**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**Детский сад комбинированного вида№10 «Дюймовочка»**

Картотека подвижных игр

для детей младшего возраста.



Инструктор по физической культуре

Кузнецова М.С.

Саянск 2020 г.

КАРТОТЕКА ПОДВИЖНЫХ ИГР ДЛЯ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

**Мой веселый звонкий мяч (прыжки)**

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

Описание: дети сидят на стульях в одной стороне комнаты или площадки. Воспитатель становится перед ними на некотором расстоянии и выполняет упражнения с мячом; он показывает детям, как легко и высоко прыгает мяч, если отбивать его рукой, и при этом приговаривает:

Мой веселый звонкий мяч,

Ты куда помчался вскачь?

Красный, Желтый, Голубой,

Не угнаться за тобой! (С. Маршак)

Затем воспитатель вызывает 2—3 детей, предлагает им попрыгать одновременно с мячом и повторяет упражнение, сопровождая его словами. Закончив, он произносит: «Сейчас догоню!» Малыши перестают прыгать и убегают от воспитателя, который делает вид, что ловит их.

**Птички в гнездышках (бег).**

Цель: учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.

Описание: дети сидят на стульчиках, расставленных по углам комнаты. Это гнездышки. По сигналу воспитателя все птички вылетают на середину комнаты, разлетаются в разные стороны, приседают, разыскивая корм, снова летают, размахивая руками-крыльями, По сигналу воспитателя «Птички, в гнездышки!» дети возвращаются на свои места. Указания к проведению. Воспитатель следит, чтобы дети-птички действовали по сигналу, улетали от гнездышка как можно дальше и возвращались бы только в свое гнездышко. Для гнездышек можно использовать большие обручи, положенные на пол, а на участке это могут быть круги, начерченные на земле, в которых дети приседают на корточки. Воспитатель приучает детей быть внимательными во время бега, уступать место бегущим навстречу, чтобы не столкнуться; учит детей выпрыгивать из гнездышек (обруча).

**Трамвай (бег).**

Цель: учить детей двигаться парами, согласовывая свои движения с движениями других играющих; учить их распознавать цвета и в соответствии с ними менять движение.

Описание: 3—4 пары детей становятся в колонну, держа друг друга за руку. Свободными руками они держатся за шнур, концы которого связаны, т. е. одни дети держатся за шнур правой рукой, другие — левой. Это трамвай. Воспитатель стоит в одном' из углов комнаты, держа в руках три флажка: желтый, зеленый, красный. Он объясняет детям, что трамвай двигается на зеленый сигнал, на желтый замедляет ход, а на красный — останавливается. Воспитатель поднимает зеленый флажок — и трамвай едет: дети бегут по краям зала (площадки). Если воспитатель поднимает желтый или красный флажок, трамвай замедляет ход и останавливается. Указания к проведению. Если детей в группе много, можно составить два трамвая. Сюжет игры может быть более развернутым: во время остановок одни пассажиры выходят из трамвая, другие входят, приподнимая при этом шнур. Воспитатель знакомит детей с правилами уличного движения. Он следит за тем, чтобы все играющие были внимательными, не пропускали остановок, следили за сменой флажков и меняли движение.

**Воробушки и кот (бег)**

Цель: учить детей мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убегать, находить свое место; приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

Описание: дети становятся на невысокие скамеечки или кубики (высотой 10—12 см), положенные на пол в одной стороне площадки или комнаты. Это воробушки на крыше. В другой стороне, подальше от детей, сидит кот, он спит. «Воробушки вылетают на дорогу»,— говорит воспитатель, и дети спрыгивают со скамеек, кубиков, разлетаются в разные стороны. Просыпается кот, он потягивается, произносит «мяу-мяу» и бежит ловить воробушков, которые прячутся на крыше. Пойманных воробушков кот отводит к себе в дом.

Указания к проведению. Скамеечки и кубики следует раскладывать подальше один от другого, чтобы детям было удобно стоять и спрыгивать, не мешая друг другу. Воспитатель следит, чтобы дети, спрыгивая, приземлялись мягко, показывает, как это надо делать. Первое время, когда в роли кота выступает воспитатель, кот не ловит воробушков, а только пугает, делая вид, что ловит их. Когда же на роль кота будет выбран ребенок, он может ловить детей

**Кролики (прыжки)**

Цель. Учить детей прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед, пролезать под ножками стульев, развивать ловкость, уверенность.

Описание. В одной стороне комнаты полукругом расставлены стулья» сиденьями внутрь полукруга. Это клетки кроликов. На противоположной стороне — дом сторожа. Посередине находится лужайка, на которую кроликов выпускают гулять. Дети (по 2—3) становятся сзади стульев, по указанию воспитателя они присаживаются на корточки — кролики сидят в клетках. Воспитатель-сторож подходит к клеткам и выпускает кроликов на лужок: дети один за другим проползают под стулом, а затем прыгают, продвигаясь вперед по всей лужайке. По сигналу воспитателя «Бегите в клетки!» кролики возвращаются на свои места, снова проползая под стульями.

**Наседка и цыплята (подлезание)**

Цель. Учить детей подлезать под веревку, не задевая ее, увертываться от ловящего, быть осторожным и внимательным; приучать их помогать им.

Описание. Дети, изображающие цыплят, вместе с наседкой находятся за натянутой между стульями на высоте 35—40 см веревкой. Это их дом. На противоположной стороне площадки или комнаты сидит большая птица. Наседка выходит из дома и отправляется на поиски корма, она зовет цыплят: «Ко-ко-ко-ко». По ее зову цыплята подлезают под веревку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют, ищут корм. По сигналу «Большая птица!» цыплята быстро убегают.

Указания к проведению. Роль наседки в первое время выполняет воспитатель, а затем на эту роль можно выделять детей, сначала по их желанию, а потом по назначению воспитателя. Когда цыплята возвращаются в дом, убегая от большой птицы, воспитатель может приподнять веревку повыше, чтобы дети не задевали за нее.

**Такси (бег)**

Цель. Приучать детей двигаться вдвоем, соразмерять движения друг с другом, менять направление движений, быть внимательным к партнерам по игре.

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

Указания к проведению. Одновременно могут играть 2—3 пары детей, а если позволяет площадь — то больше. Когда дети научатся бегать в одном направлении, воспитатель может дать задание двигаться в разных направлениях, делать остановки. Можно место остановки обозначить флажком или знаком стоянки такси. На остановке пассажиры меняются, один выходит из такси, другой садится.

**Зайцы и волк (прыжки)**

Цель. Приучать детей внимательно слушать воспитателя, выполнять прыжки и другие действия в соответствии с текстом. Учить ориентироваться в пространстве, находить свое место (куст, дерево).

Описание. Дети-зайцы прячутся за кустами и деревьями. В стороне за кустом находится волк. Зайцы выбегают на полянку, прыгают, щиплют травку, резвятся. По сигналу воспитателя: «Волк идет!» — зайцы убегают и прячутся за кусты, под деревьями. Волк пытается догнать их. В игре можно использовать небольшой текст:

Зайки скачут: скок, скок, скок,

На зеленый на лужок.

Травку щиплют, кушают,

Осторожно слушают,

Не идет ли волк?

Дети выполняют действия, о которых говорится в стихотворении. С окончанием текста появляется волк и начинает ловить зайцев.

Указания к проведению. Ребенок, исполняющий роль волка, должен быть подальше от кустов, где прячутся дети. Первое время роль волка выполняет воспитатель, при этом он не спешит поймать зайцев, давая возможность детям убежать и спрятаться. Затем можно предложить выполнять роль волка детям по желанию.

**Лохматый пес (бег)**

Один ребенок изображает пса, он ложится на травку, голову кладет на вытянутые вперед руки. Несколько детей вместе с воспитателем тихо идут к псу и при этом произносят такие стихи:

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.

«Пёс» вскакивает, начинает лаять и бежит за детьми, они убегают и прячутся

**Курочка-хохлатка (бег)**

Воспитатель изображает курицу, дети— цыплят. Один ребенок сидит на скамейке, вдали от остальных детей. Это кошка дремлет на солнышке. Курица-мама выходит с цыплятами гулять. Воспитатель говорит:

 Вышла курочка-хохлатка,

С нею желтые цыплятки.

Квохчет курочка: «Ко-ко,

Не ходите далеко».

Приближаясь к кошке, он говорит: На скамейке у дорожки

Улеглась и дремлет кошка..

Кошка глазки открывает

И цыпляток догоняет. Кошка открывает глаза, мяукает и бежит за цыплятами, которые вместе с курицей-мамой убегают. При каждом повторении на роль кошки можно выбирать другого ребенка.

**Солнышко и дождик (игра малой подвижности)**

В руках у воспитателя большой пестрый зонтик, дети собираются вокруг него. Воспитатель говорит: «Солнышко светит! Пойдемте гулять». Дети вместе с ним ходят или бегают по всей площадке (можно предложить им собирать ягоды). Через некоторое время воспитатель говорит:

«Дождик, прячьтесь скорее под зонтик». Все бегут к нему, становятся под зонтик и ждут, когда дождик перестанет. Затем он говорит: «Дождик перестал, снова светит солнышко. Можно идти гулять»,— и дети снова разбегаются.

**Позвони в колокольчик (игра малой подвижности)**

Воспитатель берет маленький колокольчик на небольшом шнурке и держит его в руке или подвешивает на натянутый между двумя деревьями или стойками шнур так, чтобы он находился несколько выше вытянутых вверх рук ребенка. Подпрыгивать до колокольчика дети могут с места или слегка разбежавшись. Поймай бабочку (игра малой подвижности) На конец небольшого прута или палочки привязывают шнурок и к нему вырезанную из бумаги бабочку. Воспитатель держит прут так, чтобы бабочка не слишком быстро летала над головой ребенка. Малыши подпрыгивают, стараясь ее поймать.

**Огуречик, огуречик... (бег)**

Дети становятся за линию на одной стороне площадки. На противоположной стороне живет мышка (воспитатель или кто-либо из детей). Все идут по площадке по направлению к мышке и произносят:

Огуречик, огуречик,

Не ходи на тот конечик:

Там мышка живет,

Тебе хвостик отгрызет.

С окончанием слов мышка начинает ловить убегающих детей.Воспитатель должен помнить, что движения детей младшего дошкольного возраста еще несовершенны, поэтому не следует позволять им бегать слишком быстро.

**Из кружка в кружок (прыжки)**

На площадке надо начертить небольшие кружки (диаметром 30—35 см) на расстоянии 30—35 см. Расположение кружков может быть разным — по одной линии, по всей площадке. Дети должны перебраться на противоположную сторону площадки, перепрыгивая из кружка в кружок. При выполнении упражнения они прыгают, отталкиваясь одновременно двумя ногами и стараясь не выходить за пределы кружков. При этом они приучаются энергично отталкиваться и мягко приземляться.

**По ровненькой дорожке (ходьба, бег)**

Дети свободно группируются и идут гулять вместе с воспитателем. Воспитатель ритмично, в определенном темпе произносит следующий текст:

По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке

Шагают наши ножки:

Раз-два, раз-два.

По камешкам, по камешкам,

По камешкам, по камешкам...

В яму — бух!

На слова «По ровненькой дорожке» дети идут шагом; на слова «По камешкам, по камешкам» прыгают на двух ногах, продвигаясь вперед; на слова «В яму — бух» присаживаются ка корточки или садятся на траву. «Вылезли из ямы»,— говорит воспитатель, и дети поднимаются. Стихотворение повторяется снова. После нескольких повторений воспитатель произносит другой текст. По ровненькой дорожке, По ровненькой дорожке, Устали наши ножки, Устали наши ножки, Вот наш дом - Здесь мы живем. С окончанием текста дети бегут в дом — заранее обусловленное место за кустом, под деревом и т. п. Воспитатель может произвольно удлинять или укорачивать время выполнения этого задания, повторяя каждую строчку стихотворения большее или меньшее число раз.