

«Огуречик - огуречик...»

Цель: укрепить мышцы ног, формировать чувство ритма.

Ход: на одной стороне зала – воспитатель (ловишка), на другой стороне – дети. Они приближаются к ловишке прыжками на двух ногах. Воспитатель говорит:

*Огуречик, огуречик,
Не ходи на тот конечик,
Там мышка живет,
Тебе хвостик отгрызет.*

Дети убегают за условную черту, а педагог их догоняет. Воспитатель произносит текст в таком ритме, чтобы дети смогли на каждое слово подпрыгнуть два раза.

«Лохматый пес»

Цель: развивать внимание, быстрый бег; учить по-разному обозначать предметы в игре.

Ход: дети стоят на одной стороне площадки. 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-же будет!*

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

«Охотники и зайцы»

Цель: развитие у детей умения бегать, не наталкиваясь друг на друга, развитие ловкости и координации движений.

Ход: из числа играющих выбирается охотник, остальные дети – зайцы. На одной стороне зала (площадки) отводится место для охотника, на другой – дом зайцев. Охотник ходит по залу(площадке), делая вид, что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе в дом. Зайцы выпрыгивают из-за кустов и прыгают (на 2-х ногах, на правой или левой – кто как хочет) в разных направлениях. По сигналу: «Охотник!» - зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мячи (в руках у него 2-3 мягких мяча). Зайцы, в которых он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом.

После каждой охоты на зайцев охотник меняется, но выбирается не из числа пойманных.

«Бездомный заяц»

Цель: улучшать быстроту реакции на звуковой сигнал, учить детей играть по правилам

Ход: из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки (дома), и каждый встает в него.

«Бездомный заяц» убегает, а «охотники» его догоняют.

«Заяц» может спастись от «охотника», забежав в любой кружок; тогда «заяц», стоявший в кружке, должен сейчас же убегает, потому что теперь он становится бездомным и «охотник» будет ловить его. Как только «охотник» поймал (осалил) зайца, он сам становится «зайцем», а бывший «заяц» - «охотником».

«Лисичка и курочки»

Цель: развивать быстрый бег, ловкость.

Ход: на одном конце площадки находятся в курятнике куры и петухи. На противоположном – стоит лисичка. Курочки и петухи (от трех до пяти игроков) ходят по площадке, делая вид, что клюют зерна. Когда к ним подкрадывается лисичка, петухи кричат: «Ку-ка-ре-ку!» По этому сигналу все бегут в курятник, за ними бросается лисичка, которая старается дотронуться до любого из игроков.

Если водящему не удастся дотронуться до кого-либо из игроков, то он снова водит.

«Зайцы и медведи»

Цель: развивать ловкость, умение перевоплощаться.

Ход игры: ребенок- «медведь» сидит на корточках и дремлет. Дети- «зайцы» прыгают вокруг и дразнят его:

Мишка бурый, мишка бурый,

Отчего такой ты хмурый?

«Медведь» встает, отвечает:

Я медком не угостился

Вот на всех и рассердился.

1,2,3,4,5 – начинаю всех гонять!

После этого «медведь» ловит «зайцев».

«Снежная баба»
(русская народная)

Цель: развивать двигательную активность.

Ход игры: выбирается «Снежная баба». Она садится на корточки в конце площадки. Дети идут к ней, притоптывая,

*Баба Снежная стоит,
Утром дремлет, днями спит.
Вечерами тихо ждет,
Ночью всех пугать идет.*

На эти слова «Снежная баба» просыпается и ловит детей.
Кого поймает, тот становится «Снежной бабой».

«Зимующие и перелетные птицы»
(русская народная)

Цель: развивать двигательные навыки; закреплять представление о поведении птиц зимой.

Ход: дети надевают шапочки птиц (перелетных и зимующих). В середине площадки на расстоянии друг от друга стоят два ребенка в шапочках Солнышка и Снежинки.

«Птицы» бегают врассыпную со словами:

*Птички летают, зерна собирают.
Маленькие птички, птички-невелички».*

После этих слов «перелетные птицы» бегут к Солнцу, а «зимующие» - к снежинке. Чей круг быстрее соберется, тот и выиграл.

«Два Мороза»

Цель:учить детей играть по правилам, развивать быстроту, ловкость, выносливость.

Ход: на противоположной стороне площадки обозначены два дома, играющие располагаются

В одном из домов. Водящие – Мороз Красный нос и Мороз синий нос встают посередине площадки лицом к играющим и произносит:

***Мы морозы молодые
Мы два брата удалые
Я Мороз Красный нос!
Я Мороз Синий нос!
Кто из вас решится
В путь – дороженьку пуститься?***

Играющие отвечают хором:

***Не боимся мы угроз,
И не страшен нам мороз.***

После слова «мороз» дети перебегают через площадку в другой дом, а водящие догоняют их и старается коснуться рукой, «заморозить». «Замороженные» останавливаются на том месте, где до них дотронулись, и до окончания перебежки стоят не двигаясь.

Воспитатель вместе с «Морозами» подсчитывают количество «замороженных».

«Смелые воробушки»

Цель: развивать быстроту и ловкость

Ход: дети строятся в круг, перед каждым играющим два снежка. В центре круга водящий – кошка. Дети изображают воробушка и по сигналу воспитателя прыгают в круг через снежки и прыгают обратно из круга по мере приближения кошки. Воробей, которого коснулась кошка. Получает штрафное очко, но из игры не выбывает. Через некоторое время воспитатель останавливает игру и, подсчитывает количество «осаленных»; выбирается новый водящий.

«ВЕТЕРОК»

Цель: развивать двигательные навыки, упражнять в умении менять движения в соответствии с текстом.

Ход: выбирается водящий. Ему надевают шапочку «Ветерка». И он отходит в сторону. Воспитатель говорит:

«Из – за елки на опушке

Чьи-то выглянули ушки. (Дети присели и показывают ушки)

Лапки заек замерзают,

Зайки лапки согревают (встали, согревают лапки)

Стали прыгать и скакать,

Стали весело играть». (Дети прыгают).

Воспитатель говорит:

«Ну-ка, ветер, не зевай

И зайчишек догоняй!»

Водящий догоняет детей.

«Охота на зайцев»

Цель: развивать внимание, ловкость, быстрый бег.

Ход: Все ребята - «зайцы» и 2-3 «охотника». «Охотники» находятся на противоположной стороне, где для них нарисован дом.

Воспитатель:

*Никого нет на лужайке.
Выходите, братцы-зайки,
Прыгать, кувыркаться!..
По снегу кататься!..*

«Охотники» выбегают из домика и охотятся на зайцев. Пойманных «зайцев» «охотники» забирают себе в дом, и игра повторяется.

«Гори, гори ясно!»

Цель: развивать быстроту и ловкость

Ход: игроки стоят 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 нее. 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.

«Птички и птенчики»

Цель: развивать у детей выполнение движений по сигналу.

Упражнять в беге в разных направлениях не задевая друг друга.

Ход: дети делятся на 3 – 4 группы; каждая группа имеет свой домик-гнездо. У каждой группы «птенчиков» есть птичка-мама. По слову воспитателя «полетели» птенчики вылетают из гнезда. По слову воспитателя «домой» птички-мамы возвращаются и зовут птенчиков домой. В гнезде птенчики усаживаются в кружок. Игра проводится 3 – 4 раза.

«Найди свой цвет»

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

Ход: дети получают флажки трех-четырех цветов: красного, синего и желтого цвета и группируются по 4-6 человек в разных углах площадки. В каждом углу воспитатель ставит на подставке цветной флаг (красный, синий, желтый). По сигналу воспитателя «идите гулять» дети расходятся по площадке. По слову воспитателя «найди свой цвет» дети собираются возле флага соответствующего цвета.

Продолжительность игры 4 – 5 минут.

«Найди себе пару»

Цель: развивать у детей ориентировку в пространстве.

Упражнять детей в беге.

Ход: каждый ребенок получает один флажок. Флажки двух цветов поровну. По сигналу воспитателя дети разбегаются по площадке. По сигналу «найди пару» дети, имеющие одинаковые флажки, становятся рядом. В игре должно принимать участие нечетное число детей, чтобы один остался без пары. Обращаясь к нему, все играющие говорят:

Ваня, Ваня не зевай (Таня, Оля и другие.)

Быстро пару выбирай!

Затем по удару в бубен дети опять разбегаются по площадке, и игра повторяется. Продолжительность игры 5-7 минут.

«Мы веселые ребята»

Цель: воспитывать быстроту и ловкость.

Ход: дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне площадки проводится вторая черта. В центре площадки находится ловишка. Водящий назначается воспитателем или выбирается детьми. 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, ловит их. Тот, до кого ловишка сумеет дотронуться, прежде чем убегающий пересечет черту, считается пойманным. Он отходит в сторону. После 2 -3 перебежек выбирается другой ловишка. Игра повторяется 3-4 раз.

«Космонавты»

Цель: развивать у детей внимание, ловкость, воображение. Упражнять ориентировке в пространстве.

Ход: по краям площадки чертятся контуры ракет. Общее количество мест в ракетах должно быть меньше количества играющих детей. Посередине площадки космонавты, взявшись за руки, ходят по кругу, приговаривая:

<i>Ждут нас быстрые ракеты</i>	<i>На такую полетим!</i>
<i>Для прогулок по планетам.</i>	<i>Но в игре один секрет:</i>
<i>На какую захотим,</i>	<i>Опоздавшим места нет.</i>

С последними словами дети отпускают руки и бегут занимать места в ракете. Те, кому не хватило места в ракетах, остаются на космодроме, а те, кто сидит в ракетах, поочередно рассказывают, где пролетают и что видят. После этого все снова встают в круг, и игра повторяется. Во время полета вместо рассказа о виденном детям предлагается выполнять различные упражнения, задания, связанные с выходом в космос.

«Совушка»

Цель: учиться неподвижно стоять некоторое время, внимательно слушать.

Ход: играющие свободно располагаются на площадке. В стороне («в дупле») сидит или стоит «Сова». Воспитатель говорит: *«День наступает – все оживает»*. Все играющие свободно двигаются по площадке, выполняя различные движения, имитируя руками полет бабочек, стрекоз и других насекомых.

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.

«Поймай комара»

Цель: развивать у детей умение согласовывать движения со зрительным сигналом. Упражнять в прыжках на месте.

Ход: играющие становятся в круг, на расстоянии вытянутых в стороны рук. Воспитатель в центре. Он вращает по кругу шнур, к концу которого привязан «комар». Воспитатель кружит комара немного выше головы играющих. Играющие внимательно следят за комаром и при его приближении подпрыгивают на месте, чтобы поймать его. Тот, кто схватит комара, говорит: «Я поймал».

Продолжительность 4 -5 минут.

«У медведя во бору...»

Цель:развивать у детей сообразительность, ориентировку в пространстве и ритмичность движений. Упражнять детей в беге и ловле.

Ход:на одном конце площадки проводится черта. Эта опушка леса. За чертой очерчивается место для медведя. На противоположном конце площадки обозначается линией дом детей. Воспитатель назначает одного из играющих медведем. Дети направляются к опушке леса и проговаривают:

У медведя во бору грибы, ягоды беру.

А медведь не спит и на нас рычит.

Когда играющие произносят слово «рычит», медведь с рычанием встает, а дети бегут «домой». Медведь старается их поймать. Пойманного отводит к себе.

Продолжительность игры 5 – 6 минут.

«Кот на крыше»

Цель: развивать координацию движений; развивать ритмичную, выразительную речь.

Ход: дети становятся в круг. В центре – «кот». Остальные дети – «мыши». Они тихо подходят к «коту» и, грозя друг другу пальцем, говорят хором вполголоса:

Тише мыши, тише мыши...

Кот сидит на нашей крыше.

Мышка, мышка, берегись.

И коту не попадись!

После этих слов «кот» гонится за мышками, те убегают. Нужно отметить чертой «мышкин дом» – норку, куда «кот» не имеет права забегать.

«Журавль и лягушки»

Цель: развивать внимание, ловкость; учить ориентироваться по сигналу.

Ход: на земле чертится большой прямоугольник – река. На расстоянии 50 см от нее сидят дети - «лягушки» на кочках. Позади детей в своем гнезде сидит «журавль». «Лягушки» усаживаются на кочки и начинают свой концерт:

Вот с насиженной гнилушки

В воду шлепнулись лягушки.

И, надувшись, как пузырь,

Стали квакать из воды:

«Ква, ке,ке,

Ква,ке,ке.

Будет дождик на реке».

Как только лягушки произнесут последние слова, «журавль» вылетает из гнезда и ловит их. «Лягушки» прыгают в воду, где «журавлю» ловить их не разрешается. Пойманная «лягушка» остается на кочке до тех пор, пока «журавль» не улетит и не вылезут «лягушки» из воды.

«Зайцы и медведи»

Цель: развивать ловкость, умение перевоплощаться.

Ход: ребенок-«медведь» сидит на корточках и дремлет.

Дети- «зайцы» прыгают вокруг и дразнят его:

Мишка бурый, мишка бурый,

Отчего такой ты хмурый?

«Медведь» встает, отвечает:

Я медком не угостился

Вот на всех и рассердился.

1,2,3,4,5 – начинаю всех гонять!

После этого «медведь» ловит «зайцев».

«Карусель»

Цель: учить одновременно двигаться и говорить, быстро действовать после сигнала.

Ход: играющие стоят в кругу. На земле лежит веревка, концы которой связаны. Они подходят к веревке, поднимают ее с земли и, держась за нее правыми {или левыми} руками, ходят по кругу со словами:

Еле, еле, еле, еле

Завертелись карусели,

А потом кругом, кругом

Все бегом, бегом, бегом.

Играющие двигаются сначала медленно, а после слова «бегом» бегут.

По команде руководителя «Поворот!» они быстро берут веревку другой рукой и бегут в противоположную сторону. На словах:

Тише, тише, не спешите,

Карусель остановите,

Раз и два, раз и два,

Вот и кончилась игра.

Движение карусели постепенно замедляется, а с последними словами останавливается. Играющие кладут веревку на землю и разбегаются по площадке. По сигналу они спешат вновь сесть на карусель, то есть взяться рукой за веревку, и игра возобновляется. Занимать места на карусели можно только до третьего звонка (хлопки).

Опоздавший на карусели не катается.

«Ловишка» (с ленточками)

Цель: развивать у детей ловкость, сообразительность.

Упражнять в беге с увертыванием, в ловле и в построении в круг.

Ход: играющие строятся по кругу, каждый получает ленточку, которую он закладывает сзади за пояс или за ворот. В центре круга - ловишка. По сигналу «Раз, два, три - лови» 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. Воспитатель предлагает поднять руки тем, кто лишился ленточки, то есть проиграл, и подсчитывает их. Ловишка возвращает ленточки детям. Игра начинается с новым водящим.

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