

Картотека подвижных игр для детей дошкольного возраста

Обозначения:

- младший дошкольный возраст;
- средний дошкольный возраст;
- старший дошкольный возраст.

Игры малой подвижности		
Название	Цели и задачи	Ход игры
Где звенит колокольчик?	Развивать глазомер, слуховую ориентацию, умение ориентироваться в пространстве.	Дети стоят на одной стороне зала. Воспитатель просит их отвернуться. В это время другой взрослый спрятавшись звенит колокольчиком. Детям предлагают послушать, где звенит колокольчик и найти его. Дети поворачиваются и идут на звук. Звонить в колокольчик нужно сначала громко, затем понижать звук.
Пузырь	Научить детей образовывать круг, меняя его размер в зависимости от игровых действий; формировать умение согласовывать действия с произносимыми словами.	Дети вместе с воспитателем, взявшись за руки, образуют круг и проговаривают слова: Раздувайся пузырь, Раздувайся большой. Оставайся такой Да не лопайся. Играющие в соответствии с текстом отходят назад держась за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Лопнул пузырь!». Тогда играющие приседают на корточки и говорят: «Хлоп!». И идут в цент круга со звуком «ш-ш-ш». затем снова становятся в круг.
Веселые снежинки	Развивать двигательную активность детей, координацию движений, внимание детей.	Дети врассыпную располагаются в группе. Педагог произносит текст: Метель-вьюга у ворот Кружит снежинок хоровод. Дети кружатся на месте в медленном темпе вправо и влево. После команды «Метель утихла» дети останавливаются. Игра повторяется. <u>Усложнение:</u> дети движутся под музыку, останавливаются, когда музыка стихает.
Летает, не летает	Закреплять знания детей о летающих и не летающих объектах;	Дети стоят или сидят по кругу, в центре – воспитатель. Он называет одушевленные и не одушевленные предметы, которые летают и не летают. Называя предмет, воспитатель поднимает

	воспитывать выдержку, терпение.	руки вверх. Дети должны поднять руки вверх, если предмет летает.
Где постучали?	Закреплять умение ориентироваться в пространстве, соблюдать правила игры.	Дети стоят в кругу. Водящий встает в середину и закрывает глаза. Воспитатель бесшумно обходит круг сзади, останавливается возле кого-нибудь, стучит палочкой и кладет ее так, чтобы не было видно. Отходит в сторону и говорит: «Пора!». Стоящий в кругу должен отгадать, где постучали и подойти к тому, у кого спрятана палочка. Отгадав он становится на место ребенка за которым была спрятана палочка, а тот становится водящим.
Съедобное-несъедобное	Закреплять знания детей о продуктах питания, учить детей соблюдать правила игры, тренировать внимание.	Дети встают в круг, а ведущий по-очереди кидает мяч и произносит слово, являющееся предметом (например, ручка, молоко, стакан). Если слово означает съедобный предмет, то игрок должен поймать мяч если несъедобный, то должен оттолкнуть мяч. Если игрок ловит мяч или просто прикасается руками к нему, когда загадан несъедобный предмет, то он меняется с ведущим местами.
Факиры	Тренировать отдельные группы мышц, развивать умение передавать характерные признаки образа.	Дети сидят, скрестив ноги «по-турецки», руки на коленях, кисти свисают вниз, спина и шея расслаблены. Голова опущена, подбородок касается груди. Глаза закрыты. Под соответствующую музыку у детей «оживают» сначала кисти, затем поднимаются руки и голова, корпус вытягивается вперед-вверх.
У кого мяч?	Развивать внимательность; закреплять умение выполнять игровые действия в соответствии с правилами игры.	Играющие образуют круг. Выбирается водящий, который стоит в центре. Остальные игроки плотно придвигаются друг к другу, руки у всех за спиной. Воспитатель дает кому-нибудь мяч, и дети за спинами передают его друг другу. Водящий старается угадать, у кого находится мяч. Он говорит: «Руки!», и тот, к кому обращаются, должен выставить обе руки. Если водящий угадал, он берет в руки мяч и становится в круг. Игрок у которого забрали мяч становится водящим.
Береги предмет	Приучать детей действовать по сигналу; развивать ловкость, выдержку, глазомер.	Дети становятся в круг. У ног каждого ребенка лежит кубик. Воспитатель находится в кругу и старается взять кубик то у одного то у другого ребенка. Играющий, к которому приближается водящий, приседает и закрывает кубик руками и не дает до него дотронуться. Вначале водящий не забирает кубики у детей, а только делает вид.

		Затем при повторении он может взять кубик у игрока, не успевшего закрыть его руками. Этот ребенок временно не участвует в игре. Впоследствии роль водящего может быть предложена наиболее активным детям.
Черный, белый не берите, «Да» и «Нет» не говорите	Развивать внимательность, умение следить за своими ответами в ходе игры, закреплять знания об окружающем.	Ведущий произносит: Вам прислали сто рублей, Что хотите, то купите, Черный, белый не берите, «Да», «Нет» не говорите. После этого водящий ведет разговор, задавая вопросы. Тот, кто сбился в ответе, отдает водящему фант. После игры, проштрафившиеся выкупают свои фанты, выполняя различные задания (подвижные).
Снежный ком	Учить формировать последовательность в словах, запоминать предыдущие слова, согласовывать движения со словами.	Групповая игра заключается в постепенном формировании последовательности слов, причем каждый следующий участник игры должен воспроизвести все предшествующие слова с сохранением их последовательности, добавив к ним свое слово. Игра проводится с передачей мяча.

Игры средней подвижности

Название	Цели и задачи	Ход игры
Поезд	Формировать умение ходить и бегать друг за другом небольшими группами, сначала держась друг за друга, затем не держась; приучать начинать движение и останавливаться по сигналу.	Сначала к игре привлекается небольшая группа детей: первое время каждый ребенок держится за одежду впереди стоящего, затем свободно двигаются друг за другом, двигая руками, имитируя движения колес. Роль паровоза сначала исполняет воспитатель. Лишь после многократных повторений роль ведущего поручается наиболее активному ребенку. Игра проходит эмоциональнее с музыкальным сопровождением.
Найди свой цвет	Формировать ориентировку в пространстве, приучать действовать по сигналу, развивать ловкость, внимание.	Воспитатель раздает детям флажки 3-4 цветов. Дети с флажками одного цвета стоят в разных местах зала, возле флажков определенного цвета. После слов воспитателя «Идите гулять» дети расходятся в разные стороны. Когда воспитатель скажет: «Найди свой цвет», дети собираются у флага соответствующего цвета.

		<p>Игра может сопровождаться музыкальным оформлением.</p> <p><u>Усложнение:</u> когда игра освоена детьми, можно менять ориентировочные флажки местами, располагая их в разных местах спортивного зала.</p>
Найди себе пару	Развивать ловкость, умение избегать столкновений, действовать по сигналу быстро.	<p>Для игры необходимы платочки по количеству детей. Половина платочков одного цвета, половина другого. По сигналу воспитателя дети разбегаются. На слова «Найди пару!» дети имеющие одинаковые платочки встают парой. В случае, если ребенок остался без пары, играющие говорят:</p> <p style="text-align: center;">Ваня, Ваня не зевай, Пару быстро выбирай!</p> <p>Слова воспитателя можно заменить звуковым сигналом. Игра проходит эмоциональней с музыкальным сопровождением.</p>
Жучок	Формировать умение имитировать игровые движения, двигаться в соответствии с текстом.	<p>Дети встают в круг, взявшись за руки, в центре круга водящий – жучок – сидит на корточках. Дети идут по кругу со словами:</p> <p style="text-align: center;">– Жучок-паучок, Тоненькие ножки, Красные сапожки, Мы тебя кормили, Мы тебя поили, На ноги поставили.</p> <p>Игроки подходят к жучку и помогают ему встать на ноги.</p> <p style="text-align: center;">Танцевать заставили. Танцуй, сколько хочешь. Выбирай, кого захочешь!</p> <p>Паучок танцует и выбирает следующего водящего. Игра повторяется.</p>
Самолеты	Формировать умение двигаться в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; приучать действовать по сигналу.	<p>Перед игрой необходимо показать все игровые движения. Дети становятся на одной стороне площадки. Воспитатель говорит: «К полету готовы. Завести моторы!». Дети делают вращательные движения руками перед грудью. После сигнала «Полетели!» разводят руки в стороны и разбегаются по залу. По сигналу «На посадку!» играющие направляются на свою сторону площадки.</p> <p>Игра проходит эмоциональнее с музыкальным сопровождением.</p>
Пробеги тихо	Воспитывать выдержку, терпение, умение	Дети распределяются на три группы и выстраиваются за чертой. Выбирают водящего, он садится посередине площадки и закрывает глаза.

	передвигаться бесшумно.	По сигналу одна подгруппа бесшумно бежит мимо водящего на другой конец зала. Если водящий услышит, он говорит: «Стой!» и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, водящий говорит какая группа бежала. Если он правильно указал группу, дети отходят в сторону. Если ошибся, они возвращаются на свои места. Так поочередно пробегают все группы. Выигрывает та группа, которая пробежала тихо и которую водящий не смог обнаружить.
Удочка	Развивать ловкость, внимание, быстроту реакции.	Играющие стоят по кругу, в центре воспитатель, он держит в руках веревку, к которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку по кругу над самой землей, а дети подпрыгивают вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел их. Описав мешочком два три круга, воспитатель делает паузу, во время которой подсчитывают количество попавшихся.
Почта	Развивать игровую фантазию, умение соблюдать правила игры.	Игра начинается с переключки игроков и водящего: <ul style="list-style-type: none"> – Динь, динь, динь! – Кто там? – Почта! – Откуда? – Из города... – А что в том городе делают? Водящий может сказать, что танцуют, поют, рисуют и т.д. Все играющие должны делать то, что сказал водящий. Тот, кто плохо выполняет задание, отдает фант. Игра заканчивается, как только водящий наберет пять фантов. Потом фанты выкупаются, выполняя различные задания.
Четыре стихии	Развивать внимание, память, ловкость.	Играющие становятся в круг, в середине – ведущий. Он бросает мяч кому-нибудь из игроков, произнося при этом какое-либо из слов стихии (например – «воздух»). Тот, кто поймал мяч должен назвать обитателя воздуха. Если названа земля – животное, если вода – рыбы. При слове «огонь» все должны несколько раз повернуться кругом, помахивая руками.
Игры высокой подвижности		
Название	Цели и задачи	Ход игры
Солнышко и дождик	Формировать умение ходить и бегать враспынную, не наталкиваясь, друг на друга; приучать	Дети сидят на стульчиках. Воспитатель говорит: «Солнышко!». Дети ходят и бегают по залу в разных направлениях. После сов «Дождик!», они бегут на свои места.

	действовать по сигналу.	<u>Усложнение:</u> Игра может проходить с музыкальным сопровождением. После того как игра хорошо освоена, слова можно заменять звуковыми сигналами.
Воробышки и автомобиль	Формировать умение двигаться в разных направлениях, не наталкиваясь, друг на друга; совершенствовать умение реагировать на сигнал, развивать ориентацию в пространстве.	Дети сидят на стульчиках на одной стороне зала. Это «воробышки» в гнездышках. На противоположной стороне – воспитатель. Он изображает автомобиль. После слов воспитателя «Воробышки полетели» дети поднимаются со стульев, бегают по залу, размахивая руками. По сигналу воспитателя «Автомобиль», дети убегают на свои стульчики. После того, как игра освоена детьми, вместо слов можно использовать звуковые сигналы.
У медведя во бору	Закреплять умение двигаться врассыпную, имитировать игровые движения, двигаться в соответствии с текстом.	Дети располагаются на одной стороне зала, а водящий на другой. Игроки двигаются к спящему медведю со словами: У медведя во бору Грибы-ягоды беру. А медведь не спит И на нас рычит. Медведь с рычанием пытается поймать детей, те убегают. Поймав кого-либо, отводит к себе. Игра повторяется.
Автомобили	Развивать ловкость и быстроту; закреплять умение передвигаться по площадке врассыпную.	Каждый играющий получает руль. По сигналу водящего (поднят зеленый флажок) дети разбегаются в рассыпную так, чтобы не мешать друг другу. На другой сигнал (красный флажок) автомобили останавливаются. Игра повторяется. Игра проходит эмоциональнее под музыкальное сопровождение.
Огуречик... огуречик...	Формировать умение прыгать на двух ногах в прямом направлении; бегать, не наталкиваясь друг на друга; совершать игровые действия в соответствии с текстом.	На одном конце зала – воспитатель, на другом дети. Они приближаются к водящему прыжками на двух ногах. Воспитатель говорит: Огуречик, огуречик Не ходи на тот конечик, Там мышка живет, Тебе хвостик отгрызет. После окончания речевки, дети убегают в свой дом. Воспитатель произносит слова в таком ритме, чтобы дети могли на каждое слово подпрыгнуть два раза.

		<u>Усложнение:</u> после того как игра освоена детьми, роль мышки можно поручать наиболее активным детям.
Наседка и цыплята	Совершенствовать умение пролезать под веревкой, не задевая ее; развивать ловкость, внимание; действовать по сигналу; воспитывать взаимовыручку, товарищество.	Дети, изображающие цыплят вместе с наседкой, находятся за натянутой веревкой. Наседка выходит из дома и зовет цыплят: «Ко-ко-ко». По ее зову цыплята, пролезая под веревкой, бегут к ней. На слова «Большая птица» цыплята быстро убегают. Когда цыплята убегают в дом, можно приподнять веревку повыше, чтобы дети не задевали ее.
Найди свой домик	Формировать умение действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать ловкость, внимание, умение двигаться в разных направлениях.	С помощью воспитателя дети делятся на группы, каждая из которых становится у определенного места. По сигналу они разбегаются по залу в разные стороны. После сигнала «Найди свой домик» дети должны собраться группами у того места, где стояли вначале. Игра проходит эмоциональнее с музыкальным сопровождением. <u>Усложнение:</u> после освоения игры, исходные дома можно менять местами.
Лиса и куры	Развивать ловкость, быстроту реакции, учить действовать по сигналу, развивать ориентировку в пространстве.	На одной стороне зала находится курятник (можно использовать скамейки). На насесте сидят куры. На другой стороне – нора лисы. По сигналу куры прыгают с насестов и свободно передвигаются по свободному пространству. Со словами «Лиса!» куры убегают в курятник и взбираются на насест, а лиса старается поймать курицу. Не успевшую спастись она уводит в свою нору. Когда водящий поймает 2-3 кур, выбирается другой водящий.
Цветные автомобили	Закреплять знание цвета, совершенствовать ориентировку в пространстве, развивать реакцию	Дети размещаются по краям зала, они – автомобили. Каждому свой цветной круг. Воспитатель в центре зала, в руках у него три цветных флажка. Он поднимает один, дети, имеющие круг этого цвета, разбегаются по залу в разных направлениях. Когда воспитатель опускает флажок, дети останавливаются. Воспитатель поднимает флажок другого цвета и т.д. Игра проходит эмоциональнее с музыкальным сопровождением.
Гуси-лебеди	Развивать ловкость, быстроту реакции; закреплять умение выполнять действия	Дети стоят у одной стены комнаты – они «гуси», а их «хозяйка» стоит у другой. Посередине комнаты притаился «серый волк». Хозяйка зовет своих гусей: «Гуси, гуси!» Гуси: «Га, га, га!»

	взятой на себя роли; согласовывать слова с игровыми действиями.	<p>Хозяйка: «Есть хотите?»</p> <p>Гуси: «Да, да, да!»</p> <p>Хозяйка: «Так летите же сюда!»</p> <p>Гуси: «Нам нельзя! Серый волк под горой, не пускает нас домой!»</p> <p>Хозяйка: «Ну, летите, как хотите, только крылья берегите!»</p> <p>После этих слов «гуси» летят к «хозяйке» – дети бегут к противоположной стене, а «волк» должен успеть поймать как можно больше детей или только одного, который будет «волком» в следующий раз</p> <p>Усложнение: пойманные «гуси» остаются в «логове» у «волка», а игра продолжается до тех пор, пока «волк» не переловит всех «гусей».</p>
Кот и мыши	Совершенствовать умение ориентироваться в пространстве, избегать столкновений; двигаться в общей игровой ситуации.	<p>В середине комнаты «спит» «кот» - один из детей. Остальные дети - «мыши», они водят хоровод со словами:</p> <p style="padding-left: 40px;">Мыши водят хоровод, На лежанке дремлет кот. «Тише, мыши, не шумите! Кота Ваську не будите. Как проснётся Васька-кот, Разобьёт наш хоровод!»</p> <p>На последних словах «кот» просыпается и ловит «мышей».</p> <p><u>Усложнение:</u> «Мышки» могут спрятаться в своих «норках»: каждый ребенок должен успеть сесть на стульчик, пока его не поймал кот.</p>
Мышки-трусички	Развивать координацию движений, внимание, умение имитировать игровые движения.	<p>«Кот» спит на стульчике, а «мышки» - медленно идут к нему, приговаривая слова потешки и выполняя соответствующие движения:</p> <p style="padding-left: 40px;">Вышли мыши как-то раз Посмотреть который час. «Раз, два, три, четыре», – Мыши дёрнули за гири. Вдруг раздался страшный звон: «Бом-бом-бом-бом!» Убежали мышки вон!</p> <p>На последнем слове «кот» «просыпается» и догоняет «мышей». Детям надо успеть сесть на стульчики.</p>
Лохматый пес	Совершенствовать умение двигаться враспынную,	<p>Дети стоят на одной стороне зала. Водящий – пес – на другой стороне. Дети тихо подходят к нему со словами:</p>

	двигаться в соответствии с текстом, развивать ориентировку в пространстве, ловкость.	<p>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-то будет!</p> <p>После этих слов пес вскакивает и громко лает. Дети разбегаются, а пес старается их поймать.</p>
«Пятнашки»	Развивать координацию движений, ловкость, быстроту.	Дети выстраиваются за чертой на одной стороне площадки. Они должны добежать до противоположной стороны так, чтобы водящий, стоящий посередине, их не поймал. Пойманным считается тот, кого запятнают, дотронувшись до плеча или спины рукой. После 2-3 пробежек пойманные подсчитываются. Выбирают нового водящего.
«Пятнашки» с ленточками	Развивать быстроту, ловкость, глазомер; совершенствовать ориентировку в пространстве, бег враспынную.	<p>Дети стоят в кругу, у каждого имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга стоит водящий. По сигналу дети разбегаются в разные стороны, а водящий старается вытянуть у них ленточки. На сигнал остановки дети собираются в круг, водящий подсчитывает ленточки.</p> <p>Игру можно проводить с усложнением:</p> <ul style="list-style-type: none"> • в кругу стоят двое водящих; • водящих нет, мальчики собирают ленточки у девочек, а девочки у мальчиков.
Мышеловка	Развивать быстроту, ловкость, внимание; учить согласовывать слова с игровыми действиями.	<p>Играющие делятся на две неравные подгруппы. Меньшая образует круг – мышеловку. Остальные – мыши. Игроки в кругу двигаются и приговаривают:</p> <p>Ах, как мыши надоели, Развелось их просто страсть. Все погрызли, все поели, Всюду лезут – вот напасть.</p> <p>По окончании слов дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. Мыши вбегают в мышеловку и тут же выбегают с другой стороны. По сигналу дети опускают руки и приседают. Мыши, не успевшие выбежать, считаются пойманными. Они тоже встают в круг. Игра продолжается. Когда большая часть детей поймана, подгруппы меняются местами.</p>
Кролики	Формировать умение прыгать на двух ногах продвигаясь	В одной стороне зала полукругом расставлены стулья – это клетки кроликов. На противоположной – стул – это дом сторожа. Дети

	вперед; развивать ловкость, смекалку, уверенность.	сидят на корточках за стульями. Когда сторож выпускает кроликов на лужок – дети, один за другим, проползают под стульями, а затем прыгают продвигаясь вперед. По сигналу «Бегите в клетки» кролики возвращаются на свои места, снова проползая под стульями. Игра проходит эмоциональнее с музыкальным сопровождением.
Мы веселые ребята	Развивать ловкость, координацию движений; совершенствовать умение соблюдать правила игры.	Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне также проводится черта – это дома. В центре площадки находится водящий. Играющие хором произносят Мы веселые ребята, Любим бегать и скакать Ну, попробуй нас догнать. Раз, два, три – лови! После слова «Лови!» дети перебегают на другую сторону площадки, а водящий старается поймать их. Те, кого запятнал водящий отходят в сторону, пропуская одну перебежку. После двух перебежек выбирается другой водящий.
Пожарные на учении	Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, развивать ловкость, быстроту; совершенствовать умение действовать по сигналу.	Дети становятся в 3-4 колонны лицом к гимнастическим стенкам – это пожарные. Первые в колоннах стоят перед чертой на расстоянии 4-5 метров от стены. На каждом пролете на одинаковой высоте привязаны колокольчики. По сигналу дети стоящие первыми, бегут к гимнастической стенке, взбираются по ней и звонят в колокольчик. Спускаются вниз, возвращаются к своей колонне и встают в ее конец воспитатель отмечает того, кто быстрее выполнил задание. Потом дается сигнал и бежит следующая пара детей.
Выше ноги от земли	Развивать ловкость, быстроту, координацию движений; играть, соблюдая правила	Выбирается водящий, который вместе со всеми детьми бегают по залу. Как только воспитатель произносит слово «Лови!», все убегают от водящего и взбираются на предметы. Водящий старается запятнать убегающих. Дети, до которых он дотронулся, отходят в сторону. По окончании игры подсчитывается количество пойманных и выбирается новый водящий.
Два мороза	Развивать быстроту реакции, ловкость; закреплять умение согласовывать игровые действия со словами.	На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома. Играющие располагаются в одном из них. Водящие – Мороз Красный нос и Мороз Синий нос – встают посередине, лицом к играющим и произносят текст Я – Мороз Красный нос. Я – Мороз Синий нос. Кто из вас решится

		<p>В путь дороженьку пуститься?</p> <p>Играющие хором отвечают:</p> <p>Не боимся мы угроз, И не страшен нам мороз!</p> <p>После этих слов дети перебегают на другую сторону площадки, а Морозы стараются их поймать и заморозить. «Замороженные» останавливаются на том месте, где до них дотронулись и до окончания пробежки стоят, не двигаясь.</p> <p><u>Усложнение:</u> в ходе игры «замороженные» дети стоят на местах, вытянув руки в стороны, их можно распятнать, коснувшись рукой.</p>
Сети	Развивать ловкость, смекалку, ориентировку в пространстве, умение соблюдать правила игры.	<p>Одни дети встают по кругу и держат обручи. Другие – «рыбки» – снуют туда-сюда через обручи. По сигналу дети с обручами начинают движение по кругу переходящее в бег. «Рыбки», оставшиеся в кругу, не могут выбраться из сетей.</p> <p>Игра проходит эмоциональней с музыкальным сопровождением.</p>
У Мазаля	Совершенствовать согласованность движений.	<p>Участники сидят на стульях, выбирают деда Мазалю. Все остальные отходят от него и договариваются, что будут показывать, затем подходят к Мазалю и говорят:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Здравствуй, дедушка Мазаль, С длинной белой бородой, С карими глазами, С белыми усами! – Здравствуйте, детки! Где вы были, что делали? – Где мы были – мы не скажем, А что делали – покажем! <p>Все выполняют движения, о которых договаривались. Когда дед отгадает, играющие разбегаются, а он их ловит.</p>