовывать движения в паре, не тянуть друг друга.

### «Классы»

**Цель:** развивать умение прыгать на одной (правой или левой) ноге, толкая перед собой предмет; ориентироваться на ограниченной площадке, соразмерять свои прыжки с размером клеток. Развивать глазомер, меткость.

**Ход игры:** На земле чертят обычные «классы» из 6—8 клеток (в 2 ряда по 3—4 клетки), у последней клетки рисуется полукруг — «огонь». Ребенок бросает плоский камешек, плиточку в первую клетку, а затем прыгает в нее на одной ноге. Он должен здесь остановиться, взять камешек и продолжать прыгать до конца. Затем прыжки начинают, забрасывая камешек во вторую клетку, и т. д. Играют в классы по несколько человек, по очереди.

Если ребенку не удалось попасть камешком в нужную клетку или во время прыжков он наступил на линию, то игру продолжает следующий игрок. Если же камешек упадет в «огонь» или ребенок наступит ногой на линию «огня», то он должен начать игру сначала — бросать камешек, начиная с первой клетки.

*Первый вариант* игры «Классы» можно усложнить за счет того, что дети не берут в руки брошенный ими камешек (или плитку), а передвигают ногой из клетки в клетку. Если ребенку не удалось передвинуть камешек через линию, то игру продолжает другой. Игра заканчивается, когда ребенок попадет камешком во все клетки удачно.

Клетки - «классы» могут быть расположены и по-другому, например, в чередовании по одному и по два или по кругу «улиткой». Принцип игры остается тот же.

### «Карусель»

**Цель:** Развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами. Упражнять в беге, ходьбе по кругу и построении в круг.

**Ход игры:** Играющие образуют круг. Воспитатель дает детям шнур, концы которого связаны. Дети, взявшись правой рукой за шнур, поворачиваются налево и говорят стихотворение:

«Еле, еле, еле, еле, завертелись карусели.

А потом кругом, кругом, все бегом, бегом, бегом».

В соответствии с текстом стихотворения дети идут по кругу, сначала медленно, потом быстрее, затем бегут. Во время бега воспитатель приговаривает:

«По-бе-жа-ли». Дети бегут 2 раза по кругу, воспитатель меняет направление движения, говоря:

«Поворот». Играющие поворачиваются кругом, быстро перехватывая шнур левой рукой и бегут в другую сторону. Затем воспитатель продолжает вместе с детьми: «Тише, тише, не спишите, карусель остановите. Раз, два, раз, два, вот и кончилась игра!». Движения карусели становятся все медленней.

При словах «вот и кончилась игра» дети опускают шнур на землю и расходятся.

**Правила:** Занимать места на карусели можно только по звонку. Не успевший занять место до третьего звонка, не принимает участия в катании. Делать движения надо согласно тексту, соблюдая ритм.

Варианты: Каждый должен занять свое место. Шнур положить на пол, бегая по кругу за ним.

### «Море волнуется»

**Цель:** развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге и приседание, построение в круг и ходьбе по кругу.

**Ход игры:** из числа играющих, выбирается водящий. Остальные встают в круг на расстоянии одного шага друг от друга, и каждый чертит на своем месте кружок. Ведущий идет вокруг играющих «змейкой», а дети, которым говорят «Море волнуется», – встают за ним, постепенно образуя цепочку. затем неожиданно ведущий говорит «Море спокойно», – все отпускают руки и бегут занять свои места. Тот, кто останется без кружка становится водящим. Игра повторяется 6-8 раз.

### «Ровным кругом»

**Цель:** Приучать ходить по кругу, менять движение по сигналу воспитателя; развивать чувство равновесия, ориентировку в пространстве.

**Ход игры:** Дети, взявшись за руки, ритмично идут по кругу, говоря:

«Ровным кругом Друг за другом Мы идем за шагом шаг. Стой на месте! Дружно вместе Сделаем вот так!»

С окончанием слов останавливаются и повторяют движение, которое показывает воспитатель, например, повернуться, наклониться, присесть.

**Правила:** ритмично идти по кругу, сохраняя интервал; не заходить в круг.

**Усложнение:**

1. Внутри круга стоит ребенок. Дети идут по кругу и говорят: «Ходим кругом

Друг за другом

Эй, ребята, не зевать!

То, что Дима нам покажет,

Будем дружно повторять!»

Дети выполняют движения за водящим.

2. Заранее водящего не выбирают, его называет воспитатель после слов:

«Ровным кругом Друг за другом Мы идем за шагом шаг. Ну-ка, Валя, выходи, Что нам делать покажи!»

**Правила:** каждый водящий показывает новое движение, не повторяя выполненное ранее.

### «Поймай пару»

**Цель:** закреплять бег парами.

**Ход игры:** Пара ловцов, взявшись за руки, ловят игроков, бегающих по площадке. Игрок считается пойманным, если ловцы сомкнули вокруг него руки. Когда пойманы 2 игрока, то они составляют новую пару ловцов и продолжают ловить остальных игроков. Пойманные игроки образуют новые пары и так же участвуют в игре. Игра заканчивается, когда на площадке остаётся 2 игрока, которые считаются победившими. Ловцам запрещается хватать игроков руками, игрокам не разрешается выбегать за границу площадки.

### «Пустое место»

**Цель:** учить детей быстро бегать наперегонки в противоположные стороны. Развивать быстроту реакции, внимание.

**Ход игры:** Играющие становятся в круг, положив руки на пояс, - получают окошки. Выбирается водящий. Он ходит вне круга и говорит:

«Вокруг домика хожу

И в окошечки гляжу,

К одному я подойду

И тихонько постучу».

После слов «постучу», водящий останавливается, заглядывает в окошко и говорит: «Тук, тук, тук».

Стоящий впереди спрашивает: «Кто пришёл?», - водящий называет своё имя. Стоящий в кругу

спрашивает: «Зачем пришёл?», - водящий отвечает: «Бежим наперегонки», - и оба бегут вокруг

играющих в разные стороны. В кругу оказывается пустое место. Тот, кто добежит до него первым, остаётся в кругу, опоздавший становится водящим, и игра продолжается.

**Варианты:** водящий просто ходит за кругом и кладёт руку на плечо кому-нибудь, с ним и бегут в разные направления, стараясь занять пустое место.

### «Слепой козел» - народная игра

Ход игры: Один - "слепой козел", ему завязывают глаза, стоит чуть в стороне и стучит, дети спрашивают:

- Кто здесь?

- Слепой козел!

Р-к: - слепой козёл!

Не ходи к нам ногой,

А поди-ка в кут,

(где холсты ткут), там блины пекут

И тебе блин дадут.

"Козел" опять стучит

- Кто здесь?

- Афанас!

Все:- Афанас, не бей нас!

Ты лови скорее нас!

Дети убегают от «козла», а он ловит. Пойманный и узнанный становится "козлом".

### «Айголек»

Чтобы сыграть в эту игру, нужно разделить на две команды, взяться за руки и выстроиться друг против друга на расстоянии 20-30 шагов. Первая команда начинает игру: «Айголек, Айголек Луна белая, как снег. Выше гор, быстрее рек, Начинаем свой забег. Выше гор, быстрее рек, Кто, тот нужный человек?» На что вторая команда отвечает: «Айголек, Айголек Луна белая, как снег. Выше гор, быстрее рек Тот... (имя одного из ребят) Нужный человек» Игрок, которого назвали, разбежавшись, должен постараться на бегу разорвать сомкнутые в цепи руки второй команды. Если ему это удастся, он выбирает кого -нибудь из их команды и вместе с ним возвращается в свою команду. Ну, а если ему не удастся - остается в этой команде. В какой из этих двух команд в конце игры останется больше игроков, та команда и будет считаться победившей

### «Краски»

**Цель:** Развивать слуховые качества, двигательную активность, умение выполнять правила.

**Ход игры:** Сейчас вам нужно выбрать одного ведущего - продавца и одного покупателя-монаха.

Остальные дети будут красками. Участники-краски сидят в кругу или в беседке. Продавец тихо (на ушко) говорит каждому какой цвет краски ему соответствует. Дети запоминают свой цвет. Монах-покупатель не должен знать цвета красок.

Монах приходит в магазин красок и обращается к продавцу:

- Я монах в синих штанах, пришел за краской.

- За какой?

Монах называет цвет краски (например, голубой). Если такой краски нет, то продавец отвечает:

- Нет такой! Скачи по голубой дорожке, на одной ножке, найдешь сапожки, поноси, да назад принеси!

Задания для монаха могут быть разные: проскакать на одной ножке, пройти уточкой, вприсядку или как-то по-другому.

Если названная краска в магазине присутствует, то продавец отвечает монаху:

- Есть такая!

- Сколько стоит?

- Пять рублей (Монах громко хлопает по ладони продавца пять раз).

При последнем хлопке названная "краска" вскакивает со своего места и бежит вокруг беседки или шеренги остальных детей. Монах пытается ее догнать. Если он догоняет краску, то сам становится

краской, а пойманный участник-краска становится покупателем-монахом и игра продолжается. Если же монах не смог поймать краску, то игра начинается.

### «Хитрая лиса»

**Цель:** развивать ловкость и быстроту.

**Ход игры:** Игроки стоят в кругу в центре площадки. По команде дети закрывают глаза, а педагог выбирает водящего – «хитрую лису», касаясь плеча одного из игроков. Хитрая лиса молчит и ничем себя не выдаёт. Дети открывают глаза и хором три раза спрашивают: «хитрая лиса, где ты?» Хитрая лиса прыгает в центр круга и говорит: «Я тут!» Дети разбегаются, а хитрая лиса старается их догнать и запятнать. Игра повторяется 3-4 раза. В конце игры подсчитывают пойманных игроков и выбирают нового водящего. Пойманные игроки временно выбывают из игры

### «Ловишки с лентами»

**Цель:** развивать у детей ловкость, сообразительность. Упражнять в беге с увертыванием, в ловле и в построении в круг.

**Ход игры:** 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».

### «Журавли»

Вожак журавлиной стаи, который выбирается считалочкой, поет или говорит речитативом следующие слова: "Журавли, журавли, выгнитесь дугой". Все играющие в процессе размеренной ходьбы выстраиваются дугой, держа руки, как крылья. Вожак, убыстряя темп, продолжает: "Журавли, журавли, сделайте веревочкой". Дети быстро, не отпуская рук, перестраиваются в одну колонну за вожаком, который все убыстряет шаги по темпу песни. "Журавли-журавли, извивайтесь, как змея!" - вереница детей делает плавные зигзаги. Вожак поет дальше "Змея, заворачивайся в кольцо", "Змея выпрямляется" и т. д. Упражнения выполняются во все возрастающем темпе, переходящем в бег, до тех пор, пока вереница не разрушится. Когда играющие запутаются, игру начинают снова.

### «Платок с узелком»

Перед началом игры нужно выбрать одного водящего. Он получает платочек. Остальные ребята встают в широкий круг. Чем меньше игроков, тем больше должно быть между ними расстояние. Если же в игре принимают участие много народу, то они могут стоять почти «плечо к плечу». Водящий находится с внешней стороны круга. Он обходит круг и незаметно кладет платочек на плечо одного из игроков. После чего продолжает движение в том же направлении. Игрок, заметив, что платочек у него на плече, должен тут же бежать по внешней стороне круга в направлении противоположном водящему. Цель и того и другого – успеть добежать первым и занять свободное место. Тот, кто не успел, будет водить.

### «Ну – ка отними»

**Цель:** развитие двигательных, коммуникативных и творческих способностей.

**Атрибуты:** мяч среднего размера.

**Ход игры:** одна команда игроков — дети, другая — «собачки». Ведущий подбрасывает мяч вверх, и дети должны перебрасывать мяч друг другу так, чтобы он не падал на пол. «Собачки» бегают вокруг и мешают детям. Если «собачка» ловит мяч, она меняется местами с тем игроком, который его уронил.

### «Белый лютый – серый лютый»

**Цель:** совершенствовать у детей навык бега.

**Ход игры:** В игре участвуют две команды это волшебные храбрые волки. Каждая команда имеет 1 свое логово и клетку. Логово — это круг, рассчитанный на то, чтобы все играющие каждой команды поместились в нем свободно. Клетка — это тоже круг, начерченный рядом с логовом, предназначенный для вероятных пленников. В центре площадки прочерчена линия это граница между логовами, находящаяся на равном расстоянии от каждого из них. Команда, получившая по жребью право начать игру, поет:

Белый лютый,  
Серый лютый,  
Кого вы из нас хотите  
Разозлить?  
Имя назовите!

Другая команда отвечает:

Нужен нам самый храбрый.  
Тот, кто врагов в бою победил,  
Тот, кто в походы ходил,  
Тот, кто в стременах вставал,  
Злому волшебнику рога отрубал.

Белый лютый  
При белой луне,  
Серый лютый  
При бледной луне  
До орды добежит,  
К нам от вас самый смелый (имя выбранного) прибежит.

Тот, на кого выпал выбор соперников, выбегает из своего логова под восторженные возгласы своих товарищей. В это время команда, которая приглашает «волка», становится в шеренгу, держа перед собой раскрытые ладони. Храбрый

#### **Правила**

Касаться рукой «волка», перешедшего границу, нельзя.

### «Охотники и зайцы»

**Цель игры:** укреплять мышцы ног.

**Ход игры:** Игроки – «зайцы» находятся в домике на одной стороне площадки, водящий – «охотник» стоит на противоположной стороне. Рядом с водящим лежат снежки. Зайцы прыгают по площадке на двух ногах. По команде: «Охотник!» убегают в домик, а охотник бросает в ноги зайцев снежки. По окончании игры подсчитывается количество пойманных зайцев и выбирается новый охотник. Нельзя бросать снежки в туловище и голову игрокам

### «Зима и лето»

**Цель:** учить детей строится в 2 шеренги спиной друг к другу, быстро бегать, ловить свою пару.

Развивать внимание, быстроту реакции.

**Ход игры:** Стоящие в две шеренги дети поворачиваются спиной друг к другу. Одна шеренга – зима, другая – лето. По сигналу «Зима!» - игроки этой команды поворачиваются кругом и ловят каждый свою пару. Тоже по сигналу – «Лето!»

2 вариант

У каждого ребёнка мяч малого диаметра, по сигналу дети поворачиваются и бросают мяч в свою пару.

### «Брось платок»

**Цель:** развивать детей мышление, память, креативность и творческие способности.

**Ход игры:** Дети делятся на две группы, обе группы становятся двумя шеренгами, одна против другой. Затем любой из участников игры бросает одному из игроков, стоящих в противоположной шеренге, платок, полотенце или кушак и предлагает ему что-нибудь рассказать, прочитать стихотворение, спеть песню, сплясать. Выполнивший задание игрок бросает платок другому опять в противоположную шеренгу и, в свою очередь, предлагает тому что-нибудь исполнить и т.д.

### «Мороз – красный нос»

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, в одном из них располагаются играющие. Посередине площадки стоит Мороз Красный нос.

Мороз Красный нос

Я Мороз Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

Дети

Не боимся мы угроз.

И не страшен нам мороз

После этого они перебегают через площадку в другой дом, Мороз догоняет и старается их заморозить (осалить). Замороженные остаются на месте и стоят так до окончания перебежки. Мороз подсчитывает, скольких играющих удалось заморозить. При повторе игры выбирается новый Мороз, и уже он салит игроков, в конце подводятся итоги какой Мороз (старый или новый игрок) больше заморозил

### «Парный бег»

**Цель:** Упражнять детей в беге.

**Ход игры:** Дети стоят в звеньях парами на одной стороне площадки за чертой. На другой стороне площадки расставлены кегли (булавы, стулья, набивные мячи) по числу звеньев. Педагог подает сигнал, по которому первая пара звена, держась за руки, бежит до стоящего впереди предмета, огибает его и возвращается в конец своего звена. По следующему сигналу бежит вторая пара и т.п. Пара, опустившая руки считается проигравшей.

**Оборудование:** Кегли (булавы, стулья, набивные мячи)

### «Сова»

**Цель:** развитие точности, внимания.

**Ход игры:** стоит «Сова». Учитель говорит: *«День наступает – все оживает»*. Все играющие свободно двигаются по площадке, выполняя различные движения, имитируя руками полет бабочек, стрекоз. Неожиданно произносит: *«Ночь наступает, все замирает, сова вылетает»*. Все должны немедленно остановиться в том положении, в котором их застали эти слова, и не шевелиться. «Сова» медленно проходит мимо играющих и зорко осматривает их. Кто пошевелится или засмеется, того «сова» отправляет к себе в «дупло». Через некоторое время игра останавливается, и подсчитывают, сколько человек «сова» забрала к себе. После этого выбирают новую «сову» из тех, кто к ней не попал. Выигрывает та «сова», которая забрала себе большее число играющих.

### «Борьба за крепость»

**Цель игры:** развитие меткости, ловкости, выносливости, координации движений, точности и быстроты реакций, двигательных и коммуникативных способностей.

**Ход игры.**

В игре принимают участие три человека.

Предварительно перед началом игры на уличной игровой площадке, в центральной ее части, при помощи мелков чертится круг средних размеров, в котором устанавливаются доски таким образом, чтобы их верхние концы сходились в одной точке, а нижние, наоборот,

расходились в разные стороны в виде домика. Это и будет импровизированная крепость Бастилия.

Около нее встает часовой, который должен будет охранять ее. Два других игрока призваны крепость разрушить.

Для осуществления этой задачи они встают по разные стороны от баррикад, держа в руках мячи, слева и справа от начерченного круга, на территории которого располагается крепость.

После того как прозвучит команда ведущего, игра начинается. Нападающие игроки в порядке очередности бросают мячи в импровизированную крепость, а часовой пытается отбивать мячи и отбрасывать их, чтобы защитить крепость от разрушения. Победителем признается не тот игрок, который всего лишь попал в сооружение своим мячом, а тот, от удара которого крепость разрушилась и окончательно пала.

После этого игра может быть продолжена при условии, что победивший участник поменяется местами с часовым и будет теперь защищать крепость от ударов, а часовой станет одним из нападающих.

### «Запрещенное движение»

**Цель:** развитие внимательности, координации, мышления, реакции.

**Ход игры:** Дети, идя по кругу, повторяют все движения за воспитателем, кроме одного, например: "Руки вверх!". Тот, кто выполняет "запрещенное" движение, становится в конец колонны. Таким образом, более внимательные дети окажутся в начале колонны, и они считаются победителями.

### «Ремешок»

Дети стоят в кругу, глаза закрыты. Водящий с ремешком ходит за кругом, кладет ремешок кому – либо за спину.

*Прячу, прячу ремешок,*

*Под калиновый кусток.*

*А кто зореньку проспит –*

*Того бить и колотить.*

По окончании песни все открывают глаза и смотрят, у кого за спиной оказался ремешок. Тот бежит за водящим, старается его догнать. Водящий стремится убежать от ремня и занять место того, кто за ним бегал

### «Сделай фигуру»

**Цель:** Упражнять детей в беге.

**Ход игры:** Дети разбегаются по всей площадке. По сигналу они быстро останавливаются на месте и принимают какую-нибудь позу: приседают, поднимают руки в стороны и т.п. Педагог отмечает, чья фигура интереснее.

Указания. К концу года игра усложняется, в нее вводятся групповые фигуры – парами, тройками. Кроме того, детям предлагается придумать фигуру в определенном положении: только стоя, стоя на четвереньках, сидя и пр.

### «Затейники»

**Цель:** Упражнять детей в беге. Развивать речь детей.

**Ход игры:** Одного из играющих выбирают затейником, он становится в середину круга. Остальные дети, взявшись за руки, идут по кругу (вправо или влево по указанию) и произносят:

Ровным кругом,

Друг за другом,

Мы идем за шагом шаг.

Стой на месте,

Дружно, вместе

Делаем... вот так.

Дети останавливаются, опускают руки. Затейник показывает какое-нибудь движение, а все дети повторяют его. После 2-3 повторений игры (согласно условию) затейник выбирает кого-нибудь из играющих на свое место, и игра продолжается. Повторяется игра 3-4 раза.

**Указания.** Затейники придумывают разнообразные движения, не повторяя показанных движений.

### «Охотники и звери»

**Инвентарь:** заготовленные заранее снежки.

**Цель:** укреплять мышцы ног.

**Ход игры:** Игроки – «зайцы» находятся в домике на одной стороне площадки, водящий – «охотник» стоит на противоположной стороне. Рядом с водящим лежат снежки. Зайцы прыгают по площадке на двух ногах. По команде: «Охотник!» убегают в домик, а охотник бросает в ноги зайцев снежки. По окончании игры подсчитывается количество пойманных зайцев и выбирается новый охотник. Нельзя бросать снежки в туловище и голову игрокам

### «Охотники»

**Инвентарь:** 1 мяч среднего диаметра.

**Цель:** развивать ловкость.

**Ход игры:** Игроки – «утки» находятся на площадке. Два водящих – «охотники», стоят на противоположных сторонах площадки лицом друг к другу, один из охотников держит в руках мяч. Охотники бросают мяч, стараясь попасть в уток. Утки перебегают с одной стороны площадки на другую, стараясь увернуться от мяча. Игроки, в которых попали мячом, временно выбывают из игры. Игра продолжается 1.5 – 2 мин., затем подсчитывается количество пойманных уток и выбираются новые водящие. Мяч бросать в спину или в ноги игрокам

### «Перепрыгни через веревку»

**Цель:** развивать у детей ловкость, умение прыгать и перепрыгивать через веревку.

**Ход игры:** На ровной площадке очерчивается круг с радиусом, равным длине веревки. С помощью считалки выбирается водящий. Водящий, стоя в центре круга. Вращает веревку — примерно на уровне колен и при этом то замедляет, то убыстряет скорость ее вращения, стараясь задеть кого-либо из играющих. Задача играющих — вовремя перешагнуть или перепрыгнуть через веревку, не поддавшись на уловки водящего. Если же кто-нибудь зазеваается, ему и быть водящим в следующем туре.

### «Сбей шапку»

Под музыку мальчики скачут, имитируя езду на коне по кругу, друг за другом. С окончанием музыки должны быстро сбить шапку с помощью мешочка. Выигрывает тот, кому это удастся, тогда он приглашает казачку на танец и они пляшут. Затем игра повторяется.

### «Горелки»

**Цель:** развивать быстроту и ловкость.

**Ход игры:** Игроки строятся в колонну по два, держась за руки, впереди колонны – водящий. Дети хором говорят: Гори, гори ясно, чтобы не погасло. Глянь на небо: птички летят, колокольчики звенят! Раз, два, три – беги! По окончании слов игроки последней пары опускают руки и бегут в начало колонны – один справа, другой слева от неё. Водящий пытается запятнать одного из игроков, прежде чем тот успеет взяться за руки со своей парой. Если водящий запятнал игрока, то он становится с ним в пару впереди колонны. Игрок, оставшийся без пары, становится водящим

### «Игра в прыжки»

**Цель:** развивать быстроту движения, ловкость, учить прыгать точно на определённое место.

**Ход игры:** Дети подходят к начерченной на земле линии и прыгают как можно дальше. Кто прыгнул дальше, тот выиграл.

**Правила:** прыгать следует на двух ногах, приземляться на носочки.

### «Заря – заряница»

Дети встают в круг, руки держат за спиной. Водящий – заря ходит за спиной игроков в кругу с лентой или платочком и говорит:

Заря-заряница,  
Красная девица,  
По полю ходила,  
Ключи обронила.  
Косы золотые,  
В ленты обвитые.—

С последними словами заря осторожно кладёт ленту на плечо одному из играющих, который заметив это, берёт ленту, и оба бегут в разные стороны по кругу. Тот, кто добежал первым становится на свободное место в кругу. Тот, кто остался без места становится зарей и игра повторяется. Бегущие не должны пересекать круг, играющие в кругу не оборачиваются, пока заря выбирает, кому положить на плечо платочек.

### «Ястребы и ласточки»

**Цель игры:** развитие двигательных и творческих способностей, внимания.

**Ход игры:** игроки делятся на 2 группы и становятся в 2 ряда спиной друг к другу. Один ряд — «ласточки», другой — «ястребы».

Один из игроков — «мудрый сокол», он ведет игру. «Сокол» ходит между игроками и говорит слова по слогам; «лас»... пауза, или «яс»... пауза, а окончание слова не произносит. Только тогда, когда он произнесет название одной из команд полностью, ее игроки разбегаются в разные стороны, а игроки второй команды догоняют их.

Пойманные игроки становятся членами ловящей команды.

#### **Особые замечания:**

побеждает та команда, в которой к концу игры окажется больше игроков.

### «Пчелки и ласточки»

**Цель:** развивать ловкость, быстроту движения.

**Ход игры.** Играющие дети – «пчелки» – сидят на корточках. «Ласточка» – в своем «гнезде». Пчелки (сидят на поляне и напевают). Пчелки летают, медок собирают! Зум, зум, зум! Зум, зум, зум Ласточка. Ласточка летает, Пчелок поймает! «Вылетает» и ловит «пчел». Пойманный становится «ласточкой».

## «Сороконожка»

**Цель:** совершенствовать умение детей ходить пружинным шагом, высоко поднимая ноги, легко бегать, ходить топающим шагом. Движения передавать в характере музыки

### Ход игры:

Дети встают друг с другом и поют:

*Шла сороконожка*

*По сухой дорожке.*

*Вдруг закапал дождик: кап!*

*- Ой, промокнут сорок лап!*

- Идут «паровозиком» пружинным шагом.

- лёгкий бег.

*Насморк мне не нужен,*

*Обойду я лужи.*

*Грязи в дом не принесу,*

*Каждой лапкой потрясу.*

Идут, высоко поднимая ноги

- стоя, трясут правой ногой

- левой ногой

*Шла сороконожка*

*По сухой дорожке*

*И затопала потом,*

*- Ой, какой от лапок гром!*

- Идут «паровозиком» пружинным шагом.

- Идут топающим шагом



**Перспективный план подвижных игр в подготовительной группе.**

Месяц	1 я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<b>Сентябрь</b>	<p><b>1. П/и «Мы веселые ребята»</b> Цель: закрепить умение детей действовать по сигналу.</p> <p><b>2. П/и «Перелет птиц»</b> Цель: развивать быстроту реакции, внимание.</p> <p><b>3. П/и «Гуси – лебеди»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту.</p> <p><b>4. П/и «Бездомный заяц»</b> Цель: закрепить умение детей бегать быстро, стараясь занять домик.</p> <p><b>5. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу</p>	<p><b>1. П/и «Находчивый»</b> Цель: развивать быстроту реакции.</p> <p><b>2. П/и «Лошадки»</b> Цель: упражнять детей в ходьбе и беге.</p> <p><b>3. П/и «Классы»</b> Цель: закрепить умение прыгать на двух ногах</p> <p><b>4. П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p> <p><b>5. П/и «Карусель»</b> Цель: развивать умение двигаться по кругу по часовой стрелке и в противоположном направлении.</p>	<p><b>1.П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу</p> <p><b>2. П/и «Гуси – лебеди»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту.</p> <p><b>3. П/и «Карусель»</b> Цель: развивать умение двигаться по кругу по часовой стрелке и в противоположном направлении.</p> <p><b>4. «Находчивый»</b> Цель: развивать быстроту реакции.</p> <p><b>5.П/и «Мы веселые ребята»</b> Цель: закрепить умение детей действовать по сигналу.</p>	<p><b>1.П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p> <p><b>2.П/и «Ловишки»</b> Цель: развивать выносливость.</p> <p><b>3. П/и «Гуси – лебеди»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту.</p> <p><b>4. П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p> <p><b>5. П/и «Море волнуется»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p>
<b>Октябрь</b>	<p><b>1. П/и «Находчивый»</b> Цель: развивать быстроту.</p> <p><b>2.П/и «Удочка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, глазомер.</p> <p><b>3.П/и «Ровным кругом»</b> Цель: совершенствовать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>4. П/и «Перелет птиц»</b> Цель: развивать быстроту реакции, внимание.</p> <p><b>5.П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать быстроту.</p>	<p><b>1. П/и «Мы веселые ребята».</b> Цель: совершенствовать бег не натываясь друг на друга.</p> <p><b>2. П/и «Мышеловка».</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p> <p><b>3. П/и «Гуси – лебеди».</b> Цель: развивать ловкость, быстроту.</p> <p><b>4.П/и «Поймай пару».</b> Цель: развивать ловкость.</p> <p><b>5. П/и «Находчивый».</b> Цель: развивать быстроту.</p>	<p><b>1. П/и «Пустое место»</b> Цель: развивать быстроту реакции, внимание.</p> <p><b>2. П/и «Удочка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, глазомер.</p> <p><b>3. П/и «Ровным кругом»</b> Цель: совершенствовать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>4. П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p> <p><b>5. П/и «Перелет птиц»</b> Цель: развивать быстроту реакции, внимание.</p>	<p><b>1. П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p> <p><b>2. П/и «Слепой козел»</b> Цель: способствовать развитию быстроты двигательных навыков.</p> <p><b>3. П/и «Пустое место»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>4. П/и «Гуси – лебеди»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту.</p> <p><b>5. П/и «Море волнуется»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p>

<b>Ноябрь</b>	<p><b>1. П/и «Краски»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту движений.</p> <p><b>2. П/и «Ловишки»</b> Цель: совершенствовать бег, развивать выносливость.</p> <p><b>3. П/и «Ровным кругом»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p> <p><b>4. П/и «Айголек»</b> Цель: развивать у детей силу, быстроту, ловкость, настойчивость.</p> <p><b>5. П/и «Пустое место»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p>	<p><b>1. П/и «Журавли»</b> Цель: закрепить умение детей действовать организованно, в коллективе.</p> <p><b>2. П/и «Пустое место»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>3. П/и «Мы веселые ребята»</b> Цель: совершенствовать бег не натываясь друг на друга.</p> <p><b>4. П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p> <p><b>5. П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p>	<p><b>1. П/и «Хитрая лиса»</b> Цель: развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга.</p> <p><b>2. П/и «Ловишки»</b> Цель: развивать выносливость.</p> <p><b>3. П/и «Карусель»</b> Цель: развивать умение двигаться по кругу по часовой стрелке и в противоположном направлении.</p> <p><b>4. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>5. П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу</p>	<p><b>1. П/и «Белый лютый – серый лютый»</b> Цель: развивать быстроту, ловкость, выносливость.</p> <p><b>2. П/и «Пустое место»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>3. П/и «Хитрая лиса»</b> Цель: развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга.</p> <p><b>4. П/и «Айголек»</b> Цель: развивать у детей силу, быстроту, ловкость, настойчивость.</p> <p><b>5. П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p>
<b>Декабрь</b>	<p><b>1. П/и «Ловишки с лентами»</b> Цель: развивать ориентировку в пространстве, умение менять направление.</p> <p><b>2. П/и «Мы веселые ребята»</b> Цель: совершенствовать бег не натываясь друг на друга.</p> <p><b>3. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>4. П/и «Ровным кругом»</b> Цель: совершенствовать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>5. П/и «Белый лютый – серый лютый»</b> Цель: развивать быстроту, ловкость, выносливость.</p>	<p><b>1. П/и «Платок с узелком»</b> Цель: упражнять детей в беге и увертливости.</p> <p><b>2. П/и «Ловишки»</b> Цель: развивать выносливость.</p> <p><b>3. П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p> <p><b>4. П/и «Пустое место»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>5. П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p>	<p><b>1. П/и «Охотники и зайцы»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p> <p><b>2. П/и «Платок с узелком»</b> Цель: упражнять детей в беге и увертливости.</p> <p><b>3. П/и «Ловишки с лентами»</b> Цель: развивать ориентировку в пространстве, умение менять направление.</p> <p><b>4. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>5. П/и «Находчивый»</b> Цель: развивать быстроту.</p>	<p><b>1. П/и «Ну-ка, отними»</b> Цель: развивать активность, быстроту ориентирования.</p> <p><b>2. П/и «Охотники и зайцы»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p> <p><b>3. П/и «Ловишки»</b> Цель: развивать выносливость.</p> <p><b>4. П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p> <p><b>5. П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p>

<b>Январь</b>	<p><b>1. П/и «Зима и лето»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать, ловить свою пару.</p> <p><b>2. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>3. П/и «Карусель»</b> Цель: развивать умение двигаться по кругу по часовой стрелке и в противоположном направлении.</p> <p><b>4. П/и «Пустое место»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>5. П/и «Мы веселые ребята»</b> Цель: совершенствовать бег не натываясь друг на друга.</p>	<p><b>1. П/и «Брось платок»</b> Цель: развивать внимание, координацию, ловкость.</p> <p><b>2. П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p> <p><b>3. П/и «Ловишки»</b> Цель: развивать выносливость.</p> <p><b>4. П/и «Зима и лето»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать, ловить свою пару.</p> <p><b>5. П/и «Охотники и зайцы»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p>	<p><b>1. П/и «Мороз – красный нос»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p> <p><b>2. П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p> <p><b>3. П/и «Платок с узелком»</b> Цель: упражнять детей в беге и увертливости.</p> <p><b>4. П/и «Ну-ка, отними»</b> Цель: развивать активность, быстроту ориентирования.</p> <p><b>5. П/и «Зима и лето»</b> Цель: развивать умение быстро бегать, ловить свою пару.</p>	<p><b>1. П/и «Борьба за крепость»</b> Цель: способствовать развитию силы, ловкости.</p> <p><b>2. П/и «Мороз – красный нос»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p> <p><b>3. П/и «Брось платок»</b> Цель: развивать внимание, координацию, ловкость.</p> <p><b>4. П/и «Пустое место»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>5. П/и «Карусель»</b> Цель: развивать умение двигаться по кругу по часовой стрелке и в противоположном направлении.</p>
<b>Февраль</b>	<p><b>1. П/и «Парный бег»</b> Цель: упражнять в беге в парах, не расцепляя рук, огибать предметы.</p> <p><b>2. П/и «Охотники и зайцы»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p> <p><b>3. П/и «Зима и лето»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать, ловить свою пару.</p> <p><b>4. П/и «Мороз – красный нос»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p> <p><b>5. П/и «Борьба за крепость»</b> Цель: способствовать развитию силы, ловкости.</p>	<p><b>1. П/и «Сова»</b> Цель: развивать самостоятельность и сообразительность.</p> <p><b>2. П/и «Охотники и зайцы»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.</p> <p><b>3. П/и «Платок с узелком»</b> Цель: упражнять детей в беге и увертливости.</p> <p><b>4. П/и «Пустое место»</b> Цель: совершенствовать умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>5. П/и «Мороз – красный нос»</b> Цель: развивать внимание, ловкость.</p>	<p><b>1. П/и «Запрещенное движение»</b> Цель: развивать внимание, двигательную активность.</p> <p><b>2. П/и «Сова»</b> Цель: упражнять в беге с изменением направления.</p> <p><b>3. П/и «Парный бег»</b> Цель: упражнять в беге в парах, не расцепляя рук, огибать предметы.</p> <p><b>4. П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p> <p><b>5. П/и «Ловишки»</b> Цель: развивать выносливость.</p>	<p><b>1. П/и «Ремешок»</b> Цель: развивать скорость, внимание и координацию.</p> <p><b>2. П/и «Летит – летит»</b> Цель: развивать внимание, реакцию, ловкость.</p> <p><b>3. П/и «Зима и лето»</b> Цель: закрепить умение быстро бегать, ловить свою пару.</p> <p><b>4. П/и «Ну-ка, отними»</b> Цель: развивать активность, быстроту ориентирования.</p> <p><b>5. П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p>

<p style="text-align: center;"><b>Март</b></p>	<p><b>1. П/и «Сделай фигуру»</b> Цель: развивать равновесие, умение сохранять неподвижную прозу.</p> <p><b>2. П/и «Сова»</b> Цель: развивать самостоятельность и сообразительность.</p> <p><b>3. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>4. П/и «Запрещенное движение»</b> Цель: развивать внимание, двигательную активность.</p> <p><b>5. П/и «Парный бег»</b> Цель: упражнять в беге в парах, не расцепляя рук, огибать предметы.</p>	<p><b>1. П/и «Затейники»</b> Цель: развивать умение повторять движения за водящим.</p> <p><b>2. П/и «Пустое место»</b> Цель: развивать умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p> <p><b>3. П/и «Сова»</b> Цель: упражнять в беге с изменением направления.</p> <p><b>4. П/и «Ловишки»</b> Цель: развитие ловкости.</p> <p><b>5. П/и «Запрещенное движение»</b> Цель: развивать внимание, двигательную активность.</p>	<p><b>1. П/и «Охотники и звери»</b> Цель: развивать ловкость, глазомер.</p> <p><b>2. П/и «Мы веселые ребята»</b> Цель: совершенствовать бег не наткаясь друг на друга.</p> <p><b>3. П/и «Белый лютый – серый лютый»</b> Цель: развивать быстроту, ловкость, выносливость.</p> <p><b>4. П/и «Сделай фигуру»</b> Цель: развивать равновесие, умение сохранять неподвижную прозу.</p> <p><b>5. П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p>	<p><b>1.П/и «Охотники»</b> Цель: развивать сообразительность, быстроту реакции, ловкость.</p> <p><b>2. П/и «Хитрая лиса»</b> Цель: развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга.</p> <p><b>3. П/и «Затейники»</b> Цель: развивать умение повторять движения за водящим.</p> <p><b>4. П/и «Не оставайся на полу»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p> <p><b>5. П/и «Пустое место»</b> Цель: развивать умение быстро бегать наперегонки в противоположные стороны.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Апрель</b></p>	<p><b>1. П/и «Перепрыгни через веревочку»</b> Цель: развивать прыгучесть, быстроту реакции, внимание.</p> <p><b>2. П/и «Хитрая лиса»</b> Цель: развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга.</p> <p><b>3. П/и «Запрещенное движение»</b> Цель: развивать внимание, двигательную активность.</p> <p><b>4. П/и «Ловишки с лентами»</b> Цель: развивать ориентировку в пространстве, умение менять направление.</p> <p><b>5. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p>	<p><b>1. П/и «Сбей шапку»</b> Цель: развивать внимания, ловкости.</p> <p><b>2. П/и «Гуси – лебеди»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту.</p> <p><b>3. П/и «Охотники и звери»</b> Цель: развивать ловкость, глазомер.</p> <p><b>4. П/и «Сова»</b> Цель: развивать самостоятельность и сообразительность.</p> <p><b>5. П/и «Самолеты»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p>	<p><b>1. П/и «Горелки»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>2.П/и «Краски»</b> Цель: развивать быстроту реакции, совершенствовать бег.</p> <p><b>3. П/и «Затейники»</b> Цель: умение повторять движения за водящим.</p> <p><b>4. П/и «Лошадки»</b> Цель: упражнять детей в ходьбе и беге.</p> <p><b>5.П/и «Классы»</b> Цель: закрепить умение прыгать на двух ногах</p>	<p><b>1. П/и «Игра в прыжки»</b> Цель: совершенствовать навык прыжка в длину с места.</p> <p><b>2.П/и «Море волнуется»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>3. П/и «Ловишки с лентами»</b> Цель: развивать ориентировку в пространстве, умение менять направление.</p> <p><b>4. П/и «Сделай фигуру»</b> Цель: развивать равновесие, умение сохранять неподвижную прозу.</p> <p><b>5. П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p>

<p><b>Май</b></p>	<p><b>1. П/и «Заря-Заряница»</b> Цель: развивать быстроту, ловкость.</p> <p><b>2. П/и «Горелки»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>3. П/и «Игра в прыжки»</b> Цель: совершенствовать навык прыжка в длину с места.</p> <p><b>4. П/и «Охотники и звери»</b> Цель: развивать ловкость, глазомер.</p> <p><b>5. П/и «Затейники»</b> Цель: умение повторять движения за водящим.</p>	<p><b>1. П/и «Ястребы и ласточки»</b> Цель: Развивать внимание, упражнять в увертливости.</p> <p><b>2. П/и «Запрещенное движение»</b> Цель: развивать внимание, двигательную активность.</p> <p><b>3. П/и «Море волнуется»</b> Цель: развивать умение действовать по сигналу.</p> <p><b>4. П/и «Бездомный заяц»</b> Цель: закрепить умение детей бегать быстро, стараясь занять домик.</p> <p><b>5. П/и «Краски»</b> Цель: развивать быстроту реакции, совершенствовать бег.</p>	<p><b>1. П/и «Пчелки и ласточка»</b> Цель: закрепить умение действовать по сигналу.</p> <p><b>2. П/и «Игра в прыжки»</b> Цель: совершенствовать навык прыжка в длину с места.</p> <p><b>3. П/и «Затейники»</b> Цель: закрепить умение повторять движения за водящим.</p> <p><b>4. П/и «Хитрая лиса»</b> Цель: развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга.</p> <p><b>5. П/и «Перелет птиц»</b> Цель: развивать быстроту реакции, внимание.</p>	<p><b>1. П/и «Сороконожка»</b> Цель: развивать координацию движений рук и ног.</p> <p><b>2. П/и «Бездомный заяц»</b> Цель: закрепить умение детей бегать быстро, стараясь занять домик.</p> <p><b>3. П/и «Охотники и звери»</b> Цель: развивать ловкость, глазомер.</p> <p><b>4. П/и «Мышеловка»</b> Цель: развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.</p> <p><b>5. П/и «Сова»</b> Цель: развивать самостоятельность и сообразительность.</p>
-------------------	---	--	---	--