

Подготовила: воспитатель высшей кв. категории Кабжихова Л.П.

«Мишка косолапый»

Цель: учить действовать согласно словам текста; имитировать движения медведя; обогащать двигательный опыт детей.

Мишка косолапый (идем, переваливаясь с ноги на ногу)

По лесу идет.

Шишки собирает, (собираем с пола воображаемые шишки)

Песенки поет.

Вдруг упала шишка -

Прямо мишке в лоб! (хлопаем себя рукой по лбу)

Мишка рассердился

И ногою - топ! (топаем ножкой)

«Зайчик серенький сидит»

Цель: учить действовать согласно словам текста; упражнять в прыжках на двух ногах; имитировать

движения зайцев; обогащать двигательный опыт детей.

Зайка серенький сидит

И ушами шевелит. (делает ручками ушки на голове и ими шевелит)

Вот так, вот так

И ушами шевелит. (2 строки 2 раза)

Зайке холодно сидеть

Надо лапочки погреть. (хлопает в ладоши)

Вот так, вот так

Надо лапочки погреть..(2 строки 2 раза)

Зайке холодно стоять

Надо зайке поскакать. (прыгает)

Вот так, вот так

Надо зайке поскакать. (2 раза)

Волк зайчишку испугал.

Зайка прыг и убежал.

«У медведя во бору»

Цель: учить действовать согласно словам текста; развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга.

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру.

А медведь не спит,

И на нас рычит.

Как только дети произнесли эти слова, «медведь» выбегает из берлоги и ловит детей. Тот, кто не успел добежать до дома и был пойман «медведем», становится водящим («медведем»).

«По ровненькой дорожке»

Цель: учить детей выполнять движения в соответствии с текстом (ходьба, прыжки, приседания); обогащать двигательный опыт.

Дети, свободно группируясь, идут вместе с воспитателем. Воспитатель в определённом темпе произносит следующий текст, дети выполняют

движения согласно тексту:

По ровненькой дорожке, По ровненькой дорожке

Шагают наши ножки:

Раз – два, раз – два.

По камешкам, по камешкам,

По камешкам, по камешкам...

В ямку – бух!

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 живём.

По окончании текста дети бегут в «дом» - заранее обусловленное место за кустом, под деревом и т.п.

«Соберём мячи в корзину»

Цель: Учить выполнять действия, называемые взрослым. Обогащать двигательный опыт детей. Развивать внимание, координацию движений.

Взрослый рассыпает мячи и предлагает детям собрать их.

Наш весёлый яркий мяч,

Ты куда помчался, вскач.

Догоню тебя быстреей

И спрячу я скорей.

«Солнышко и дождик»

Цель: Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. Приучать их действовать по сигналу воспитателя. Упражнять детей в беге.

Дети присаживаются на корточки за чертой, обозначенной воспитателем. Воспитатель говорит: «На небе солнышко!

Можно идти гулять».

Дети бегают по площадке. На сигнал: «Дождик! Скорей домой!»

- бегут за обозначенную линию и присаживаются на корточки.

Воспитатель снова говорит: «Солнышко! Идите гулять», и игра повторяется.

«Птички летают»

Цель: Развивать координацию движений. Упражнять в беге. Учить ориентироваться в пространстве.

Дети становятся на небольшое возвышение – доску, кубики, бруски (высота 5-10 см) – по одной стороне комнаты или площадки. Воспитатель говорит: «Солнышко светит!». Все птички вылетают, ищут зернышки. Когда воспитатель говорит: «Пошел дождик», дети убегают на свои места.

«Мы топаем ногами»

Цель: Развивать координацию движений.

Учить действовать в соответствии с текстом игры.

Мы топаем ногами.

Мы хлопаем руками,

Киваем головой.

Мы руки поднимаем,

Мы руки опускаем.

Мы руки подаем. (Берут друг друга за руки.)

И бегаем кругом,
И бегаем кругом.

По сигналу взрослого «Стой!» малыш должен остановиться.
Игру можно повторить с выполнением бега в другую сторону

«Снежки»

Цель: Упражнять детей в метании мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой.

Формировать умение энергично выполнять бросок.

Развивать координацию движений.

Педагог предлагает детям поиграть в снежки: «Смять большой лист бумаги получился снежок, а теперь попади в цель (на ковре лежит обруч)».

«Курочка хохлатка»

Цель: Выполнять игровые действия в соответствии с текстом.

Развивать внимание.

Выполнять имитационные движения курочки, цыплят.

Вышла курочка гулять,
Свежей травки пощипать.

А за ней ребятки,
Жёлтые цыплятки.

Ко-ко-ко да ко-ко-ко

Не ходите далеко

Лапками гребите,

Зёрнышки ищите.

Съели толстого жука,

дождевого червяка

Выпили водицы

Полное корытце.

(Выполняется движение в соответствии с текстом).

«Самолёты»

Цель: Учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга. Приучать внимательно слушать сигнал и начинать движение по словесному сигналу.

Воспитатель предлагает детям приготовиться к «полёту», показав предварительно, как «заводить» мотор и как «летать».

Воспитатель говорит: «К полёту приготовиться. Завести моторы!»

- дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук: «Р-р-р». После сигнала воспитателя: «Полетели!»

- дети разводят руки в стороны (как крылья у самолёта) и «летят» - разбегаются в разные стороны. По сигналу воспитателя:

«На посадку!» - дети садятся на скамейку.

«Воробушки и автомобиль»

Цель: Приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга. Учить начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить своё место. Развивать координацию движений, ловкость. Обогащать двигательный опыт.

Дети – «воробушки» садятся на скамейку – «гнездышки». Воспитатель изображает «автомобиль».

После слов воспитателя: «Полетели, воробушки, на дорожку» - дети поднимаются и бегают по площадке, размахивая руками – «крылышками».

По сигналу воспитателя: «Автомобиль едет, летите, воробушки, в свои гнёздышки!» - «автомобиль» выезжает из «гаража», «воробушки» улетают в «гнёзда» (салятся на скамейки). «Автомобиль» возвращается в «гараж».

«Где же наши ручки?»

Цель: Стимулировать двигательную активность детей. Закреплять названия частей тела. Обогащать двигательный опыт детей.

У меня пропали руки.
Где вы, рученьки мои?
(руки за спиной)
Раз, два, три, четыре, пять —
Покажитесь мне опять.
(показывают руки)
У меня пропали уши.
Где вы, ушеньки мои?
(уши закрывают ладошками)
Раз, два, три, четыре, пять —
Покажитесь мне опять.
(показывают уши)
У меня пропали глазки.
Где вы, глазоньки мои?
(глаза закрывают ладошками)
Раз, два, три, четыре, пять —
Покажитесь мне опять.
(убирают ладошки от глаз)

«Вот как мы умеем»

Цель: Учить детей выполнять движения под музыку, подпевать. Развивать у детей чувство ритма, интерес к музыкально – художественной деятельности. Поддерживать у детей хорошее настроение.

Зашагали ножки — топ, топ, топ!
Прямо по дорожке — топ, топ, топ.
Ну-ка, веселей — топ, топ, топ.
Вот как мы умеем — топ, топ, топ.
Зашагали ножки — топ, топ, топ!
Прямо по дорожке — топ, топ, топ.
Топают сапожки — топ, топ, топ.
Это наши ножки — топ, топ, топ

«Снег идёт»

Цель: Научить соотносить собственные действия с действиями участников игры. Упражнять детей в беге, делать повороты вокруг себя.

Белый снег пушистый в воздухе кружится,
И на землю тихо, падает, ложится.
Дети бегают по кругу, кружатся.

«Волшебник Дед Мороз»

Цель: Учить выполнять движения по образцу, реагировать на сигнал. Удерживать определенное положение тела в соответствии с заданием водящего, изображая что – либо или кого –либо. Обогащать двигательный опыт детей
Спит у ёлки дед Мороз (руки под щечку),
В рукавицу спрятал нос (прикрыть ладошкой нос).
Надо деда разбудить,
Всем в ладошки звонко бить(хлопки ладошками громко),
И ногами постучать (топать ногами),
Дед Мороз, пора вставать.
Дед Мороз просыпается и вместе с детьми танцует (приседания), бегают.

«Мороз Красный нос»

Цель: Развивать умения выполнять характерные движения. Упражнять детей в беге. Воспитатель стоит напротив детей на расстоянии 5 метров и произносит слова:

Я – Мороз Красный Нос. Бородою весь зарос.
Я ищу в лесу зверей. Выходите поскорей!
Выходите, зайчики! Девочки и мальчики!
(Дети идут навстречу воспитателю.)
- Заморожу! Заморожу!
Воспитатель пытается поймать ребят – «зайчат».
Дети разбегаются.

«Снежинки и ветер»

Цель: Развивать воображения детей, внимательность. Учить играть в коллективе. Упражнять в беге, делать повороты вокруг себя, в приседании.

Воспитатель произносит слова:

А сейчас я посмотрю:
Кто умеет веселиться,
Кто мороза не боится.
Воспитатель – «ветер» имитирует дуновение ветра, а дети – «снежинки» передвигаются по площадке, изображая полёт снежинок.
Дети прячутся (присаживаются), когда воспитатель прекращает дуть.

«Зайцы и волк»

Цель: Приучать детей внимательно слушать воспитателя. Выполнять прыжки и другие действия в соответствии с текстом. Учить ориентироваться в пространстве, находить своё место.

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.

«Карусели»

Цель: Развивать у детей равновесие в движении, навык бега. Повышать эмоциональный тонус. Выполнять движения в соответствии с текстом. Воспитатель предлагает детям покататься на карусели.

Держит в руках обруч (находясь в середине обруча) с привязанными к нему разноцветными ленточками. Дети берутся за ленточки, воспитатель двигается с обручем. Дети идут, а затем бегут по кругу. Воспитатель говорит:

Еле-еле, еле-еле завертелись карусели,
А потом, а потом всё бегом, бегом, бегом!
Тише, тише, не бегите, карусель остановите,
Раз и два, раз и два, вот и кончилась игра!

Дети останавливаются.

«Попади в цель»

Цель: Упражнять детей в метании мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой.

Формировать умение энергично выполнять бросок. Развивать координацию движений.

Дети стоят по кругу на расстоянии 2—3 шагов от лежащего в центре большого обруча или круга (из веревки или начерченного на полу, диаметр 1—1,5 м). В руках у детей мешочки с песком.

По сигналу воспитателя «Бросай!» все дети бросают мешочки в круг.

Затем воспитатель говорит: «Поднимите мешочки».

Дети поднимают мешочки и становятся на место.

Указания. Мешочек надо бросать обеими руками.

«Лохматый пёс»

Цель: Учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения

Бегать, стараясь не попадаться ловащему и не толкаясь. Дети стоят на одной стороне площадки.

Один ребёнок, находящийся на противоположной стороне, изображает «пса». Дети тихонько подходят к нему, а воспитатель в это время произносит:

Вот лежит лохматый пёс,
В лапы свой уткнувши нос,
Тихо, смиренно он лежит,
Не то дремлет, не то спит.
Подойдём к нему, разбудим
И посмотрим: «Что-то будет?»

Дети приближаются к «псу». Как только воспитатель заканчивает чтение стихотворения, «пёс» вскакивает и громко «лает». Дети разбегаются, «пёс» старается поймать кого-нибудь. Когда все дети спрячутся, «пёс» возвращается на место.

«Вороны и собачка»

Цель: Учить детей подражать движениям и звукам птиц. Бегать, не мешая друг другу. Совершенствовать основные виды движений.

Возле елочки зеленой

Скачут, каркают вороны:

Кар! Кар, Кар»- дети прыгают, издают звукоподражание.

«Тут собачка прибежала

И ворон всех разогнала:

Ав! Ав! Ав!- дети разбегаются в разные стороны.

«Хоровод»

Цель: Учить детей водить хоровод. Упражнять в приседании. Дети за воспитателем проговаривают слова. Взявшись за руки, ходят по кругу.

Вокруг розовых кустов, среди травок и цветов

Кружим, кружим хоровод, ох, весёлый мы народ!

До того мы закружились, что на землю повалились.

Бух!

При произнесении последней фразы выполняют приседания.

«Птички летают»

Цель: Развивать координацию движений. Упражнять в беге. Учить ориентироваться в пространстве.

Дети становятся на небольшое возвышение – доску, кубики, бруски (высота 5-10 см) – по одной стороне площадки.

Воспитатель говорит: «На улице солнышко светит, все птички вылетают из гнёздышек, ищут зёрнышки, крошки».

Дети спрыгивают с возвышений, «летают»

(бегают, размахивая руками – «крыльями»), приседают, «клюют» зёрнышки (стучат пальчиками по земле). Со словами воспитателя:

«Дождик пошёл! Все птички спрятались в гнёздышки!» -

дети бегут на свои места. Перед игрой воспитатель должен приготовить невысокие скамеечки или такое количество кубиков, брусков, чтобы хватило всем желающим играть. Расположить их надо в одной стороне площадки на достаточном расстоянии друг от друга, чтобы дети не толкались и могли свободно занять свои места. Нужно показать детям, как мягко спрыгивать, помочь им подняться на возвышение после бега.

При повторении игры сигнал можно давать одним словом:

«Солнышко!» или «Дождик!» Дети

должны знать, по какому сигналу что нужно делать.

«Найди флажок»

Цель: Учить детей ориентироваться в пространстве. Выполнять просьбу взрослого.

Дети (6—8 человек) сидят на стульях или на траве. По сигналу воспитателя дети закрывают глаза, а воспитатель тем временем прячет флажки (по числу детей) в разных местах.

«Пора искать флажки!» — говорит воспитатель. Дети открывают глаза и идут искать. Тот, кто находит, возвращается на свое место.

Когда все дети найдут флажки, они встают друг за другом и идут вдоль площадки. Впереди колонны идет тот, кто первым нашел флажок. По сигналу «на места!» дети садятся на стулья, и игра начинается снова. Указание к игре. Воспитатель должен следить за тем, чтобы дети брали один флажок.

Хорошо проводить эту игру в лесу, на полянке:

можно прятать флажки в траве, в кустах, за деревьями.

«Кошки и котята»

Цель: Учить детей по-разному выполнять движения (легкий бег, прыжки на двух ногах). Имитировать кошку и котят. Учить выполнять задания, регулируя свои действия.

«Кошка Мурка крепко спит,

На котят не глядит.

Кошку Мурку не будите,

За ней внимательно следите».

Дети бегают по залу в разных направлениях.

«Кошка глазки открывает

И котят догоняет».

По сигналу воспитателя, дети бегут от кошки в свои домики.

«Пузырь»

Цель: Научить детей становиться в круг, делать его то шире, то уже. Приучать согласовывать свои движения с произносимыми словами. Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют

небольшой круг, стоя близко друг к другу. Воспитатель произносит:

Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой,
Оставайся такой да не лопайся.

Играющие отходят назад и держатся за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Лопнул пузырь!», тогда они опускают руки и приседают на корточки, говоря при этом:

«Хлоп!» Можно также предложить детям после слов:

«Лопнул пузырь» двигаться к центру круга, по-прежнему держась за руки и произнося при этом звук: «Ш-ш-ш» (воздух выходит). Затем дети снова «надувают» пузырь – отходят назад, образуя большой круг.

«Догони меня»

Цель: Учить детей быстро действовать по сигналу. Развивать ориентировку в пространстве.

Развивать ловкость. Дети сидят на стульях на одной стороне площадки.

«Догоните меня!» - предлагает воспитатель и бежит к противоположной стороне площадки. Дети бегут за воспитателем, стараясь его поймать. Затем воспитатель говорит «догоните меня!», и бежит в противоположную сторону. Дети снова его догоняют.

После двух раз дети садятся на стулья и отдыхают, затем продолжают игру.

«Птички в гнёздышках»

Цель: Учить детей правильно выполнять игровые действия. Совершенствовать выполнение основных видов движений. Обогащать двигательный опыт.

С одной стороны площадки свободно раскладывают обручи («гнёздышки») по количеству детей. Каждый ребёнок («птичка») стоит в своём «гнёздышке». По сигналу воспитателя дети – «птички» выбегают из обручей – «гнёзд» - и разбегаются по всей площадке. Воспитатель имитирует кормление «птиц» то в одном, то в другом конце площадки: дети присаживаются на корточки, ударяя кончиками пальцев по коленям – «клюют» корм. «Полетели птички в гнёзда!» - говорит воспитатель, дети бегут к обручам и становятся в любой свободный обруч.

Игра повторяется.

«Лиса и зайцы»

Цель: Способствовать совершенствованию беговых движений. Имитировать движения лисы и зайца. Примерять на себя определённую роль.

На лесной лужайке разбегались зайки. Вот какие зайки, зайки-побегайки. (Прыгают.) Сели зайки на лужок, роют лапкой корешок. Вот какие лапки, лапки-царапки.

(Сидят, делают движения руками, прячутся.)

Вдруг бежит лисичка – рыжая сестричка. Ребёнок ищет зайцев и поет:

«Где же, где же зайки? Зайки-побегайки? Ах, вот вы где!» (Догоняет.)

«Воробушки и кот»

Цель: Учить детей мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях. Бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убежать. Находить свое место. Приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкаясь.

Дети – «воробушки» сидят в своих «гнёздышках» (в кругах, обозначенных на земле, или нарисованных на асфальте) на одной стороне площадки.

На другой стороне площадки – «кот».

Как только «кот» задремлет, «воробушки» «вылетают» на дорогу, «перелетают» с места на место, ищут крошки, зёрнышки (дети приседают, стучат пальцами по коленям, как будто клюют).

Но вот «просыпается» «кот», «мяукает» и бежит за «воробушками», которые «улетают» в свои «гнёзда». Сначала роль «кота» выполняет воспитатель, а затем кто-нибудь из детей.

«Мыши и кот»

Цель: Приучать детей бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга. Ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя. Дети – мышки сидят в норках, которые определены геометрической формой (круг, квадрат, треугольник). Кот Васька (взрослый) прогуливается перед ними, нюхает, мяукает.

Воспитатель:

Ходит Васька беленький,
Хвост у Васьки серенький,
А бежит стрелой,
А бежит стрелой!

Кот Васька бежит и садится на стул в конце групповой комнаты.

Воспитатель:

Глазки закрываются,
Спит иль, притворяется?
Зубы у кота
Острая игла.

Воспитатель подходит к коту смотрит спит ли он, приглашает мышек погулять.

Дети подбегают к стулу на котором сидит кот и глядят его.

Воспитатель:

Только мыши заскребут,
Серый Васька тут как тут.
Всех поймают он!

Мыши убегают в свою норку, а кот догоняет их.

«Гуси-гуси»

Цель: Развивать у детей координацию движений, быстроту реакции. Учить играть в команде.

Гуси, гуси!

— Га-га-га!

— Есть хотите?

— Да, да, да!

— Ну летите же домой!

— Серый волк под горой, не пускает нас домой.

— Что он делает?

— Зубы точит, нас съесть хочет.

— Ну, летите, как хотите, только крылья берегите!

Гуси растопыривают руки-крылья и летят домой в гусятник, а волк рычит и пытается их поймать. Пойманные гуси из игры выбывают, и игра продолжается. Побеждают те, кто ни разу не попался в лапы волку.

«Мой весёлый звонкий мяч»

Цель: Учить детей подпрыгивать на двух ногах. Внимательно слушать текст и убежать только тогда, когда будут произнесены последние слова.

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

Мой весёлый звонкий мяч,
Ты куда пустился вскачь?
Красный, жёлтый, голубой,
Не угнаться за тобой.

Затем воспитатель предлагает детям выполнить прыжки, при этом отбивая мяч о землю. Прочитав снова стихотворение, он говорит:

«Сейчас догоню!» Дети перестают прыгать и убегают. Воспитатель делает вид, что ловит их. Воспитатель, не пользуясь мячом, предлагает детям выполнить прыжки, сам же при этом поднимает и опускает руку над головами детей, как будто отбивает мячи.

«Лягушки»

Цель: Стимулировать двигательную активность детей. Упражнять в прыжках на двух ногах.

Учить имитировать движения лягушат. Обогащать двигательный опыт детей.

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

«Вот лягушка по дорожке

Скачет, вытянувши ножки.

Ква-ква, ква-ква-ква!

Скачет, вытянувши ножки».

Дети, повернувшись друг за другом, подпрыгивают на двух ногах, продвигаясь вперед по кругу.

По окончании четверостишья воспитатель хлопает в ладоши — пугает лягушек; малыши перепрыгивают через черту и присаживаются на корточки лягушки прыгают в болото. Игра повторяется 2—3 раза.