

Игры используемые на занятиях по физической культуре для 2-й младшей группы

Бегите ко мне-Бег (сентябрь)

Дети встают на одной стороне зала так, чтобы не мешать друг другу, инструктор на другой стороне, и говорит: **Бегите ко мне**

Широко раскинув руки встречает детей, игра повторяется 2-3 раза

Быстро в домик-Бег, ориентация в пространстве (сентябрь)

Дети располагаются в домике. Инструктор предлагает им пойти на лужок-цветочками полюбоваться, на бабочек посмотреть-ходьба враспынную, в разных направлениях. На сигнал: **Быстро в домик, дождь пошел!**»-малыши бегут занимать место в «домике»

Мыши и кот- Бег, ориентация в пространстве (сентябрь)

1) Дети сидят или стоят в домиках. В противоположной стороне площадки сидит кот, роль которого исполняет инструктор. Кот закрывает глаза, а мыши разбегаются по всей комнате. Кот просыпается, потягивается-мяукает и начинает ловить мышей. Мыши убегают и прячутся в норке.

2) Котя, котенька, коток

Котя- черненький хвосток

Он на бревнышке лежит

Притворился, будто спит

МЯУ-дети убегают в домики

Автомобиль-Ходьба и бег друг за другом (сентябрь)

Дети встают друг за другом, и по команде инструктора заводят мотор и идут в обход по залу друг за другом делая вид что рулят.

Догони мяч- Бег, ориентация в пространстве (октябрь)

Инструктор показывает детям корзину с мячами и предлагает встать рядом с ним вдоль из сторон комнаты или площадки. «Догоните мяч»-говорит воспитатель и выбрасывает мячи (по количеству детей) из корзины, стараясь, чтобы они покатались в разные стороны как можно дальше. Дети бегут за мячами, берут их, несут инструктору и кладут в корзину.

Зайка беленький-Игровые упр-я, слуховая ориентация (октябрь)

1) **Зайка беленький сидит**

И ушами шевелит

Дети сидят на корточках и имитируют уши зайчика

Вот так вот так он ушами шевелит

2) **Зайке холодно сидеть,**

Надо лапочки погреть

Хлоп-хлоп (хлопают в ладоши)

3) **Зайке холодно стоять,**

Надо зайке поскакать

Скок-скок (прыжки на двух ногах)

Надо зайке поскакать

3) **Кто-то зайку испугал**

Зайка прыг и ускакал

Дети садятся в домики или на скамейку

Мыши в кладовой-Бег, ползание (ноябрь)

Дети мыши сидят в «норках»-на скамейках, поставленных вдоль одной стены зала. На противоположной стороне протянута веревка на высоте 50см от уровня пола, за ней находится «кладовая»

Сбоку от играющих сидит-кошка

Кошка засыпает, а мыши бегут в кладовую. Там они приседают на корточки и грызут сухари. «Кошка» просыпается, мяукает и бежит их догонять. Мыши убегают в норки

По ровненькой дорожке-Ходьба по кругу, игровые упр-я

Инструктор заводит детей в круг и предлагает поиграть

По ровненькой дорожке,

Шагают наши ножки:

Раз, два, раз, два,

По камешкам, по камешкам

В ямку-бух!

Вылезли из ямы и продолжается игра

Поймай комара-Прыжки (ноябрь)

Играющие становятся в круг на расстоянии поднятых в сторону рук. Инструктор находится в центре круга и вращает на расстоянии примерно 120см от пола в обе стороны палочку с длинной веревкой, к концу которой прикреплен комар (вырезанный из картона). Дети по мере приближения комара подпрыгивают на месте, стараясь коснуться (поймать) комара

Коршун и птенчики-Бег, ориентация в пространстве, игровые упр-я (декабрь)

Дети-птенчики сидят в гнездышках (на гимнастических скамейках или стульчиках).

Ведущий-коршун располагается на дереве (стуле) на некотором расстоянии от них.

Воспитатель предлагает **«птенчикам» полететь**, поклевать зернышки. Дети выполняют ходьбу врассыпную, не задевая друг друга, затем бег. По сигналу: **«Коршун»-«птенчики» быстро возвращаются в свои «гнездышки»** (можно занимать любое свободное место), а коршун старается поймать кого-либо из них.

Птица и птенчики- Бег, ориентация в пространстве, игровые упр-я(декабрь)

Я буду птица, а вы-птенчики, говорит инструктор и предлагает детям посмотреть на большой круг (из шнура)-это наше гнездо и приглашает птенчиков в него. Дети входят в круг и присаживаются на корточки. «Полетели, полетели птенчики зернышки искать», птенчики вылетают из гнезда.

«Птица-мама» летает вместе с птенчиками по всему залу. По сигналу: Полетели домой, в гнездо!» Все дети бегут в круг. Игра повторяется

Лохматый пес- Бег, ориентация в пространстве, слуховая ориентация (январь)

Дети располагаются на одной стороне зала, на другой сидит **пес (ребенок)**. Дети тихонько подходят к нему на слова:

Вот лежит лохматый пес,

В лапы он уткнул свой нос,

Тихо смиренно он лежит,

Не то дремлет, не то спит.

Подойдем к нему, разбудим

И посмотрим: Что-от будет?!

Дети убегают от пса в свои домики

Воробышки в гнездышках-Бег, ориентация в пространстве, игровые упр-я (февраль)

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: Полетели!-воробышки из гнезда, перешагивая через обруч дети разбегаются по всему залу. Присаживаются на корточки –«клюют зернышки». По сигналу: «Птички, в гнезда!»-убегают в свои «гнезда». Игра повторяется 3 раза

Кролики-Бег, подлезание, прыжки, ориентация в пространстве (март)

Дети располагаются за веревкой, 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)

«Тишина»-Игровые упр-я в ходьбе друг за другом, слуховая ориентация (апрель)

Ходьба в колонне по одному в обход площадки за инструктором и вместе говорят:

Тишина у пруда,

Не колышется трава.

Не шумите, камыши,

Засыпайте, малыши

По окончании стихотворения дети останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза. Через несколько секунд произносит инструктор: «Ква-ква-ква»- и поясняет, что лягушки разбудили ребят, и они проснулись, поднялись и потянулись. Игру можно повторить

Мы потопаем ногами-Игровые упр-я, слуховая ориентация (апрель)

Стойка в кругу на расстоянии выпрямленных в сторону рук. В соответствии с текстом дети выполняют движения:

Мы топаяем ногами,

Мы хлопаем руками,

Киваем головой.

Мы руки поднимаем,

Мы руки опускаем,

Мы руки подаем

С этими словами дети дают друг другу руки, образуя круг, и продолжают:

И бегаем кругом,

И бегаем кругом.

Через некоторое время произносится команда **стой**. Игра повторяется

Огуречик, огуречик-Прыжки, бег, слуховая ориентация (апрель)

На одной стороне площадки находится мышка, на другой – дети.

Прыжками на двух ногах дети приближаются к «мышке». Инструктор произносит:

Огуречик, огуречик, не ходи на тот кончик:

Там мышка живет, тебе хвостик отгрызет

На последнем слове дети быстро убегают в свой «домик», а воспитатель их догоняет.

Кролики и сторож-Подлезание, прыжки, игровые упр-я, бег, слуховая ориентация (май)

На середине площадки ограничивается небольшая площадка-огород с морковкой.

Недалеко от него с одной стороны зала ставится стул-это дом сторожа, с другой домики зайцев. (можно огородить лентой дом зайцев и огород☺)

По сигналу инструктора: «идите, зайчики, гулять», зайцы подлезают под ограду (рейку), пробираются в огород, ищут морковку, шевелят ушами, греют лапки, скачут. Сторож замечает зайцев и гонит их из огорода – хлопает в ладоши, приговаривая: скачите с огорода, вот удумали чего! Сторож обходит огород и снова садится. Игра повторяется.

Птички в гнездышках-Игровые упражнения ориентация в пространстве (май)

Дети располагаются в гнездышках, По сигналу все **птички вылетают** на середину зала, разлетаются в разные стороны, приседают, разыскивая корм, снова летают, размахивая крыльями. По сигналу: **«Птички в гнездышки!»** дети возвращаются на своё место.

Поезд-Усложнение по цветам, дополнительная игра. Дети становятся в колонну по одному. Первый паровозик, остальные вагончики. **Флажок зеленого цвета**-«путь открыт!» «Скоро станция-поднимает **желтый флажок**-дети замедляют ход! **Красный**-дети останавливаются

Лошадки-Умение ходить и бегать в паре, дополнительная игра

Дети распределяются в пары по желанию один-лошадка, другой кучер, который запрягает лошадь (надевая вожжи) и едет по площадке от одной стороны до другой и обратно. Затем дети меняются местами

Такси(Лошадки)

Дети становятся внутри большого обруча (диаметр 1м), держат его в опущенных руках: один-у одной стороны обода, другой – у противоположной, друг за другом. Первый ребенок – водитель такси, второй пассажир. Дети бегут по площадке или по дорожке. Через некоторое время меняются ролями

Мой веселый звонкий мяч-Владение мячом, ориентация в пространстве, слуховая ориентация, дополнительная игра.

Дети располагаются на месте. Рядом инструктор с мячом. Отбивая мяч о пол одной рукой, инструктор приговаривает:

Мой веселый звонкий мяч,

Ты куда помчался вскачь?

Красный, синий, голубой,

Не угнаться за тобой!

Игры используемые на занятиях по физической культуре для средней группы

Запрещенное движение-игра на внимание (сентябрь)

Дети встают в шеренгу или шахматном порядке. Инструктор предлагает выполнять за ним все движения, за исключением заранее установленного им запрещенного. Тот, кто ошибется и выполнит запрещенное движение, получает штрафное очко. Затем игра возобновляется.

Найди себе пару-построение, цветовая ориентация (сентябрь)

Для игры нужны **платочки двух цветов (по количеству детей)** (половина платочков одного цвета, остальные-другого). Каждый играющий получает один платочек. По сигналу **найди себе пару**, дети у которых платочки одного цвета, встают парами. **В случае если ребенок не может найти себе пару, играющие произносят: Ваня, коля не зевай, себе пару выбирай!**

Автомобиль-ходьба и бег друг за другом

Дети встают друг за другом, и по команде инструктора идут в обход по залу друг за другом делая вид что рулят, после выполняется бег

Самолеты-Бег, построение

Дети строятся в две колонны.

По команде **завели моторы**-дети делают круговые вращения согнутыми в локтях руками.

Полетели-разводят руки в стороны на уровне плеч и бегают в разных направлениях

На посадку-возвращаются на свои места в колоннах

Огуречик огуречик-Прыжки и бег (сентябрь)

На одной стороне зала стоят дети на другой инструктор. Дети приближаются к инструктору прыжками на двух ногах.

Огуречик, огуречик,

Не ходи на тот кончик,

Там мышка живет,

Тебе хвостик отгрызет

Дети убегают за условную черту а инструктор их догоняет

Кот и мыши-Бег, умение ходить на носках (сентябрь)

На одной стороне площадки располагается кот на другой мыши

Кот мышей сторожит

Притворился, будто спит

Дети бегут на сторону кота и бегают тихо как мышки

Тише мыши, не шумите

И кота не разбудите

Через 20-25 сек инструктор восклицает **Кот проснулся**

Водящий кричит **мяу** и бежит за мышами

Лиса и куры-прыжки, игровые упр-я, бег (октябрь)

На одной стороне зала находится курятник (гим скамейки), там на насесте сидят куры. На противоположной стороне зала «нора» лисы. Все свободное место это двор. Один из играющих назначается лисой.

«Куры»-дети прыгают с насеста, бегают по двору, хлопают крыльями, клюют зерна. По сигналу: **«Лиса»**-куры убегают на насест. Пойманных кур лиса уводит в нору. Другая лиса выбирается после пойманных 2-3 кур

Ловишки на центре-Бег (октябрь)

Дети находятся на одной стороне зала за условной чертой.

Им даётся задание добежать до следующей условной линии так, чтобы водящий, который находится в центре зала, не успел кого-либо осалить.

**Мы веселые ребята,
Любим бегать и скакать,
Ну попробуй нас догнать.**

Раз, два, три лови!

После слов: **«Раз, два, три лови!»**-дети перебегают на одну сторону. Тот до кого **дотронулся Ловишка считается пойманным** и отходит к инструктору. После двух перебежек подсчитываются пойманные и выбирается другой водящий.

Зайцы и волк-прыжки, игровые упр-я, бег (декабрь)

Водящий-волк, остальные зайки.

На одной стороне зала домики зайцев, они там сидят. На другой волк-в овраге.

Зайки скачут, скок, скок, скок,

На зеленый на лужок.

Травку щиплют, кушают,

Осторожно слушают

Не идет ли волк..

Зайцы выпрыгивают на двух ногах из «домиков» и разбегаются по всему залу, прыгают на двух ногах, присаживаются, щиплют травку и оглядываются, не идет ли волк. После произнесенного слова-волк, выходит водящий и догоняет зайцев. Не успевших занять дом зайцев, волк отводит к себе в овраг.

Птички и кошка-бег, ориентация в пространстве (декабрь)

Инструктор выкладывает круг из веревки или шнура. Дети становятся по кругу с внешней стороны. Одного ребенка назначают **водящим** –**«кошка»**, которая находится в центре круга; **остальные дети-«птички»**. **«Кошка»** засыпает, а **«птички»** прыгают в круг, **«летают»**. По сигналу воспитателя «кошка» просыпается, произносятся: **Мяу** и начинает ловить птичек, а они улетают за пределы круга. Пойманных «птичек» «кошка» оставляет около себя.

Воробышки и автомобиль-прыжки и бег (январь). На одной стороне зала размещаются скамейки, на них сидят «воробышки». На другой обозначают место для гаража.

«Воробышки»-вылетают из гнезда, прыгают со скамеек (высота 20см), бегают в разных направлениях, подняв руки в стороны- «летают». Раздаётся гудок, и появляется **«автомобиль»** (ребенок, в руках малый обруч). **«Воробышки быстро улетают» в свои «гнездышки»**. **«Автомобиль возвращается в гараж»**.

Перелет птиц-игровые упр-я (декабрь)

На одном конце зала находятся дети «птицы». На другом –скамейки и т.п.-это деревья. По команде инструктора: «Полетели» дети, махая крыльями разбегаются по залу. По

команде: «Буря» бегут к возвышенностям и прячутся там. Когда инструктор скажет: «Буря прекратилась» Дети спускаются

Бездомный заяц-бег

Из числа играющих выбирается «охотник», остальные «зайцы», они находятся в норках (кругах). Количество кругов на одну меньше числа зайцев. «Охотник» старается поймать «зайца», оставшегося без дома. Тот убегает. Он может спастись в любой норке-забежав в неё. Теперь уже другой заяц остается без норки и догоняют его. Если охотник поймал зайца, то они меняются ролями.

«Охотники и зайцы» -метание, бег

Из числа играющих выбирается охотник, остальные зайцы. На одной стороне зала (площадки) отводится место для охотника, на другой — дом зайцев. Охотник ходит по залу, делая вид, что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе. Зайцы выпрыгивают из кустов и прыгают на двух ногах (или на правой и левой поочередно) в разных направлениях. По сигналу: **Охотник** — зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мяч (в руках у него два-три мяча). Те, в кого он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом. После каждой охоты на зайцев охотник меняется, но не из числа пойманных. Для проведения данной игры (во избежание травм) лучше использовать самодельные мячи, сшитые из кусочков ткани.

«Тишина»-Игровые упр-я (апрель)

Ходьба в колонне по одному в обход площадки за инструктором и вместе говорят:

Тишина у пруда,

Не колыхается трава.

Не шумите, камыши,

Засыпайте, малыши

По окончании стихотворения дети останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза. Через несколько секунд произносит инструктор: «Ква-ква-ква»- и поясняет, что лягушки разбудили ребят, и они проснулись, поднялись и потянулись. Игру можно повторить

«Совушка»-статическое равновесие. На одной стороне зала обозначается гнездо совы. В гнезде помещается водящий — сова. Остальные играющие изображают птиц, бабочек, жуков и т. д.; они разлетаются по всему залу. Через некоторое время воспитатель произносит: **«Ночь!»** Играющие останавливаются на месте в той позе, в какой их застала ночь. Сова вылетает из своего гнезда, машет крыльями и смотрит, кто шевелится. Того, кто пошевелился, уводит в свое гнездо, а воспитатель произносит: **«день!»** Бабочки, жуки, птицы оживают и опять начинают кружиться, летать. После двух вылетов на охоту подсчитывается количество пойманных. Выбирается другая сова.

«Удочка»-прыжки (апрель)

Играющие стоят по кругу, в центре — воспитатель. Он держит в руках веревку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку с мешочком по кругу над самой землей (полом), а дети подпрыгивают на двух ногах вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел их ног. Описав мешочком два-три круга, воспитатель делает

паузу, во время которой подсчитывается количество задевших за мешочек и даются необходимые указания по выполнению прыжков.

Поменяемся местами-внимание (май). Дети становятся в круг. Инструктор предлагает поменяться местами тем детям, у кого есть что-нибудь одинаковое: светлые волосы, белые футболки, домашние животные. Пример: пусть поменяются те у кого есть велосипед

У медведя во бору-бег, ориентация в пространстве, слуховая ориентация

Согласно считалочке выбирается водящий-медведь.

Он отходит и стоит у противоположной стены. Все остальные дети становятся за черту «в дом»

Со словами:

У медведя во бору,

Грибы ягоды беру,

А, медведь не спит

И на нас рычит

.... Идут к медведю

После слов «*и на нас рычит*» *медведь встает и догоняет детей.* Дети должны быстро убежать в домик за черту. Кого медведь поймал, и становится водящим

Карусели-ходьба и бег по кругу, слуховая ориентация

Ели-ели, ели-ели

Закружились карусели

А потом, потом, потом

Все бегом, бегом, бегом

Тише, тише не спешите

Карусель остановите

Раз, два, раз, два

Вот и кончилась игра.

Дети идут по кругу в одном направлении, держа ленточку, ускоряя движения, переходя на быстрый бег и бегут 3-4 круга. После переходят на медленный шаг и постепенно останавливаются.

Трамвай-умение ходить и бегать коллективно, цветовая ориентация. Дети становятся парами и **держатся за веревку**, связанную за концы, -одни левой, другие правой рукой. Инструктор находится на одной из сторон зала и в руках у него **флажки разного цвета-красного, желтого и зеленого.** Вверх поднят флажок зеленого цвета и дети бегут, трамвай движется по кругу. Если поднят флажок желтого цвета, то ход трамвая замедляется и соответственно на флажок красного цвета-трамвай останавливается

Лошадки-Умение ходить и бегать в паре, дополнительная игра

Дети распределяются в пары по желанию один-лошадка, другой кучер, который запрягает лошадь (надевая вожжи) и едет по площадке от одной стороны до другой и обратно. Затем дети меняются местами

Такси(Лошадки)

Дети становятся внутрь большого обруча (диаметр 1 м), держат его в опущенных руках: один-у одной стороны обода, другой – у противоположной, друг за другом. Первый ребенок – водитель такси, второй пассажир. Дети бегут по площадке или по дорожке. Через некоторое время меняются ролями

Котятa и щенятa-ползанье, лазанье

Дети распределяются на две подгруппы-котятa и щенятa. Котятa находятся около гимнастической стенки, щенятa на другой стороне площадки в домиках за гимнастическими скамейками. Инструктор предлагает *котятaм побегать* легко, мягко. На слова воспитателя: *Щенятa!*-вторая группа детей перелезает через скамейки и бежит за котятaми лая: «Ав-ав-ав». Котятa, мяукая, быстро влезают на гимнастическую стенку. Щенятa возвращаются в свои домики. После 2-3 повторений дети меняются ролями, и игра повторяется

Найди свой цвет-цветовая ориентация. Инструктор раздает детям ленточки или др. с разными цветами (2-3 цвета) в строю. На противоположной стороне выложены круги с этими-же цветами. После слов инструктора, дети идут гулять по площадке, затем даётся команда найдите свой цвет домика

Игры используемые на занятиях по физической культуре для старшей группы

«Мышеловка»-круг, бег, приседы

Играющие делятся на две неравные группы. Меньшая (примерно треть играющих) образует круг — мышеловку. Остальные изображают мышей и находятся вне круга.

Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу то влево, то вправо, приговаривая:

*«Ах, как мыши надоели,
Развелось их просто страсть.
Все погрызли, все поели,
Всюду лезут — вот напасть.
Берегитесь же, плутовки,
Доберемся мы до вас.
Вот поставим мышеловки,
Переловим всех за раз»*

По окончании стихотворения дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. Мыши вбегают в мышеловку и

тут же выбегают с другой стороны. По сигналу воспитателя: «Хлоп!» — дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают - мышеловка захлопнута. Мыши, не успевшие выбежать из круга, читаются пойманными. Они тоже становятся в круг (и размер мышеловки увеличивается). Когда большая часть мышей будет поймана, дети меняются ролями, и игра возобновляется.

Ровным кругом-затейники- игровые упр-я

Ровным кругом друг за другом

Мы идем за шагом шаг

Стой на месте!

Дружно вместе сделаем вот-так!

Дети останавливаются, опускают руки, а затейник в круге показывает какое-либо движение. Все должны повторить его. Тот кто лучше всех повторит его становится новым затейником

Ловишки с ленточками-Бег. Дети строятся в **круг**, у каждого имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. **В центре** круга стоит **ловишка**. По сигналу: **Раз, два, три – лови!** – дети разбегаются по площадке. Ловишка догоняет стараясь вытянуть ленточку. По сигналу: **«Раз, два, три в круг скорей беги-все строятся в круг.** После чего подсчитываются ленточки и игра повторяется с новым водящим

Сделай фигуру-на внимание и равновесие

По сигналу все дети разбегаются по залу (площадке) На следующий сигнал (удар в бубен) все играющие останавливаются на месте, где их застала команда, и принимают какую-либо позу. Инструктор отмечает тех, чьи фигуры понравились. Игра повторяется 2-3 раза (можно назначить водящего)

«Удочка»-Прыжки

Играющие стоят по кругу, в центре — воспитатель. Он держит в руках веревку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку с мешочком по кругу над самой землей (полом), а дети подпрыгивают на двух ногах вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел их ног. Описав мешочком два-три круга, воспитатель делает паузу, во время которой подсчитывается количество задевших за мешочек и даются необходимые указания по выполнению прыжков.

Быстро возьми-на внимание, ходьба и бег вокруг предметов

Дети образуют круг и по сигналу выполняют ходьбу или бег вокруг предметов (кубики, шишки, камешки), которых на один или два меньше. На следующий сигнал **быстро возьми** каждый играющий должен взять предмет и поднять его над головой. Тот, кто не успел поднять, считается проигравшим. Играем 2-3 раза

«Не попадись»-Прыжки

Играющие располагаются вокруг шнура, положенного в форме круга. В центре — двое водящих. По сигналу воспитателя дети прыгают на двух ногах в круг и выпрыгивают по мере приближения ловишек. Кого успели запятнать, получает штрафное очко. Через 40—50сек игра останавливается, подсчитываются проигравшие, и игра повторяется с новыми водящими.

«Перелет птиц».-Статическое равновесие

На одном конце зала находятся дети — они птицы. На другом конце зала — пособия, на которые можно «залететь» (гимнастические скамейки, кубы и т.д.) - это деревья. По сигналу воспитателя: «**Птицы улетают!**» --- дети, махая руками, как крыльями, разбегаются по всему залу; на следующий сигнал: «**Буря!**» — бегут к возвышениям и прячутся там. Когда воспитатель произнесет: «**Буря прекратилась!**», дети спускаются с возвышений и снова разбегаются по залу («птицы продолжают свой полет»). Во время игры воспитатель в обязательном порядке осуществляет страховку детей, особенно при спуске.

«Не оставайся на полу»-Бег, статическое равновесие

Выбирается ловишка, который вместе с детьми бегают по всему залу (площадке). Как только воспитатель произнесет: «**Лови!**» — все убегают от ловишки и взбираются на предметы (скамейки, кубы, и т. д.). Ловишка старается осалить убегающих. дети, до которых ловишка дотронулся, отходят в сторону. По окончании подсчитывают количество пойманных и выбирают ловишек. Игра возобновляется.

«Гуси-лебеди»-Бег

На одном краю зала обозначается дом, в котором находятся гуси. На противоположной стороне зала стоит пастух. Сбоку от дома логово, в котором живет волк, остальное место — луг. Выбираются дети, исполняющие роль волка и пастуха, остальные 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!

*Гуси. Нам нельзя:
Серый волк под горой
Не пускает нас домой.
Пастух. Так летите, как хотите,
Только крылья берегите!*

Гуси, расправив крылья (расставив в стороны руки), летят через луг домой, а волк, выбежав из логова, старается их поймать (запятнать). Пойманные гуси идут в логово. После нескольких перебежек подсчитывается количество пойманных волком гусей. Затем выбираются новые волк и пастух. Игра повторяется 2—3 раза.

«Пожарные на учении»-лазанье

Дети строятся в три или четыре колонны лицом к гимнастической стенке — это пожарные.

Первые в колоннах стоят перед чертой (исходная линия) на расстоянии 4—5 м от гимнастической стенки. На каждом пролете гимнастической стенки на одинаковой высоте (на рейке) подвешиваются колокольчики. По сигналу воспитателя (удар в бубен или на слово «Марш!») дети, стоящие в колоннах первыми, бегут к гимнастической стенке, взбираются по ней, *звонят в колокольчик*, спускаются вниз, затем возвращаются к своей колонне и встают в ее конец. Воспитатель отмечает того, кто быстрее всех выполнил задание.

Потом снова дается сигнал и бежит следующая группа детей и т. д. В конце игры воспитатель отмечает ту колонну, дети которой быстрее справились с заданием, т. е. ловко забрались и позвонили в колокольчик. При лазанье по гимнастической стенке обращается внимание на то, чтобы дети не пропускали реек и не спрыгивали, а сходили с последней рейки гимнастической стенки.

При проведении данной игры воспитатель осуществляет страховку детей.

«Ловишки-перебежки»-Бег

Дети стоят за чертой на одной стороне площадки. На второй стороне площадки также проведена черта. Сбоку стоит ловишка. На слова воспитателя: *«Раз, два, три — беги!»* — дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка ловит (осаливает рукой), прежде чем они успеют пересечь черту. Проводится подсчет пойманных, и перебежка повторяется. После двух-трех перебежек выбирается другой ловишка из числа наиболее ловких и быстрых ребят, которые не были пойманы.

«Мороз-Красный нос»-бег

На противоположных сторонах площадки обозначается два дома, играющие располагаются в одном из них. Водящий — «Мороз-Красный нос» становится посередине площадки лицом к играющим и произносит:

*«Я — Мороз-Красный нос.
Кто из вас решится
В путь-дороженьку пуститься?»
Играющие хором отвечают:
Не боимся мы угроз,
И не страшен нам мороз».*

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

Воспитатель вместе с «Морозом» подсчитывает количество «замороженных». После каждой перебежки выбирают нового «Мороза». В конце игры сравнивают, какой водящий — «Мороз» — заморозил больше играющих.

«Охотники и зайцы» -прыжки и бег

Из числа играющих выбирается охотник, остальные зайцы. На одной стороне зала (площадки) отводится место для охотника, на другой — дом зайцев. Охотник ходит по залу, делая вид, что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе. Зайцы выпрыгивают из кустов и прыгают на двух ногах (или на правой и левой поочередно) в разных направлениях. По сигналу: **Охотник** — зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мяч (в руках у него два-три мяча). Те, в кого он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом. После каждой охоты на зайцев охотник меняется, но не из числа пойманных. Для проведения данной игры (во избежание травм) лучше использовать самодельные мячи, сшитые из кусочков ткани.

«Хитрая лиса»-бег, на внимание

Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага один от другого. В стороне, вне круга, обозначается дом лисы. По сигналу воспитателя дети закрывают глаза, а он обходит их с внешней стороны круга и дотрагивается до одного из играющих, который и становится водящим - хитрой лисой. Затем дети открывают глаза, хором три раза (с небольшим интервалом) спрашивают (сначала тихо, а потом громче): **«Хитрая лиса, где ты?»** После третьего раза играющий, выбранный хитрой лисой, быстро выбегает на середину круга, поднимает вверх руку и говорит: **«Я здесь!»** Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит (дотрагивается рукой). После того как лиса поймает и отведет к себе в дом 2—3 детей, воспитатель произносит: **«В круг!»** - и игра возобновляется.

Если лиса долго не может никого поймать, то выбирают другого водящего.

Медведи и пчелы-лазанье

Играющие делятся на две равные команды: одна — пчелы, другая — медведи.

На одной стороне зала находится улей, а на противоположной луг. В стороне располагается берлога медведей. По условному сигналу воспитателя **пчелы** вылетают из улья (слезают с возвышений гимнастической стенки, гимнастических скамеек и т. д.), жужжат и летят на луг за медом. Как только пчелы улетят, **медведи** выбегают из берлоги, забираются в улей (влезают на возвышения) и лакомятся медом. Воспитатель подает сигнал:

«Медведи!», пчелы летят к ульям, стараясь ужалить (дотронуться рукой) медведей, те убегают в берлогу. Ужаленные медведи пропускают одну игру. Игра возобновляется, и после повторения дети меняются ролями.

Перед игрой воспитатель напоминает детям, что с возвышений нужно слезать, а не спрыгивать, на лестницу залезать не выше 4—5-й рейки. Воспитатель обязательно осуществляет страховку детей; если возникает необходимость, оказывает помощь

«Ловишки парами»-бег

Дети строятся в две шеренги на расстоянии 3—4 шагов одна от другой, и каждый отмечает для себя пару. По сигналу воспитателя: «Беги!» дети первой шеренги убегают, а дети второй догоняют их, пятнают. При повторении игры дети меняются местами.
3 часть. Ходьба в колонне по одному

«Совушка»-ориентация в пространстве, статическое равновесие

На одной стороне зала обозначается гнездо совы. В гнезде помещается водящий — сова. Остальные играющие изображают птиц, бабочек, жуков и т. д.; они разлетаются по всему залу. Через некоторое время воспитатель произносит: «**Ночь!**» Играющие останавливаются на месте в той позе, в какой их застала ночь. Сова вылетает из своего гнезда, машет крыльями и смотрит, кто шевелится. Того, кто пошевелился, уводит в свое гнездо, а воспитатель произносит: «**день!**» Бабочки, жуки, птицы оживают и опять начинают кружиться, летать. После двух вылетов на охоту подсчитывается количество пойманных. Выбирается другая сова.

«Горелки»-Бег

Играющие встают в две колонны, взявшись за руки, впереди — водящий. Дети хором произносят

*«Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло.*

Глянь на небо:

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Раз, два, три — беги!»

С последним словом стоящие в последней паре опускают руки и бегут в начало колонны — один справа, другой слева от нее. Водящий пытается поймать одного из детей, прежде чем он успеет опять взяться за руки со своим партнером. Если водящему удастся это сделать, то он берется за руки с пойманным и они становятся впереди колонны. Оставшийся без пары становится водящим. Для увеличения двигательной активности детей можно построить парами в две-три колонны.

«Карусель»-ходьба и бег по кругу

Дети образуют круг, держась за шнур правой рукой, и идут по кругу сначала медленно, потом быстрее и переходят на бег. Движения выполняются в соответствии с текстом, произносимым вслух:

«Еле, еле, еле, еле

Закружились карусели,

А потом кругом, кругом,

Все бегом, бегом, бегом!»

После того как дети пробегут 2—3 круга, воспитатель останавливает их и подает сигнал к изменению направления движения. Играющие поворачиваются кругом и, перехватив шнур другой рукой, продолжают выполнять ходьбу и бег. Затем воспитатель вместе с детьми произносит:

«Тише, тише, не спешите!

Карусель остановите!

Раз-два, раз-два.

Вот и кончилась игра!»

Движение карусели постепенно замедляется. При словах «Вот и кончилась игра!» дети останавливаются, кладут шнур на землю и расходятся по всей площадке. Игра проводится 2 раза.

«Пятнашки»-бег

Выбирается водящий, который получает цветную повязку и становится в центр площадки. После сигнала: **«Лови!»** — все дети разбегаются по площадке, а водящий старается догнать кого-либо из играющих и осалить. Тот, кого коснулся водящий, отходит в сторону. Через некоторое время воспитатель подает команду: **«Стой!»** и игра останавливается, подсчитывают количество пойманных и выбирается новый водящий.

Игры используемые на занятиях по физической культуре для подготовительной группы

«Ловишки-перебежки»-Бег

Дети стоят за чертой на одной стороне площадки. На второй стороне площадки также проведена черта. Сбоку стоит ловишка. На слова воспитателя: **«Раз, два, три — беги!»** — дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка ловит (осаливает рукой), прежде чем они успеют пересечь черту. Проводится подсчет пойманных, и перебежка повторяется. После двух-трех перебежек выбирается другой ловишка из числа наиболее ловких и быстрых ребят, которые не были пойманы.

«Не оставайся на полу»-бег, статическое равновесие

Выбирается ловишка, который вместе с детьми бегают по всему залу (площадке). Как только воспитатель произнесет: **«Лови!»** — все убегают от ловишки и взбираются на предметы (скамейки, кубы, и т. д.). Ловишка старается осалить убегающих. Дети, до которых ловишка дотронулся, отходят в сторону. По окончании подсчитывают количество пойманных и выбирают ловишек. Игра возобновляется.

«Совушка»-бег, ориентация в пространстве

На одной стороне зала обозначается гнездо совы. В гнезде помещается водящий — сова. Остальные играющие изображают птиц, бабочек, жуков и т. д.; они разлетаются по всему залу. Через некоторое время воспитатель произносит: **«Ночь!»** Играющие останавливаются на месте в той позе, в какой их застала ночь. Сова вылетает из своего гнезда, машет крыльями и смотрит, кто шевелится. Того, кто пошевелился, уводит в свое гнездо, а воспитатель произносит: **«день!»** Бабочки, жуки, птицы оживают и опять начинают кружиться, летать. После двух вылетов на охоту подсчитывается количество пойманных. Выбирается другая сова.

«Удочка»-бег

Играющие стоят по кругу, в центре — воспитатель. Он держит в руках веревку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку с мешочком по кругу над самой землей (полом), а дети подпрыгивают на двух ногах вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел их ног. Описав мешочком два-три круга, воспитатель делает паузу, во время которой подсчитывается количество задевших за мешочек и даются необходимые указания по выполнению прыжков.

«Не попадись»-прыжки

Играющие располагаются вокруг шнура, положенного в форме круга. В центре — двое водящих. По сигналу воспитателя дети прыгают на двух ногах в круг и выпрыгивают по мере приближения ловишек. Кого успели запятнать, получает штрафное очко. Через 40—50 сек игра останавливается, подсчитываются проигравшие, и игра повторяется с новыми водящими.

«Перелет птиц»-бег, статическое равновесие

На одном конце зала находятся дети — они птицы. На другом конце зала — пособия, на которые можно «залететь» (гимнастические скамейки, кубы и т.д.) - это деревья. По сигналу воспитателя: **«Птицы улетаю!»** --- дети, махая руками, как крыльями, разбегаются по всему залу; на следующий сигнал: **«Буря!»** — бегут к возвышениям и прячутся там. Когда воспитатель произнесет: **«Буря прекратилась!»**, дети спускаются с возвышений и снова разбегаются по залу («птицы продолжают свой полет»). Во время

игры воспитатель в обязательном порядке осуществляет страховку детей, особенно при спуске.

Сделай фигуру-статическое равновесие

По сигналу все дети разбегаются по залу (площадке) На следующий сигнал (удар в бубен) все играющие останавливаются на месте, где их застала команда, и принимают какую-либо позу. Инструктор отмечает тех, чьи фигуры понравились. Игра повторяется 2-3 раза (можно назначить водящего)

Ловишки с ленточками-бег. Дети строятся в **круг**, у каждого имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. **В центре** круга стоит **ловишка**. По сигналу: **Раз, два, три – лови!** – дети разбегаются по площадке. Ловишка догоняет стараясь вытянуть ленточку. По сигналу: **«Раз, два, три в круг скорей беги-все строятся в круг.** После чего подсчитываются ленточки и игра повторяется с новым водящим

«Догони свою пару»-бег

Играющие становятся на одной стороне площадки: одна группа детей впереди, вторая — позади (расстояние между ними не менее трех шагов). По сигналу воспитателя первые быстро убегают на другую сторону площадки, вторые их ловят (осаливают). Перебежав на другую сторону площадки, дети меняются ролями. Игра повторяется 3-4 раза. Заканчивается игра ходьбой в колонне по одному

«По местам»-бег

Играющие образуют круг. Перед каждым ребенком лежит предмет (кубик, мешочек, кегля). По сигналу воспитателя все разбегаются по залу (площадке) в разные стороны, а воспитатель убирает один предмет. На сигнал «По местам!» все играющие должны быстро встать в круг и занять место у какого-либо предмета. Тот, кто остался без места, считается проигравшим. Игра повторяется несколько раз.

«Попрыгунчики-воробышки»-прыжки

Воспитатель выкладывает на полу круг из веревки (или чертит на земле) (ориентирами также могут быть мешочки с песком или кубики). Выбирается водящий — коршун. Он становится на середину круга. Остальные дети — воробышки, они стоят за кругом. Воробышки **прыгают в круг и из круга**. Коршун бегаёт в круге и не даёт воробышкам долго там находиться. Воробышек, до которого водящий дотронулся, останавливается, поднимает руку, но из игры не выбывает. Воспитатель отмечает тех, кого коршун ни разу не поймал. Игра повторяется после небольшого перерыва.

«Два Мороза»-бег

На противоположных сторонах площадки линиями обозначаются два дома. Играющие располагаются в одном из домов. Двое водящих (Мороз — красный нос и Мороз — синий нос) выходят на середину площадки, становятся лицом к детям и произносят:

Мы два брата молодые.

Два мороза удалые,

Я Мороз — красный нос,

Я Мороз — синий нос,

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

Все играющие хором отвечают:

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

После этого дети перебегают в другой дом, а морозы стараются их заморозить (коснуться рукой). Замороженные остаются на том месте, где их настиг мороз, и стоят там до окончания перебежки. Морозы подсчитывают, скольких ребят им удалось заморозить. После двух перебежек выбирают других Морозов.

«Паук и мухи»-статическое равновесие

В одном углу зала обозначается кружком (или шнуром) паутина, где живет водящий-паук. Остальные дети — **мухи**. По сигналу воспитателя все мухи разбегаются по залу, «летают», жужжат. Паук находится в паутине.

По сигналу воспитателя **«Паук!»** мухи останавливаются в том месте, где их застала команда. Паук выходит и внимательно смотрит. Того, кто пошевелится, паук отводит в свою паутину. После двух повторений подсчитывают количество пойманных мух. Игра возобновляется с другим водящим.

«Ключи»-бег, на внимание

Играющие становятся в круги, начерченные в любом порядке (или выложенные из коротких шнуров) на расстоянии не менее 2 м один от другого. Выбирается водящий. Он подходит к одному из игроков и спрашивает: **«Где ключи?»** Тот отвечает: **«Пойди к... (называет одного из детей), постучи!»** В это время другие дети стараются поменяться местами. Водящий должен быстро занять свободный кружок во время перебежки. Если водящий долго не может занять кружок, он кричит: **«Нашел ключи!»** Тогда все играющие меняются местами, оставшийся без места становится водящим.

«Карусель»-ходьба и бег по кругу

Дети образуют круг, держась за шнур правой рукой, и идут по кругу сначала медленно, потом быстрее и переходят на бег. Движения выполняются в соответствии с текстом, произносимым вслух:

***«Еле, еле, еле, еле
Закружились карусели,
А потом кругом, кругом,
Все бегом, бегом, бегом!»***

После того как дети пробегут 2—3 круга, воспитатель останавливает их и подает сигнал к изменению направления движения. Играющие поворачиваются кругом и, перехватив шнур другой рукой, продолжают выполнять ходьбу и бег. Затем воспитатель вместе с детьми произносит:

***«Тише, тише, не спешите!
Карусель остановите!
Раз-два, раз-два.
Вот и кончилась игра!»***

Движение карусели постепенно замедляется. При словах **«Вот и кончилась игра!»** дети останавливаются, кладут шнур на землю и расходятся по всей площадке. Игра проводится 2 раза.

«Волк во рву»-бег и прыжки

Посередине зала (площадки) проводят две параллельные черты (или кладут веревки) на расстоянии 80—90 см одна от другой — это ров. С одной стороны площадки за чертой находится дом коз. Выбирают водящего — волка. Все козы располагаются в доме (за

чертой). Волк становится в ров. По сигналу педагога «Волк во рву» козы бегут на противоположную сторону зала, перепрыгивая через ров, а волк старается их поймать (коснуться рукой). Пойманных коз волк отводит в сторону. Вновь подается сигнал. После двух перебежек все пойманные козы возвращаются в свой дом, и выбирается новый водящий.

«Горелки»-бег

Играющие встают в две колонны, взявшись за руки, впереди — водящий. Дети хором произносят

*«Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло.*

Глянь на небо:

Птички летят,

Колокольчики звенят!

Раз, два, три — беги!»

С последним словом стоящие в последней паре опускают руки и бегут в начало колонны — один справа, другой слева от нее. Водящий пытается поймать одного из детей, прежде чем он успеет опять взяться за руки со своим партнером. Если водящему удастся это сделать, то он берется за руки с пойманным и они становятся впереди колонны. Оставшийся без пары становится водящим. Для увеличения двигательной активности детей можно построить парами в две-три колонны.

«Воробьи и кошка»-прыжки

На полу (на земле) чертится круг (или выкладывается из веревки), диаметр 4 м. Один ребенок — кошка, он находится в середине круга. Остальные дети — воробьи, становятся за чертой круга. По сигналу педагога воробьи начинают прыгать в круг и из круга (на двух ногах). Кошка неожиданно «просыпается» и старается поймать (осалить) воробьев. Тот, кто не успел прыгнуть из круга, считается пойманным; он делает шаг назад из круга. Когда кошка поймает 2-3 воробьев, выбирается другой водящий из числа непоиманных. Игра повторяется.

«Охотники и зайцы» -прыжки, бег

Из числа играющих выбирается охотник, остальные зайцы. На одной стороне зала (площадки) отводится место для охотника, на другой — дом зайцев. Охотник ходит по залу, делая вид, что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе. Зайцы выпрыгивают из кустов и прыгают на двух ногах (или на правой и левой поочередно) в разных направлениях. По сигналу: **Охотник** — зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мяч (в руках у него два-три мяча). Те, в кого он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом. После каждой охоты на зайцев охотник меняется, но не из числа пойманных. Для проведения данной игры (во избежание травм) лучше использовать самодельные мячи, сшитые из кусочков ткани.

Ровным кругом –затейники –ходьба в кругу, игровые упр-я

Ровным кругом друг за другом

Мы идем за шагом шаг

Стой на месте!

Дружно вместе сделаем вот-так!

Дети останавливаются, опускают руки, а затейник в круге показывает какое-либо движение. Все должны повторить его. Тот кто лучше всех повторит его становится новым затейником

Северный и южный ветер-бег

Выбираются двое водящих. Одному наклеивают на руку синюю повязку-это северный ветер он замораживает. (замороженные останавливаются на месте, замирают), другому красную-это южный ветер (размораживает произнося при этом: Свободен!). Все остальные дети бегают по площадке. Через 2-3 мин назначаются новые водящие.

Ловишки с ленточками-бег

Дети строятся в **круг**, у каждого имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. **В центре** круга стоит **ловишка**. По сигналу: **Раз, два, три – лови!** – дети разбегаются по площадке. Ловишка догоняет стараясь вытянуть ленточку. По сигналу: **«Раз, два, три в круг скорей беги»**-все строятся в круг. После чего подсчитываются ленточки и игра повторяется с новым водящим

Лягушки и цапля-прыжки

В середине площадки очерчивается квадрат или прямоугольник со сторонами 4, 6м. Это болото, где живут лягушки. В углах квадрата вбиваются колышки или кладутся кубики так, чтобы высота колышка (кубика) над землей составляла 10-15см. По сторонам квадрата протягивается веревка. К концу каждой веревки привязан груз (мешочек с песком). Концы веревки кладутся на колышки (кубики)

В одном из углов площадки очерчено гнездо цапли. Воспитатель назначает одного из играющих цаплей, остальные-лягушки, которые стоят или прыгают в болоте. Когда все играющие разместились на отведенных для них участках площадки, воспитатель дает сигнал «Цапля». Высоко поднимая ноги, она направляется к болоту и перешагивает через веревку чтобы поймать лягушек. Лягушки, спасаясь от цапли, выскакивают из болота, прыгая через веревку любым способом: отталкиваясь двумя ногами, одной с разбега – лишь бы убежать от цапли. Перешагнув через веревку, цапля ловит не успевших выпрыгнуть из болота лягушек. Пойманных цапля уводит к себе в дом, и они временно выбывают из игры (пока не сменится цапля). Если все лягушки успели выскочить из болота и цапля никого не поймала, она возвращается к себе в дом. Новая цапля выбирается после того, как будет поймано 2-3 лягушки.

«Мышеловка»-бег и приседы

Играющие делятся на две неравные группы. Меньшая (примерно треть играющих) образует круг — мышеловку. Остальные изображают мышей и находятся вне круга.

Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу то влево, то вправо, приговаривая:

*«Ах, как мыши надоели,
Развелось их просто страсть.
Все погрызли, все поели,
Всюду лезут — вот напасть.
Берегитесь же, плутовки,
Доберемся мы до вас.
Вот поставим мышеловки,
Переловим всех за раз»*

По окончании стихотворения дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. Мыши вбегают в мышеловку и

тут же выбегают с другой стороны. По сигналу воспитателя:
«Хлоп!» — дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают - мышеловка захлопнута. Мыши, не успевшие выбежать из круга, читаются пойманными. Они тоже становятся в круг (и размер мышеловки увеличивается). Когда большая часть мышей будет поймана, дети меняются ролями, и игра возобновляется.