

# КАРТАТЕКА

## Подвижные игры первой младшей группы

### ПОДВИЖНАЯ ИГРА «КТО ТИШЕ?»

Цель. Упражнять детей в ходьбе, беге.

Правила игры. Дети идут вместе с воспитателем. Неожиданно он произносит: «Ну, а теперь посмотрим, кто из вас умеет ходить тихо-тихо, на носочках. Вот так» (показывает). Дети поднимаются на носочках и стараются пройти как можно тише. Они продолжают идти в том же направлении. Воспитатель незаметно отходит в сторону и говорит: «А теперь все бегом ко мне». Дети бегут к воспитателю, окружают его, тот разговаривает с ними, отмечает, что они старательно и хорошо выполнили упражнение. Указания. Некоторые дети 3 лет при ходьбе на носках неестественно пригибают голову, втягивают ее в плечи. Им кажется, что так они тише идут. Надо указывать малышам на ошибки, стараться исправлять их. Ходьба на носочках укрепляет свод стопы, поэтому она полезна для физического развития ребенка. Однако не следует утомлять детей длительным выполнением этого упражнения. Игра повторяется 3-4 раза.

### ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ВОРОБУШКИ И АВТОМОБИЛЬ»

Цель. Упражнять детей в беге. Развивать у детей внимание. Правила игры. Дети садятся на стульчики или скамейки на одной стороне комнаты или площадки. Это воробушки в гнездах. На противоположной стороне площадки стоит воспитатель, изображая автомобиль. На слова воспитателя: «Полетели, воробушки, на дорожку» - дети бегают по площадке, размахивая руками, как птички крылышками. Воспитатель через некоторое время говорит: «Осторожно, автомобиль едет, летите, воробушки, в свои гнездышки». Автомобиль, выехав из гаража, едет в сторону воробушков. Воробушки улетают в гнездышки (садятся на стульчики). Автомобиль возвращается в гараж. Указания. К игре вначале привлекают небольшое количество детей (10-12), затем всю группу. Воспитатель предварительно показывает, как летают воробушки, как они клюют зернышки. Дети, подражая воробушкам, выполняют все эти действия затем можно включить в игру роль автомобиля. Воспитатель выполняет ее сам. Только после многократных повторений он поручает ее активному ребенку. Автомобиль едет не слишком быстро, чтобы дать возможность всем птичкам найти свои гнездышки. Оборудование. Стульчики, скамейки.

### ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ПОЕЗД»

Цель. Упражнять детей в ходьбе и беге. Правила игры. Воспитатель предлагает нескольким детям встать друг за другом. Говорит: «Это вагончики, а я буду паровозом» - и сам становится впереди детей. Паровоз дает гудок, поезд начинает двигаться, вначале медленно, затем быстрее (произносятся звуки «чу-чу-чу»; малыши постепенно ускоряют шаг и бегут). Затем воспитатель замедляет движение, поезд постепенно останавливается. Воспитатель говорит при этом: «Поезд подошел к станции. Вот и остановка» Затем он «дает гудок», и поезд следует дальше. Указания. Вначале в колонну строится небольшое количество детей, остальные сидят на стульчиках и смотрят. При повторении игры число

участников можно увеличить до 12 – 15. Роль паровоза выполняет воспитатель, лишь после многократных повторений игры эту роль можно передать наиболее активному ребенку. Паровоз должен двигаться медленно, чтобы вагончики не отрывались друг от друга.

### **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ДОПОЛИ ДО ПОГРЕМУШКИ»**

Цель. Упражнять детей в ползании.

Правила игры. Дети сидят на стульях, поставленных вдоль одной стены комнаты. На расстоянии 4 м на пол положен флажок или погремушка. Воспитатель называет кого-нибудь из детей и предлагает ему на четвереньках доползти до погремушки, взять ее, встать и погребеть (или помахать над головой флажком), затем положить на пол и вернуться на свое место. Дети по очереди выполняют задание. Указания. В игре-упражнении одновременно могут действовать несколько человек (3-5) или сразу все. (Тогда для каждого следует приготовить отдельную игрушку.) Такое задание вызывает у малышей стремление доползти до цели как можно скорее. Игра проходит оживленно. Однако в этом случае снижается качество движения – ползания. Ребенок спешит, нарушает правильную координацию. Поэтому воспитателю не следует специально нацеливать внимание детей на быстроту передвижения. Малыши, не занятые в упражнении, перед его началом с удовольствием произносят хором: «Раз, два, три – ползи!» - и с радостью хлопают в ладоши при окончании. Таким образом, вся группа участвует в игре. Оборудование. Стулья, скамейки, флажки, погремушки.

### **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «НЕ НАСТУПИ НА ЛИНИЮ»**

Цель. Упражнять детей в ползании. Правила игры. Воспитатель проводит на полу две параллельные линии длиной 3-4 м (на расстоянии 40-50 см друг от друга). Играющие поочередно проползают на четвереньках между линиями, стараясь не наступать на них. В конце коридора ребенок встает, поднимает обе руки вверх, потягивается, затем возвращается к исходному положению. Указания. Для игры можно использовать и доску, положенную на пол.

### **ИГРА МАЛОЙ ПОДВИЖНОСТИ «К КУКЛАМ В ГОСТИ»**

Цель. Упражнять детей в ходьбе. Правила игры. Дети сидят на стульях, расставленных вдоль одной из стен комнаты. Воспитатель сообщает, что сейчас все пойдут в гости к куклам, и спрашивает, где они живут. Дети показывают на кукольный уголок. Воспитатель говорит: «Пойдемте, дети, погуляем, только никуда по дороге заходить не будем, прямо к куклам пойдем». Малыши встают, и не спеша вместе с воспитателем, идут навестить кукол. Здравуются с ними, разговаривают. Когда воспитатель скажет: «Уже поздно, пора домой, пойдемте потихонечку», они возвращаются на свои места. Указания. Перед началом игры надо расположить несколько кукол в другом месте комнаты. При повторении игры навещают этих кукол. Оборудование. Куклы.

### **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ДОГОНИ МЯЧ»**

Цель. Упражнять детей в беге, ловле. Правила игры. Дети играют на площадке, кто с кем хочет. Воспитатель подзывает несколько малышей, предлагает им побегать за мячом и поиграть с ним. Называя имена детей, воспитатель поочередно раскатывает мячи в разных

направлениях. Ребенок бежит за мячом, ловит его и приносит педагогу. Воспитатель снова бросает мячи, но уже в другом направлении. Указания. Двухлетний ребенок способен с интересом бегать за брошенным воспитателем мячом много раз подряд. В игре могут участвовать 8-10 детей. Можно рассыпать все мячи, чтобы малыши одновременно бежали за ними. Вместо мячей используют также резиновые кольца, мягкие мешочки. Оборудование. Мячи.

### **ИГРА МАЛОЙ ПОДВИЖНОСТИ «ПО ТРОПИНКЕ»**

Цель. Упражнять детей в ходьбе по узкой дорожке.

Правила игры. Воспитатель проводит на полу две параллельные линии (или кладет две веревки) длиной 2,5 – 3 м на расстоянии 25 – 30 см. Он рассказывает, что малыши пойдут гулять по лесу. Идти надо осторожно по узкой тропинке. Дети идут медленно друг за другом между начерченными линиями. Потом возвращаются. Указания. Воспитатель следит, чтобы дети не наступали на линии, не мешали друг другу, не наталкивались на впереди идущего. Оборудование. Две веревки.

### **ИГРА МАЛОЙ ПОДВИЖНОСТИ «ЧЕРЕЗ РУЧЕЕК»**

Цель. Упражнять детей в ходьбе по возвышенной опоре, сохранять равновесие.

Правила игры. На полу лежит доска (ширина 25 – 30 см, длина 2 – 2,5 м). Это мостик через ручеек. На одном берегу ручейка растут пестрые цветы : маки, васильки, ромашки (на ковре разбросаны разноцветные лоскутки). Дети переходят на ту сторону ручейка, собирают цветы (приседают, наклоняются), затем возвращаются домой. Игра повторяется 3-4 раза. Указания. Воспитатель следит за тем, чтобы дети ступали по мостику, приговаривает: «Ручеек быстрый, глубокий, надо идти осторожно, не замочить ноги». Оборудование. Доска шириной 25-30 см, длиной 2-2,5 м

### **ИГРА МАЛОЙ ПОДВИЖНОСТИ «ПЕРЕШАГНИ ЧЕРЕЗ ПАЛКУ»**

Цель. Упражнять детей в ходьбе, перешагивании.

Правила игры. На пол посередине комнаты кладут параллельно две палки (на расстоянии 1 м). На одной стороне комнаты ставится стул с флажком на сиденье. Дети находятся на другой стороне комнаты. Ребенок становится в 2-3 шагах от палок лицом к ним. По указанию воспитателя он идет до первой палки, перешагивает сначала через нее, затем через вторую палку. Идет к стулу, берет флажок, поднимает вверх и машет им. Затем кладет флажок на стул, отходит в сторону и возвращается на свое место. Задание выполняет следующий. Указания. Если после нескольких повторений это задание окажется для детей слишком легким, и они будут быстро и уверенно его выполнять, следует усложнить упражнение: положить на пол параллельно 4-6 палок или несколько обручей и предложить малышам перешагивать через них. Оборудование. Гимнастические палки, обручи.

## **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «СОЛНЫШКО И ДОЖДИК»**

Цель. Упражнять детей в ходьбе, беге.

Правила игры. Дети сидят на скамейках или стульчиках. Воспитатель говорит: «Солнышко! Идите гулять!» Дети ходят и бегают по всей площадке. После слов «Дождик! Скорее бегите домой!» они возвращаются на свои места. Когда педагог снова скажет: «Солнышко выглянуло! Можно идти гулять» - игра повторяется. Указания. Вначале в игре участвует небольшое число детей, потом - 10-12 и более. Воспитатель может использовать большой цветной зонтик. Под него малыши прячутся вместо того, чтобы садиться на стулья. Во время прогулки можно предложить детям собирать цветы, ягоды, ходить парами, кружиться и т.п. При повторении игра усложняется, домики размещают по 3-4 в разных местах комнаты, площадки. Ребенок должен запомнить свой домик и по сигналу бежать в него. Оборудование. Стулья, скамейки.

## **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ОПУСТИ МЯЧ»**

Цель. Упражнять детей в ползании.

Правила игры. Дети располагаются на стульях, поставленных вдоль одной из стен комнаты. На расстоянии 4-5 м стоит стойка с подвешенной на уровне роста ребенка сеткой, у стойки на полу лежит мяч. Между детьми и стойкой, примерно на середине, стоит дуга – воротца. Воспитатель называет кого-нибудь из детей и предлагает ему на четвереньках, проползти до дуги, затем под дугой до мяча, встать, поднять мяч двумя руками и опустить его в сетку. Указания. Для воротцев можно использовать стул, столик (проползти между ножками), обруч. Детей трех лет следует учить подлезать и пролезать разными способами: ползти на четвереньках, идти под препятствием, пригнувшись, но, не дотрагиваясь руками до земли. При этом малыши учатся различать понятия «проползти» и «пройти». Оборудование. Стойка, мяч, дуга