|  |  |
| --- | --- |
| **Подвижная игра 1**  **Мышеловка.**  **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:**    Играющие **/** на две неравные команды, большая образует круг – «мышеловку», остальные – мыши.  Ах, как мыши надоели,  Все погрызли, все поели.  Берегитесь же плутовки,  Доберемся мы до вас.  Вот расставим мышеловки,  Переловим всех сейчас!  Затем дети опускают руки вниз, и «мыши» оставшиеся в кругу встают в круг и мышеловка увеличивается. | **Подвижная игра 2**  **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. |
| **Подвижная игра 3**  **Катай мяч**  **Цель:**   * Развивать выдержку, внимание, ловкость. * Упражнять в катании мяча.   **Ход игры:**    Играющие образуют круг, опускаются на колени и садятся на пятки. Воспитатель катит мяч кому – нибудь из детей. Тот, отталкивает от себя рукой, не давая коснуться ног, другому играющему. Если мяч коснулся ног, ребенок делает шаг из круга. Сидя за кругом, проигравший принимает участие в игре если он отталкивает мяч случайно посланный ему.  Продолжительность игры 4 – 5 минут. | **Подвижная игра 4**  **Ловишки из круга**  **Цель:**   * Развивать у детей умение согласовывать движения со словами. * Упражнять в ритмической ходьбе, в беге с увертыванием и в ловле, в построении в круг   **Ход игры:**  Дети стоят по кругу, взявшись за руки. Ловишка – в центре круга, на руке повязка. Играющие двигаются по кругу и говорят:  Мы, веселые ребята, Любим бегать и скакать  Ну, попробуй нас догнать. Раз, два, три – лови!  Дети разбегаются, а ловишка догоняет. Пойманный временно отходит в сторону. Игра продолжается, пока ловишка не поймает 2-3 детей.  Продолжительность 5-7 минут. |
| **Подвижная игра 5**  **«Гори, гори ясно!»**  **Цель:**   * Развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве. * Упражнять в быстром беге.   **Ход игры:**  Играющие становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. «Ловящий» становится на эту линию. Все говорят:  Гори, гори ясно,  Чтобы не погасло.  Глянь на небо-  Птички летят,  Колокольчики звенят!  Раз, два, три – беги!  После слова «беги» дети, стоящие в последней паре, бегут вдоль колонны (один слева, другой – справа), стремясь схватить за руки впереди ловящего, который старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и соединить руки. Если ловящему это удается сделать, то он образует пару и становится впереди колонны, а оставшийся – ловящий. | **Подвижная игра 6**  **Лягушки и цапля**  **Цель:**   * Развивать у детей умение действовать по сигналу, ловкость. * Упражнять в прыжках в высоту с места.   **Ход игры:**  Очерчивается квадрат – «болото», где живут «лягушки». В углах вбиваются колышки или кладутся кубики. Высота 10 – 15 см. По сторонам квадрата протягивается веревка. За пределами квадрата «гнездо цапли». По сигналу «цапля» она, поднимая ноги, направляется к болоту и перешагивает через веревку. Лягушки выскакивают из болота, прыгая через веревку, отталкиваясь двумя ногами. Перешагнув через веревку, цапля ловит лягушек.  Продолжительность 5-7 минут |
| **Подвижная игра 7**  **Хитрая лиса**  **Цель:**   * Развивать у детей выдержку и наблюдательность. * Упражнять в быстром беге, в построении в круг, в ловле.   **Ход игры:**  Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга очерчивается «дом лисы». Дети закрывают глаза, а воспитатель обходит круг и дотрагивается до одного из играющих, который становиться «хитрой лисой». Дети открывают глаза. Играющие три раза спрашивают хором сначала тихо, а затем громче: «Хитрая лиса, где ты?» Хитрая лиса выходит на середины круга, поднимает руку и говорит: «Я здесь!» Дети разбегаются, а «лиса» ловит. Пойманного- в дом.  Продолжительность 6-8 минут. | **Подвижная игра 8**  **Удочка**  **Цель:**   * Развивать у детей торможение, умение действовать по сигналу. * Упражнять в беге с увертыванием, в ловле.   **Ход игры:**  Играющие становятся в круг, на расстоянии вытянутых в стороны рук. Воспитатель в центре. Он вращает по кругу шнур, к концу которого привязан мешочек с песком (удочка). Играющие внимательно следят за мешочком и при его приближении подпрыгивают на месте, чтобы мешочек не коснулся их ног. Тот, кого мешочек заденет выбывает из игры.  Продолжительность 5-7 минут. |
| **Подвижная игра 9**  **Спрячь руки за спину**  **Цель:**   * Развивать у детей быстроту реакции на сигнал. * Упражнять в беге, в ловле, закреплять правильную осанку.   **Ход игры:**  Выбирают водящего – «ловишка», стоит в середине площадки. Остальные стоят в разных местах площадки и держат руки за спиной. По слову воспитателя «начинай» играющие опускают руки и начинают бегать в любом направлении, но только в пределах границ площадки, обозначенной флажками. Задача ловишки – поймать кого – либо из играющих, но касаться можно только тех, у кого руки опущены. Если играющий успел заложить руки за спину и сказать «не боюсь», ловишка не может его трогать. Если ловишка не сумел поймать никого – назначается другой.  Продолжительность 5-7 минут. | **Подвижная игра 10**  **Угадай, что делали**  **Цель:**   * Развивать у детей выдержку, инициативу, воображение.   **Ход игры:**  Выбирают одного ребенка, который отходит на 8 – 10 шагов от остальных и поворачивается спиной. Дети договариваются, какое действие они будут изображать. По слову «пора», отгадывающий поворачивается, подходит к играющим и говорит:  Здравствуйте, дети!  Где вы бывали?  Что вы видали?  Дети отвечают:  Что мы видели – не скажем,  А что делали – покажем.  Все дети изображают какое – нибудь действие (играют на гармошке, скачут на лошадях и т.д.) Водящий должен отгадать это действие.  Продолжительность игры 4-6 минут. |
| **Подвижная игра 11**  **Волк во рву**  **Цель:**   * Развивать смелость и ловкость, умение действовать по сигналу. * Упражнять в прыжках в длину с разбегу.   **Ход игры:**  На площадке проводятся две параллельные прямые на расстоянии 80 – 100 см – «ров». По краям площадки очерчивается «дом коз». Воспитатель назначает одного играющего «волком», остальные – «козы». Все козы располагаются на одной стороне площадки. Волк становиться в ров. По сигналу воспитателя «волк во рву» козы бегут на противоположную сторону площадки, перепрыгивая через ров, а волк - старается их поймать (коснуться). Пойманных отводит в угол рва. Продолжительность игры 5-7 минут. | **Подвижная игра 12**  **Серсо**  **Цель:**   * Развивать меткость, глазомер. * Упражнять в метании, ловле и согласованности движений.   **Ход игры:**  Двое детей становятся друг против друга на небольшом расстоянии (2 – 3 м.). Один из них бросает в сторону другого кольца, а тот их ловит на палку или на руку. Когда все кольца брошены, производится подсчет, после чего дети меняются ролями.  Продолжительность игры 5-7 минут. |
| **Подвижная игра 13**  **Два мороза**  **Цель:**   * Развивать у детей торможение, наблюдательность, умение выполнять движения по сигналу. * Упражнять в беге.   **Ход игры:**  Играющие располагаются по две стороны площадки, двое водящих становятся по середине (Мороз – Красный нос и Мороз – Синий нос) и говорят:  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 слова «мороз» все играющие перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а морозы стараются их «заморозить» (коснуться рукой).  Продолжительность игры 5-7 минут. | **Подвижная игра 14**  **Свободное место**  **Цель:**   * Развивать у детей умение выполнять движение по сигналу. * Упражнять в быстром беге.   **Ход игры:**  Играющие сидят на стульях по кругу. Воспитатель вызывает пру детей сидящих рядом. По сигналу «раз, два, три – беги!» бегут в разные стороны за кругом, добегают до своего места и садятся. Воспитатель и все играющие отмечают, кто первый занял свободное место.  Продолжительность игры 5-7 минут. |
| **Подвижная игра 15**  **Совушка**  **Цель:**   * Развивать у детей торможение, наблюдательность, умение выполнять движения по сигналу. * Упражнять детей в беге.   **Ход игры:**  На расстоянии 80 – 100 см проводятся две прямые – это «ров». На расстоянии одного – двух шагов от границы очерчивается «дом козы». Все козы располагаются на одной стороне площадки. Волк становится в ров. По сигналу «волк во рву» козы бегут на противоположную сторону, перепрыгивая ров, а волк в это время ловит коз. Пойманных отводит в угол рва. Продолжительность 6-8 минут. | **Подвижная игра 16**  **Не попадись**  **Цель:**   * Развивать у детей ловкость, решительность. * Упражнять в прыжках в длину с места.   **Ход игры:**  На площадке проводятся линии, за которые играющие не вправе выбегать. В одном углу площадки – круг «Гнездо совушки». Выбирается «совушка», а остальные дети изображают насекомых, разбегаются по площадке. «Ночь» - «совушка» гуляет, «насекомые» спят. И «совушка» смотрит, не шевелится ли кто? Того, кто шевелится «совушка» отводит к себе в гнездо.  Продолжительность 5-7 минут |
| **Подвижная игра 17**  **Бездомный заяц**  **Цель:**   * Развивать у детей ориентировку в пространстве. * Упражнять в быстром беге   **Ход игры:**  Из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки – «свой домик». Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой кружок; тогда заяц, стоявший в кружке – становится бездомным зайцем. Если охотник поймает, то меняются ролями.  Продолжительность игры 5-7 минут. | **Подвижная игра 18**  **Скакалки**  **Цель:**   * Развивать координацию движений. * Упражнять в прыжках на месте и при движении вперед.   **Ход игры:**  Дети прыгают через скакалку на месте, пока не сделают ошибку или каждый играющий придумывает свои движения. Прыжки через скакалку проводятся на месте и продвигаясь вперед до условленного места.  Продолжительность игры 5-7 минут. |
| **Подвижная игра 19**  **Скворечники**  **Цель:**   * Развивать у детей сообразительность, ориентировку в пространстве и умение действовать по сигналу. * Упражнять детей в беге.   **Ход игры:**  Играющие чертят круги в разных местах площадки – «скворечники» - одна пара скворцов в нем. Число скворечников = половине числа играющих. Дети бегают по площадке в разных направлениях. По сигналу воспитателя «скворцы прилетели» они бегут в «скворечники».Дети оставшиеся без скворечника считаются проигравшими.  Продолжительность игры 5-7 минут. | **Подвижная игра 20**  **Пожарные на ученье.**  **Цель:**   * Развивать у детей чувство коллективизма, умение выполнять движения по сигналу. * Упражнять в лазании и в построении в колонну.   **Ход игры:**  Дети строятся лицом к гимнастической стенке на расстоянии 5 – 6 шагов в 3 – 4 колонны. Против каждой колонны на одной и той же высоте подвешивается колокольчик. По сигналу «1, 2, 3 – беги» дети, стоящие первыми, бегут к стенке, влезают и звонят в колокольчик. Затем спускаются и становятся в конец своей колонны.  Повторить игру 6-8 раз. |
| **Подвижная игра 21**  **Ловля бабочек**  **Цель:**   * Развивать у детей выдержку и умение действовать по сигналу. * Упражнять в беге с увертыванием и в ловле, в приседании.   **Ход игры:**  Выбрать четырех играющих – «дети с сачками». Остальные играющие – «бабочки». На слово «летите» дети разбегаются по площадке. По сигналу «лови» двое детей выбегают ловить бабочек. они ловят, смыкая руки вокруг пойманного, затем отводят его в условное место. на слова «Бабочки сели на цветы». бабочки присаживаются и отдыхают. Когда поймано 3-5 бабочек, отмечают, какая пара поймала больше.  Повторить игру 6-8 раз. | **Подвижная игра 22**  **Эстафета с мячами**  **Цель:**   * Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу. * Упражнять в ловкости.   **Ход игры:**  Играющие делятся на две колонны. Первым в колонне дается по мячу. На сигнал воспитателя: «Вверх!» - дети поднимают руки и стоящий первым передает мяч через голову стоящему сзади и т.д. Выиграет та колонна, которая первой принесет мяч.  Продолжительность игры 6 – 8 минут. |
| **Подвижная игра 23**  **Рыбаки и рыбки**  **Цель:**   * Развивать у детей ловкость, сообразительность, умение действовать по сигналу. * Упражнять в быстром беге с увертыванием и в ловле.   **Ход игры:**  Площадка – «пруд». Вдоль площадки ходит рыбак, а на противоположной стороне – его помощник. В руках старшего рыбака «сеть» (веревка), на конце – мешочек с песком. Старший рыбак говорит помощнику: «Лови!», и бросает ему конец веревки с грузом, затем рыбаки окружают веревкой рыбок, которые не успели уплыть в глубокое место (отчерченное место на площадке). по сигналу «рыбки, плывите» рыбки снова выплывают из глубокого места.  Продолжительность игры 6 – 8 минут. | **Подвижная игра 24**  **Ловля обезьян**  **Цель:**   * Развивать у детей инициативу, наблюдательность, память, ловкость. * Упражнять в лазании, в беге.   **Ход игры:**  Дети, изображающие обезьян, размещаются на одной стороне площадки, где имеются приборы для лазания или скамейки. На другой стороне 4 – 6 человек – это ловцы обезьян. Обезьяны подражают всему, что видят. Ловцы сговариваются, какие движения они будут делать. Как только ловцы выходят на середину площадки, обезьяны влезают на вышку и оттуда наблюдают. Проделав движения, ловцы уходят, обезьяны приближаются к тому месту, где были ловцы и повторяют их движения. По сигналу «ловцы» ловцы ловят обезьян.  Продолжительность игры 5-7 минут. |
| **Подвижная игра 25**  **Перемени флажок**  **Цель:**   * Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, воспитывать чувство коллективизма. * Упражнять в беге на скорость, в построении в колонну.   **Ход игры:**  На одной стороне площадки чертится 4-5 кругов диаметром 1 шаг; расстояние между ними 1 шаг. на противоположной стороне 4 – 5 колонн. Каждому первому по флажку одинакового цвета. В каждый круг кладется флажок другого цвета. По сигналу «1,2,3 – беги» играющие бегут в свой круг кладут свой флажок и берут другой. Кто первым поднял флажок считается выигравшим.  Игра продолжается 2 – 3 раза. | **Подвижная игра 26**  **Кто раньше дойдет до середины**  **Цель:**   * Развивать у детей движение рук   **Ход игры:**  Берутся две короткие круглые палки. К ним привязывается шнур длинной 8 – 10 м., середину его отмечают лентой. Играющие натягивают шнур. По сигналу воспитателя быстро начинают вращать палки обеими руками и, наматывая шнур на палку, продвигаться вперед. Выиграет тот, кто раньше намотает шнур до ленты. |
| **Подвижная игра 27**  **Кто первый через обруч к флажку.**  **Цель:**   * Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, ловкость коллективизм. * Упражнять в быстром беге и в пролезании.   **Ход игры:**  На одной стороне площадки разложены флажки (4 – 6) на расстоянии одного метра один от другого. В середине площадки – обручи. На противоположной стороне 4 – 6 колонн. По сигналу «1,2,3 – беги» стоящие первыми бегут к флажкам, пролезая на пути в обруч, бежит до флажка, берет и поднимает вверх, затем кладет и бежит в конец колонны.  Игра продолжается 3 – 4 раза. | **Подвижная игра 28**  **Передай мяч**  **Цель:**   * Развивать умение выполнять движения ритмично, согласуя со словами, а также по сигналу. * Упражнять в передаче мяча, в повороте корпуса вправо и влево, в метании в подвижную цель.   **Ход игры:**  Играющие стоят по кругу. Воспитатель дает одному из играющих мяч (D=6-8см). По слову «начинай» дети передают мяч друг другу в одном направлении. Все играющие говорят: Раз, два, три! Мяч скорей бери!  Четыре, пять, шесть! Вот он, вот он здесь!  Семь, восемь, девять! Брось его кто умеет? Я!  Тот, у кого на слово «Я» окажется мяч, выходит с ним на середину и говорит: «Раз, два, три – беги». После этих слов все дети разбегаются, а стоящий, не сходя с места, бросает мяч в убегающих. Тот, в кого попал мяч, выходит из игры. По сигналу «раз, два, три в круг беги» дети снова образуют круг.  Игра повторяется 6-8 раз. |
| **Подвижная игра 29**  **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. | **Подвижная игра 30**  **Паук и мухи**  **Цель:**   * Развивать у детей выдержку, ловкость. * Упражнять в беге и приседание.   **Ход игры:**  Выбирается водящий – паук, остальные дети – мухи. Паук стоит в стороне, мухи бегают по всей площадке. По сигналу воспитателя мухи замирают, паук обходит играющих, и у кого заметит хоть малейшее движение, того забирает к себе.  Игра повторяется 6-8 раз. |
| **Подвижная игра 31**  **Коршун и наседка (с бегом)**  **Цель:**   * Развивать у детей ловкость, сообразительность, чувство товарищества. * Упражнять в беге колонной.   **Ход игры:**  В игре участвуют 8 – 10 детей. Один из играющих «коршун», а другой – «наседка», остальные – «цыплята», которые становятся за наседкой, образуя колонну. Все держаться друг за друга. на противоположной стороне круг – «гнездо коршуна». По сигналу «коршун», он вылетает из гнезда и старается поймать цыпленка, стоящего за наседкой. Наседка, «распустив крылья», защищает своих цыплят, не дает коршуну схватить цыпленка, а цыплята двигаются за наседкой.  Продолжительность 5-7 минут. | **Подвижная игра 32**  **Не оставайся на полу**  **Цель:**   * Развивать у детей выдержку, ловкость, умение действовать по сигналу, быстро ориентироваться в обстановке. * Упражнять в беге, прыжках в длину, в ловле.   **Ход игры:**  На площадке расставлены предметы высотой 25 – 30 см, на которые дети должны взбираться: лестницы со ступеньками, доски, поставленные на возвышение, невысокие ящики, скамейки. Ловишке на руку одевают повязку. Под удары в бубен дети ходят, бегают, прыгают. По сигналу «лови» все дети взбираются на предметы. Ловишка ловит тех, кто не успел вскочить на возвышение. Пойманные садятся в сторону.  Продолжительность 5-7 минут |
| **Подвижная игра 33**  **Бросить и поймать**  **Цель:**   * Развивать у детей координацию движение, ориентировку в пространстве. * Упражнять в метании и ловле, быстром беге.   **Ход игры:**  На двух столбиках или стойках для прыжков укрепляется веревочка на высоте ребенка с поднятой рукой. Дети бросают мяч через веревочку, затем пробегают следом и ловят его.  Продолжительность 5-7 минут. | **Подвижная игра 34**  **Ловишка, бери ленту**  **Цель:**   * Развивать у детей ловкость, сообразительность. * Упражнять в беге, в ловле и в построении в круг.   **Ход игры:**  Играющие стоят по кругу. Каждый получает ленточку, закладывает за пояс. В центре круга ловишка. По сигналу воспитателя «беги» все разбегаются, а ловишка старается вытянуть как можно больше ленточек.  Продолжительность 5-7 минут. |
| **Подвижная игра 35**  **«ТУННЕЛЬ»**  **Цель:**   * Обучать детей в умении ползать.   **Ход игры:**  Участники стоят в двух колоннах. Первый делает шаг вперед и принимает упор лежа согнувшись. Второй участник проползает под первым заданным способом (по-пластунски, на низких четвереньках с опорой на предплечья) и принимает это же положение рядом с первым. Движение начинает третий участник и т.д.       Задание выполняется 2-3 раза подряд. Выигрывает та команда, которая быстрее переползет за ориентир.  ***Вариант 1***       Построившись в шеренги, команды принимают исходное положение – упор лежа на согнутых руках. Направляющие и замыкающие стоят лицом друг к другу. В руках у направляющих мячи. По сигналу игроки отжимаются в упор лежа и, поднимая таз, принимают положение упора согнувшись. Направляющий толчком двух | рук перекатывает мяч по туннелю и ложится на пол. Замыкающий, поймав мяч, перебегает на место направляющего. В это время все остальные игроки сгибают руки, ложатся в и.п. Эстафета заканчивается, когда направляющий вернется на свое место.  ***Вариант 2***       Те же условия, но и.п. – упор сидя сзади, а в момент проката мяча – упор лежа сзади. |
| **Подвижная игра 36**  **«СБЕЙ ГРУШУ»**  **Цель:**   * Равновесие, броски мяча, метание.   **Ход игры:**  Участники игры делятся на 2 команды. Первая – «груши», дети встают на скамейку, поставленную поперек зала. Игроки второй команды, «метатели», берут по одному мячу (d=15,25 см) и выстраиваются в шеренгу на расстоянии 5-6 м от скамейки. По сигналу «метатели» по очереди бросают мяч, стараясь сбить «грушу». Игра проводится 5-6 раз, подсчитывается общее количество сбитых груш. Выигрывает команда, которая сбила большее количество груш.  Сбитым считается тот игрок («груша»), в которого попал мяч или он сам спрыгнул на пол. | ***Усложнение***   1. Обе команды стоят на параллельных скамейках. 2. Скамейка «метателей» стоят перпендикулярно скамейке с «грушами» на расстоянии 5-6 м, перед броском игрок – «метатель» пробегает по скамейке. |
| **Подвижная игра 37**  **«ЛОВКИЕ ПАЛЬЦЫ»**  **Цель:**   * Развивать способность к двигательной импровизации, двигательной находчивости, способность координировать действия при совместном решении двигательных задач.   **Ход игры:**    По залу рассыпаются мелкие предметы: кусочки от резиновых ковриков, фломастеры, шарики, пластмассовые пробки и т.п. Играющие собирают их, захватывая пальцами ног (один предмет – правой ногой, другой – левой ногой), и берут в руки.       Когда все предметы собраны, играющие садятся на пол, и каждый раскладывает из того, что он собрал, какую-нибудь композицию (дома, цветы, корабли, лес и т.д.).       Не разрешается брать предметы с пола руками. | *Усложнение*  Правой ногой собирать предметы в левую руку, левой ногой – в правую руку. |
| **Подвижная игра 38**  **«ПЕРЕПРАВА НА ПЛОТАХ»**  **Цель:**   * Развивать у детей выдержку, ловкость. * Упражнять в равновесии.   **Ход игры:**       Команды построены в колонны по одному перед стартовой чертой («на берегу»), в руках у направляющего по два резиновых коврика (плоты). По сигналу он кладет один коврик перед собой на пол и на него быстро становятся два, три или четыре человека (в зависимости от длины и ширины коврика). Затем направляющий кладет на пол второй коврик, и вся группа перебирается на него, передавая первый коврик дальше. И так, поочередно, перескакивая с коврика на коврик, группа переправляется через «реку» на противоположный «берег», где участники остаются за финишной чертой, а один из игроков тем же способом возвращается назад за следующей группой. Игрокам не разрешается становиться ногами на пол. Участники, нарушившие это условие, выбывают из игры (считаются «утонувшими»). Выигрывает команда первой и без потерь закончившая «переправу». | **Подвижная игра 39**  **«ЭХО»**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Играющие встают в круг. Первый игрок называет свое имя и показывает любое движение (поворот, хлопок в ладоши, прыжок и т.п.). Все дети хором три раза повторяют имя и движение, стараясь произносить с той же интонацией, что и первый игрок. Затем следующий ребенок называет свое имя и показывает движение, все повторяют, и т.д., пока все дети не назовут свои имена. |
| **Подвижная игра 40**  **«ГОРЯЧАЯ КАРТОШКА»**  **Цель:**   * Передача мяча.   **Ход игры:**  Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. У двух игроков, стоящих на противоположных сторонах круга, - по мячу. По сигналу оба игрока начинают передавать мячи по кругу в одном направлении как можно быстрее, чтобы один мяч догнал другой. Когда у одного из игроков оказывается два мяча, игра начинается заново. Играют 4-5 минут, затем отмечают игроков, которые хорошо передавали мяч. | ***Указание***       Мяч надо передавать каждому рядом стоящему, никого не пропуская. Игрок, уронивший мяч, должен поднять его и, вернувшись на свое место, передать соседу.  ***Усложнение***   1. Мячи разной массы. 2. Мячи разного размера. 3. Количество мячей более двух. |
| **Подвижная игра 41**  **«ПОМЕНЯЙСЯ МЕСТАМИ»**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Дети становятся в круг. Инструктор предлагает поменяться местами тем детям, у кого есть что-нибудь одинаковое: светлые волосы, белые футболки, домашние животные и т.п. Например, инструктор говорит: «Пусть поменяются местами те, у кого есть велосипед». Дети меняются местами и т.д.  Игра проводится 3-4 минуты. | **Подвижная игра 42**  **«ЗАМРИ»**  **Цель:**   * Обучать детей в умении ползать и бегать.   **Ход игры:**       Одного ребенка выбирают «льдинкой», а остальные разбегаются в разных направлениях. «Льдинка» считает до 5, а затем догоняет убегающих. Когда до тех дотрагивается «льдинка», они замирают на месте в широкой стойке. Чтобы разморозить их, другие дети должны проползти между ногами замороженных.  Игра проводится 2-3 раза по 2-3 минуты. Каждый раз выбирается новая «льдинка». |
| **Подвижная игра 43**  **«БУДЬ ВНИМАТЕЛЕН»**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Преподаватель предлагает детям выполнить все движения, которые он называет, но сам при этом может показывать совершенно другие движения. Например, преподаватель говорит:  «Руки в стороны!», в сам поднимает руки вверх и т.д. Игра проводится 2-3 минуты. Ее можно проводить как в кругу, так и в любом другом построении. | **Подвижная игра 44**  **«ЛЕТАЕТ – НЕ ЛЕТАЕТ»**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Дети стоят в кругу, в центре – инструктор. Он называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают или не летают.Называя предмет, инструктор поднимает руки в стороны – вверх. Например, говорит: «Птица летает, стул летает, самолет летает» - и т.д.Дети должны поднять руки в стороны – вверх, если назван летающий предмет. |
| **Подвижная игра 45**  **«У КОГО МЯЧ?»**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Дети встают в круг лицом к центру, руки за спиной. В центре круга водящий с закрытыми глазами. Ведущий дает маленький мяч любому из играющих. Дети начинают незаметно передавать мяч по кругу за спинами. Водящий, открыв глаза, пытается определить, у кого мяч, обращаясь к игроку: «Оля, покажи руки!». Ребенок, к которому обратился водящий, показывает руки и опять прячет их за спину. Мяч нельзя долго держать в руках. Нельзя водящему обращаться к детям по порядку. Если водящий определил, у кого мяч, тот игрок становится водящим. | **Подвижная игра 46**  **У медведя во бору**  **Цель:**   * Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу. * Упражнять в ловкости.   **Ход игры:**  Один из играющих изображает медведя, а другие идут в бор за грибами и ягодами, поют:  У медведя на бору  Грибы-ягоды беру!  Медведь постыл  На печи застыл!  При этих словах медведь, до сих пор как будто дремавший, тихо ворочается, потягивается и как будто неохотно идет на детей, которые бегут от него. Медведь ловит кого-нибудь. Пойманный становится медведем, и игра продолжается. |
| **Подвижная игра 47**  **«РУЧЕЙКИ И ОЗЕРА»**  **Цель:**   * Учить детей бегать и выполнять перестроения.   **Ход игры:**  Дети стоят в двух-трех колоннах с одинаковым количеством играющих в разных частях зала – это ручейки. На сигнал «Ручейки побежали!» все бегут друг за другом в разных направлениях (каждый в своей колонне). На сигнал «Озера!» игроки останавливаются, берутся за руки и строят круги озера. Выигрывают те дети, которые построят круг. | **Подвижная игра 48**  **«ДЕНЬ И НОЧЬ»**  **Цель:**   * Обучать детей в умении бросать и ловить мяч.   **Ход игры:**       У каждого из детей в руках по мячу. По команде «День!» дети выполняют знакомые движения с мячом (броски вверх, вниз, в стену, в кольцо, набивание мяча на месте, в движении и др.). По команде «Ночь!» - замереть в той позе, в которой застала ночь.       Игра проводится 3-4 минуты |
| **Подвижная игра 49**  **Горелки**  **Цель:**   * Учить детей бегать и выполнять перестроения. * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Играющие образуют пары и становятся вереницей. Впереди на два шага «горящий» — тот, кто водит. Ему запрещено оглядываться назад. Играющие поют — выкрикивают: | Гори, гори ясно,  Чтобы не погасло.  Стой подоле —  Гляди в поле.  Едут там трубачи  Да едят калачи.  Погляди на небо —  Звёзды горят,  Журавли кричат —  Гу, гу, гу, убегу.  Раз, два, не воронь,  Беги, как огонь.  «Горящий» должен взглянуть на небо, а между тем задняя пара разъединяется и бежит — один но одну сторону вереницы пар, а другой — по другую, стараясь соединиться снова впереди «горящего». Если это паре удается, то «горящий» продолжает водить, если — нет и «горящий» ловит кого-нибудь, то оставшийся без пары водит — становится «горящим». Новая пара занимает место непосредственно за новым «горящим» — и игра продолжается. |
| **Подвижная игра 50**  **Пчёлы**  **Цель:**   * Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу. * Упражнять в ловкости.   **Ход игры:**  Играющие по считалке выбирают Цветок, а затем делятся на две группы: Сторожей и Пчел. Сторожа, взявшись за руки, ходят вокруг Цветка и поют:  Пчёлки яровые,  Крылья золотые,  Что вы сидите,  В поле не летите?  Аль вас дождичком сечёт,  Аль вас солнышком печёт?  Летите за горы высокие,  За леса зелёные —  На кругленький лужок,  На лазоревый цветок. | Пчелы стараются забежать в круг, а Сторожа, то подымая, то опуская руки, мешают им. Как только одной из Пчел удастся проникнуть в круг и коснуться Цветка, Сторожа, не сумевшие уберечь Цветок, разбегаются. Пчёлы бегут за ними, стараясь ужалить и пожужжать в уши. |
| **Подвижная игра 51**  **Гуси-лебеди и волк**  **Цель:**   * Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу. * Упражнять в ловкости.   **Ход игры:**  Играющие выбирают из своей среды волка и хозяина, а сами изображают гусей-лебедей. Волк уходит на место, называемое играющими «горой». Гуси лебеди, посидев некоторое время дома у хозяина, уходят в поле. Через некоторое время хозяин кричит:  —Гуси-лебеди, домой!  Гуси отвечают: | —Волк под горой!  —Что волк делает?  —Траву щиплет.  —Ну, бегите же домой!  Гуси бегут, а волк их ловит и по одиночке уводит на свою гору. Когда волк переловит всех гусей, хозяин топит для волка баню и просит его помыться. Волк идет, парится, моется. По выходе из бани хозяин берет камень или палку и, показывая их волку, говорит:  —Волкушко! Я тебе коровушку брошу!  Бросает палку или камень, волк бежит за «коровушкой», гуси-лебеди тем временем бегут домой к хозяину. |
| **Подвижная игра 52**  **Селезень и утка**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Играющие становятся в круг, в середину которого ставят утку, за кругом — селезня, который старается ворваться в круг и поймать утку.  При этом поют:  Селезень ловил утку,  Молодой ловил серую. —  Поди, утица, домой,  Поди, серая, домой!  У тебя семеро детей,  Восьмой — селезень. | **Подвижная игра 53**  **Цветные автомобили**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Дети сидят на стульях вдоль стен комнаты. Это автомобили, которые стоят в гараже. Каждый играющий держит в руках флажок, кольцо или картонный диск синего, жёлтого или красного цвета. У воспитателя в руках три флажка соответствующих цветов. воспитатель поднимает один, два или три флажка. Флажок поднят, автомобили этого цвета выезжают из гаражей (дети бегают по площадке). Флажок опущен, автомобили этого цвета возвращаются в гараж (дети садятся на стульчики). |
| **Подвижная игра 54**  **Ручеёк**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Ребята обхватывают друг друга за пояс и становятся гуськом вдоль весеннего ручья. Все поют:  Разливался родник ключевой,  Белый, снеговой:  По чистым полям,  По синим морям,  По мхам, по болотам,  По зелёным колодам. | Царь едет жениться,  Царевна велит воротиться:  Сама к тебе буду,  Летом — в карете,  Зимою — в возочке,  Весной — в челночочке!  Затем боком стараются перепрыгнуть ручей, не коснувшись воды. Но при этом каждый мешает своему соседу. Тот, кто коснулся воды, из игры выбывает. |
| **Подвижная игра 55**  **Заяц и капуста**  **Цель:**   * Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, ловкость коллективизм. * Упражнять в быстром беге и в пролезании.   **Ход игры:**  На расстоянии 10—15 шагов чертят две параллельные линии— это границы «огорода». Играющие делятся на две равные группы. Ребята каждой группы берутся за руки и выстраиваются вдоль линий, образуя «плетень». Один из участников — Заяц — выходит на середину «огорода» с «капустой» (мячом). С ним переговариваются:  — Где ты, заинька, гулял?  — В огороде.  — Что ты, заинька, там делал?  — Я капустку рвал, во пучочки вязал. | — Куда ты, заинька, капустку подевал?  — За плетень покидал!  Все участники игры поют:  Бежит-скачет заинька,  Серый горностаинька,  Коротенькие ножки,  Сафьяновы сапожки.  В огород он прибегал,  Всю капустку поломал,  Во пучочки повязал,  За плетень покидал!  Заяц ногой сильно бьёт по мячу в сторону одной из групп. Если мяч пролетит «плетень», то Заяц бежит, стараясь пробиться через «плетень» (то есть сцепленные руки ребят), поднять мяч, принести и положить его на прежнее место. Заяц, который выполнит все эти условия, продолжает игру. Тот, кто дольше продержится в роли Зайца, выходит победителем. Если зайчик не пробился через плетень, то его заменяет другой играющий. |
| **Подвижная игра 56**  **Колечко**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Дети садятся в ряд и складывают ладони «лодочкой». Водящий вкладывает свои ладони в ладони каждого участника игры. Одному из них он должен незаметно оставить «колечко»— камушек, орех, который зажат у него между ладонями.  При этом он приговаривает:  *Я по лавочке иду,*  *Золот перстень хороню —*  *В матушкин теремок,*  *Под батюшкин замок.* | *Вам не отгадать, не отгадать!*  *Мне вам не сказать, не сказать!*  *Сидящие отвечают:*  *Мы давно уже гадали,*  *Мы давно перстень искали —*  *Всё за крепкими замками,*  *За дубовыми дверями.*  Затем один из играющих пытается отгадать, у кого спрятано кольцо.  Ему приговаривают:  *«Покатилось колечко с красного крылечка*  *по овинам, по клетям, по амбарам, по сеням.*  *Найди золотое колечко!»*  Если он найдёт, у кого из играющих спрятано кольцо, все дети одновременно с ним бегут в разные стороны, обегая лавку.  Кто первым сядет на свободное место, тот водящий. Он и прячет снова кольцо. |
| **Подвижная игра 57**  **В кладовой завелись мыши**  **Цель:**   * Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, ловкость коллективизм. * Упражнять в быстром беге и в пролезании.   **Ход игры:**  Дети изображают мышей. Мышки сидят на стульчиках или скамьях по одну сторону площадки. Каждая в своей норке. На противоположной стороне площадке натянута верёвка на высоте 50-40 см. Это лаз в кладовую. Сбоку от играющих сидит кошка-воспитатель. Кошка засыпает, мыши бегут в кладовую, нагибаются и подлезают под верёвку. В кладовой мышки садятся на корточки и грызут сухари. Кошка внезапно | просыпается и бежит гонять мышей. Мышки убегают и прячутся в своих норках. Кошка, разогнав всех мышей ложиться подремать на солнышке.  Игра продолжается. |
| **Подвижная игра 58**  **Воробушки и кот**  **Цель:**   * Развивать у детей ловкость, сообразительность, умение действовать по сигналу. * Упражнять в быстром беге с увертыванием и в ловле.   **Ход игры:**  Дети стоят на скамейке или на больших кубиках по одну сторону площадки - это крыша. В стороне сидит кот - воспитатель или кто-нибудь из детей. Кот спит. - Воробушки прилетели, - говорит воспитатель. Воробушки спрыгивают с крыши и разлетаются во все стороны. Но вот просыпается кот. Кричит: - Мяу- мяу, - и бежит ловить воробушков, которые должны спрятаться на крыше. Всех пойманных кот уводит в свой дом. | **Подвижная игра 59**  **МЯЧ - СОСЕДУ**  **Цель:**   * Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу. * Упражнять в ловкости.   **Ход игры:**  Игроки становятся по кругу лицом в центр на расстоянии шага друг от друга. У двух игроков, стоящих друг против друга, в руках по волейбольному мячу.  По сигналу играющие начинают передавать мяч вправо или влево по кругу (в одном направлении) так, чтобы один мяч догнал другой. Тот, у кого окажется два мяча, получает штрафное очко. |
| **Подвижная игра 60**  **КРАСКИ**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Дети выбирают хозяина и двух покупателей, все остальные игроки — краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его хозяину. Когда все краски выбрали цвет, хозяин приглашает одного из покупателей.  Покупатель стучится:  *«Тук-тук!»*  *—«Кто там?»* | *— «Покупатель».*  *— «Зачем пришел?»*  *— «За краской».*  *— «За какой?»*  *— «За голубой».*  Если голубой краски нет, хозяин говорит:  *«Иди по голубой дорожке,*  *найди голубые сапожки,*  *поноси да назад принеси»*  . Если же покупатель цвет краски угадал, то краску забирает себе. Идет второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. И так они проходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель, который угадал больше красок. При повторении игры он выступает в роли хозяина, а покупателей играющие выбирают. |
| **Подвижная игра 61**  **ФАНТЫ**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Игра начинается так. Ведущий обходит играющих и говорит:   |  | | --- | | *Нам прислали сто рублей.  Что хотите, то купите,  Черный, белый не берите,  Да и нет не говорите!* | | После этого он задает детям разные вопросы, а сам старается, чтобы кто-то в разговоре произнес одно из запрещенных слов: черный, белый, да, нет. Ведущий ведет примерно такой разговор: «Что продается в булочной?» — «Хлеб».— «Какой?» Чуть-чуть не ответил игрок: «Черный и белый», да вовремя вспомнил запрещенные слова и сказал: «Мягкий». — «А какой хлеб ты больше любишь, черный или белый?» — «Всякий».— «Из какой муки пекут булки?» — «Из пшеничной». И т. д. Тот, кто произнес запрещенное слово, отдает водящему фант. В конце игры все, кто остался без фанта, выкупают его. |
| **Подвижная игра 62**  **ТЕЛЕФОН**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Все дети садятся в ряд: кто сидит первым, тот телефон. Ведущий на ухо быстро ему говорит какое-то слово или короткое предложение. То, что он услышал, передает своему соседу, тот в свою очередь передает это слово следующему игроку и так до последнего играющего. После этого все говорят, что они слышали. Первый, кто перепутал сказанное, садится в конец, играющие передвигаются ближе к телефону. Каждый ребенок может выполнять роль телефона один раз, после чего садится в конце ряда. | **Подвижная игра 63**  **НЕ ДАВАЙ МЯЧ ВОДЯЩЕМУ**  **Цель:**   * Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу. * Упражнять в ловкости.   **Ход игры:**  Все играющие, кроме одного-двух водящих, становятся по кругу и начинают бросать мяч друг другу. Задача водящих, находящихся в кругу, — коснуться мяча рукой. Если водящему удастся это сделать, он меняется местом с тем, кто неудачно бросил мяч.  Если мяч выкатится из круга, за ним может бежать любой игрок. |
| **Подвижная игра 64**  **СЪЕДОБНОЕ - НЕСЪЕДОБНОЕ**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Играющие встают в круг. У одного из них мяч. Назвав какой-нибудь предмет, он одновременно бросает мяч любому из игроков. Если был назван съедобный предмет, то мяч должен быть пойман, если несъедобный, то его ловить нельзя. Если игрок ошибается (ловит мяч, названный несъедобным), то он выбывает из игры. Если не ошибается, то сам называет какой-либо предмет и передает мяч. Побеждает последний, не выбывший из игры. | **Подвижная игра 65**  **ПУСТОЕ МЕСТО**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Играющие встают в круг, заложив руки за спину, а водящий за кругом. Он, обходя круг, дотрагивается до руки кого-либо из игроков и бежит в любую сторону за кругом, а вызванный —в обратную сторону. Задача бегущих — обежав круг, первым занять пустое место. Оставшийся без места становится водящим. |
| **Подвижная игра 66**  **ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ**  **Цель:**   * Повысить творческую активность детей, * Пробудить фантазию, поднять настроение, * Развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.   **Ход игры:**  Играющие становятся парами по кругу лицом к центру так, что один из пары находится впереди, а другой —сзади него. Расстояние между парами — 1—2 м. Двое водящих занимают место за кругом: один убегает, другой его ловит. Спасаясь от погони, убегающий может встать впереди любой пары. Тогда стоящий сзади | оказывается «третьим лишним» и должен  убегать от второго водящего. Если догоняющий коснется убегающего, то они меняются ролями. Никто не должен мешать игроку убегать от преследователя. |

**Информация с сайта: http://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2015/03/14/kartoteka-podvizhnykh-igr-v-dou**