



Картотека

подвижных и хороводных игр

для детей младшего и среднего дошкольного возраста

Выполнила: Косых Е.В.

«Птички летают»

Цель: приучать детей играть дружно, действовать на сигнал воспитателя, бегать по всей площадке не наталкиваясь друг на друга.

Маленькие птички, - дети бегают по площадке

Птички невелички

По лесу летают,

Песни распевают.

Буйный ветер налетел,

Птичек унести хотел.

Птички спрятались в дупло, дети приседают, руки под щёчку.

Там не тронет их никто.



«Кошка и мыши»

Цель: упражнять детей в подлезание под дугу, в умении реагировать на сигнал, выполнять движения в соответствии со стихотворным текстом.

Кошка мышек сторожит, - коша сидит в одной стороне площадки, дети

Притворилась, будто спит - «мышы» бегают на носочках по всей площадке.

Тише мышы не шумите,

Кошку вы не разбудите.

Кока глазки открывает,

И мышаток догоняет - «кошка» догоняет «мышей», те убегают в свои домики.



«Лохматый пёс»

Цель: приучать детей слушать текст и быстро реагировать на сигнал.

Вот лежит лохматый пёс, - ребёнок изображает собаку, сидит на стульчике.

В лапы свой, уткнувши нос, - дети тихонько подходят к «собаке».

Тихо, смиренно он лежит,

Не то дремлет, не то спит.

Подойдем к нему разбудим

И посмотрим, что-то будет - «собака» догоняет детей, а те убегают в свои домики



«Медведь»

Цель: приучать детей выполнять движения в едином темпе, убежать в одном направлении не наталкиваясь друг на друга. Играть дружно.

Как-то мы в лесу гуляли

И медведя повстречали

Он под ёлкою лежит

Растянулся и храпит.

Мы вокруг него ходили,

Косолапого будили:

«Ну-ка, Мишенька, вставай

И быстрее догоняй»



«Куточка – хохлатка»

Цель: упражнять детей быстро реагировать на сигнал, бегать с увёртыванием.

Вышла курочка – хохлатка, - воспитатель и дети ходят по площадке имитируют

С нею жёлтые цыплятк, - движения «гребут лапками, ищут зёрнышки».

Квохчет курочка: «Кокo-кo - воспитатель грозит пальцем

Не ходите далеко».

Лапками гребите,

Зернышки ищите.

На скамейке у дорожки, - «кошка» дремлет.

Улеглась и дремлет кошка...

Кошка глазки открывает, - «кошка», открывает глаза

И цыпляток догоняет - и догоняет цыплят, а те убегают в свои домики



«Зайки на лесной лужайке»

Цель: бегать в одном направлении, не наталкиваться друг на друга, имитировать выполнять движения: прыгать на 2х ногах; «рыть корешок»,

1. По лесной лужайке, - дети прыгают, сложив лапки.

Разбежались зайки,
Вот какие зайки,
Зайки – побегайки.

2. Сели зайчики в кружок, - роют лапкой корешок.

Роют лапкой корешок,
Вот какие зайки,
Зайки – побегайки.

3. Вдруг бежит лисичка, - выбегает лисичка, ищет «заек»,

Рыжая – сестричка,
Ищет где же зайки, - дети закрывают глаза ладошками.
Зайки – побегайки:

«А, вот они зайки!» - дети убегают в домики, лиса их догоняет.



«Зайки и лисичка»

Цель: приучать играть дружно, выполнять соответствующие движения по тексту:
прыгать на 2х ногах, выставлять ноги на пятку, кружиться руки «фонариком»,
выполнять «пружинку».

На лесной лужайке, танцевали зайки - дети стоят врассыпную, выполняют

Вот так, вот так танцевали зайки. «Пружинку»

Выставляли ножки в беленьких сапожках, - поочерёдно выставляют ноги на пятку.

Вот так, вот так в беленьких сапожках.

Прыгали, скакали, лапками стучали, - прыгают, стучат лапка о лапку.

Вот так, вот так лапками стучали.

Выходи лисичка с нами веселиться, - зовут рукой лисичку (выходит лиса)

Ля-ля, ля-ля с нами веселиться. - все кружатся, руки вверх «фонариком»



«Зайка беленький сидит»

Цель: приучать слушать текст и выполнять движения в соответствии с содержанием: хлопать в ладоши, подпрыгивать на месте.

1. Зайка беленький сидит

И ушами шевелит. - дети присели на корточки, качают головой,

Вот так, вот так!

Он ушами шевелит. - имитируют «движения ушами» на голове.

2. Зайке холодно сидеть,

Надо лапочки погреть.

Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп! - дети хлопают в ладоши.

Надо лапочки погреть.

3. Зайке холодно стоять,

Надо зайке поскакать. - дети подпрыгивают на 2х ногах на месте.

Скок-скок, скок-скок!

Надо зайке поскакать.

Кто-то зайку испугал,

Зайка прыг...и ускакал. - воспитатель хлопает в ладоши, дети убегают в домики.



«Осенние листочки»

Цель: воспитывать умение выполнять движения всем вместе: сидеть на корточках, бегать, кружиться.

Мы, листочки осенние, - дети сидят на корточках.

На веточках сидели.

Дунул ветер – полетели, - бегают, летают.

Мы летели, мы летели,

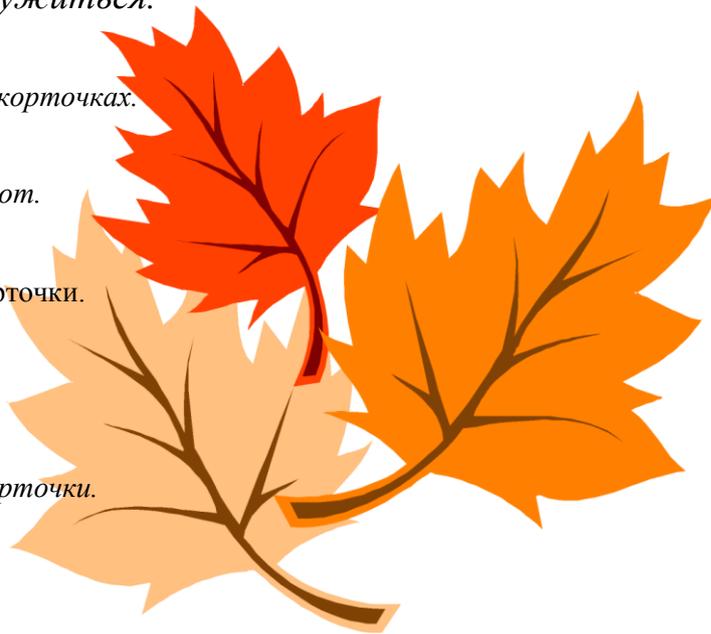
И на землю тихо сели. - дети сели на корточки.

Ветер снова набежал,

И листочки все поднял, - дети встали.

Повертел их, покружил, - кружатся.

И на землю спустил. - дети присели на корточки.



«Сова»

Цель: *продолжать приучать действовать по сигналу, бегать не наталкиваясь.*

В лесу темно, - *дети сидят на корточках.*

Все спят давно.

Одна сова не спит,

На суку сидит.

Во все стороны глядит, - *дети крутят головой, бегают.*

Да как полетит.



«Самолёты»

Цель: упражнять в умении бегать, не наталкиваясь друг на друга, выполнять движения по сигналу.

Я мотор завожу, и - дети сидят на корточках врассыпную, руки согнуты

Внимательно гляжу, - в локтях, делают круговые движения руками.

Поднимаюсь ввысь, лечу. - поднимаются, разводят руки в стороны, бегут.

Самолёт гудит,

Самолёт летит.

В нём полот сидит.

(После «самолёты» идут на посадку на аэродром, игра повторяется 2-3 раза)



«Мой весёлый звонкий мяч»

Цель: упражнять детей в подпрыгивании на 2-х ногах на месте; внимательно слушать четверостишие, убежать только когда, будут, произнесены последние слова.

Мой весёлый звонкий мяч, - дети подпрыгивают на месте на 2х ногах

Ты куда помчался вскачь.

Красный, синий, голубой,

Не угнаться за тобой.

А потом ты покатишься - бегают.

И назад не воротился.



«Жуки»

Цель: упражнять в беге врассыпную, быть внимательными, уметь расслаблять своё тело.

Описание игры: дети бегают по всей площадке «жуки летают», на слова «жук упал, и встать не может». Дети ложатся на коврик и барахтаются ногами и руками.

**Жук устал, и встать не может,
Ждет он, кто ему поможет.**

На слова очень устал, дети перестают барахтаться и лежат, отдыхают. Когда воспитатель говорит слова: «жук отдохнул, встал и полетел», дети поднимаются и бегут снова.

(Игра повторяется 2-3 раза)



«К нам пришла собачка»

Цель: упражнять детей в беге в одном направлении, бегать быстро, не наталкиваясь друг на друга, убежать только на последние произнесённые слова, дослуживать до конца текст.

К нам пришла собачка, - дети все вместе гуляют по площадке

Умная собачка.

С детками играет,

Очень громко лает,

Деток догоняет. - дети убегают в свои домики, а собачка их догоняет.



«Ребята и зверята»

Цель: упражнять детей в беге в разных направлениях; приучать играть вместе, дружно, развивать творческую фантазию.

На зелёном, на лугу, - дети бегают по всей площадке.

Бегают ребята –

Это вовсе не ребята,

А какие-то зверята. - (дети изображают «зайчиков», при последующих повторах игры изображают «медведей», «лягушат», «петушка» ...)

«У медведя во бору»

Цель: приучать детей выполнять движения всем вместе, действовать только на сигнал; развивать ловкость, смелость.

У медведя во бору, - медведь спит, дети идут в сторону «медведя»,

Грибы, ягоды беру. - наклоняются, собирают грибы, ягоды кладут их в

А медведь не спит, - воображаемую корзинку.

Все на нас глядит,

И рычит. - «медведь» догоняет ребят, а те убегают в свои домики

«Солнышко и дождик»

Цель: развивать умение бегать врассыпную, не наталкиваясь, быстро реагировать на сигнал.

Описание игры: когда светит солнышко, дети бегают, веселятся. Как только воспитатель произносит слова «пошёл дождь», дети бегут, прячутся под зонтик, который находится в руках воспитателя.

«Догоните мяч»

Цель: развивать умение сохранять во время ходьбы и бега равновесие и необходимое направление и изменять его в зависимости от сложившейся ситуации, ловить мяч; развивать внимание, выдержку.

Описание игры: все дети стоят в одной стороне площадки, мячи находятся в руках воспитателя в корзине. На слова: «Раз, два, три беги», воспитатель высыпает мячи из корзины, а дети их догоняют, приносят и кладут в корзину.

«Воробушки и автомобиль»

Цель: упражнять в беге, в разных направлениях, в умении начинать движение и менять его по сигналу, находить своё место.

Описание игры: дети находятся в своих домиках, воспитатель «автомобиль», едет по дороге, как только автомобиль заезжает в гараж «садится на стульчик» дети выбегают из своих домиков, бегают по всей площадке. Когда снова появляется автомобиль на дороге, дети бегут в домики.



«Куры в огороде»

Цель: упражнять в подлезании под шнур высотой 70 см., беге, в приседании, в умении реагировать на сигнал, ориентироваться в пространстве.

Описание игры: дети «куры» находятся на одной стороне площадки в своих домиках; воспитатель «сторож», он сидит на стуле на другой стороне площадки. Когда сторож спит «куры» подлезают под шнур и пробираются в огород, приседают «гребут лапками», «клюют зернышки». Как только сторож замечает «кур», он их прогоняет, хлопая в ладоши, «куры бегут в свои домики».

«Зайка серый умывается» (игра малой средней подвижности)

Цель: приучать слушать слова и выполнять движения в соответствии с содержанием.

Зайка серый умывается, - имитируют движения «умываются».

Видно в гости собирается.

Вымыл носик, - моют носик.

Вымыл хвостик, - моют хвостик.

Вымыл ухо, - моют ушки.

Вытер сухо. - вытираются, скачут на 2х ногах в «гости».



«Поезд» (игра малой подвижности)

Цель: приучать детей ходить друг за другом, в быстром и медленном темпе.

Чух-чух, чух-чух,

Мчится поезд во весь дух.

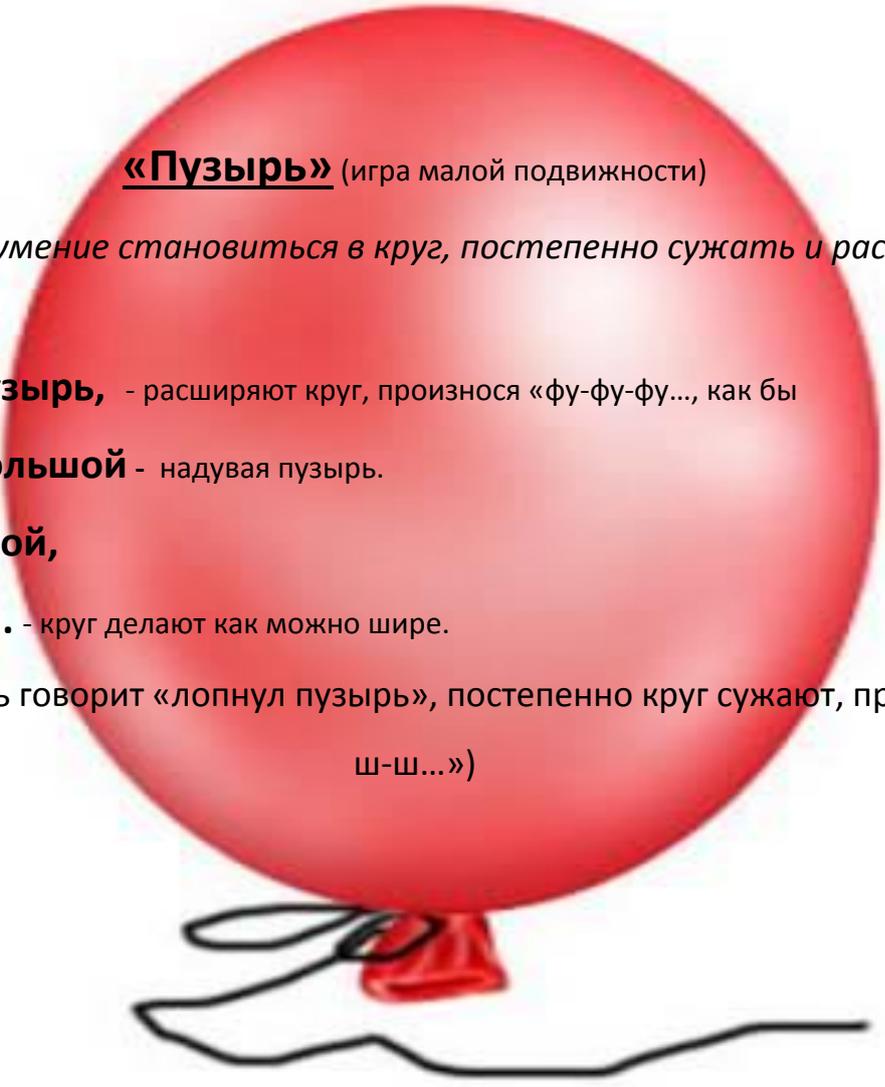
Паровоз пыхтит,

- Тороплюсь! – гудит –

- Тороплюсь, тороплюсь,

- То-ро-плюсь!





«Пузырь» (игра малой подвижности)

Цель: закреплять умение становиться в круг, постепенно сужать и расширять его.

Раздувайся пузырь, - расширяют круг, произноса «фу-фу-фу...», как бы

Раздувайся большой - надувая пузырь.

Оставайся такой,

Да не лопайся. - круг делают как можно шире.

(Когда воспитатель говорит «лопнул пузырь», постепенно круг сужают, произноса «ш-ш-ш-ш...»)

«Погуляем мы с тобой» (игра малой подвижности)

Цель: приучать детей играть дружно, проговаривать текст вместе с воспитателем, выполнять движения в соответствии с текстом.

Погуляем мы с тобой, вместе погуляем. - дети идут по площадке стайкой,

Погуляем мы с тобой, песни распеваем. - руки спрятаны за спину.

Топ-топ веселей, топчите ножкой. - останавливаются, топают ножкой.

Топ-топ веселей, ну, ещё немножко.

Погуляем мы с тобой, вместе погуляем. - идут по площадке, руки за спиной.

Погуляем мы с тобой, песни распеваем.

Хлоп-хлоп веселей, хлопайте в ладоши. - останавливаются, хлопают в ладоши.

Хлоп-хлоп веселей, ну еще немножко.

«Как у воробушка головушка болела»

(Русская народная игра малой подвижности)

Цель: приучать детей выполнять движения в соответствии с содержанием, играть дружно; прививать любовь к устному народному творчеству.

Ой, как у воробушка головушка болела, - дети стоят, врассыпную, руками взявшись

Ой, как болела, ой, как болела. - за голову, качают головой.

Ой, как у воробушка крылышки болели, - поглаживают руки.

Ой, как болели, ой, как болели.

Ой, как у воробушка ноженьки болели, - поглаживают руками ноги.

Ой, как болели, ой, как болели.

Захотелось воробушку поплясать. - выставляют поочерёдно ноги на пятку.

Захотелось воробушку поскакать. - прыгают на 2-х ногах.

- Поплясал, поскакал, и выздоровел. - радуются, поднимают руки вверх.

«У старушки у Маланьи...»

(Русская народная игра малой подвижности)

Цель: приучать детей выполнять движения в соответствии с содержанием, играть дружно; прививать любовь к устному народному творчеству; понимать юмор.

У Маланьи, у старушки, - дети стоят врассыпную, повторяют движения

Жили в маленькой избушке. - вслед за воспитателем.

Семь сыновей, семь дочерей,

И все без бровей, - руками рисуют брови.

С такими глазами, - пальцами делают колечки, прислоняют их к глазам.

С такими ушами, - показывают большие уши.

С такой головой. - руками показывают большую голову.

Не пили, не ели,

Целый день сидели,

Делали вот так: - повторяют движения: хлопают в ладоши; топают ногой, кружатся...



«Мы на луг ходили» (хороводная игра)

Цель: учить водить хоровод, выполнять движения: дудеть в дудку, бить в барабан.

Мы на луг ходили, хоровод водили, - дети идут по кругу, держась за руки, один ребёнок

Вот так на лугу, хоровод водили/2р. - «заяц» - в центре круга.

Задремал на кочке, заяц в холодочке, - присаживается на корточки, руки под щёчку.

Вот так задремал, заяц в холодочке/2р.

Разбудить хотели, в дудочку дудели, - дети имитируют игру на дудке.

Вот так, на лугу в дудочку дудели.

Зайку мы будили, в барабаны били, - имитируют игру на барабанах.

Вот так, на лугу в барабаны били.

Зайка просыпайся, ну-ка поднимайся, - дети подходят, поднимают зайку, все вместе

Вот так, не ленись, веселее покружись/2р. - кружатся.



«Мамины помощники» (хороводная игра)

Цель: учить детей ходить по кругу, взявшись за руки; выполнять движения по тексту; развивать фантазию.

- 1. Мамочка, мамочка мы тебе поможем,** - дети идут по кругу, взявшись за руки.
Сами всё уберём и на место сложим. /2р.
- 2. Веник в руки брали, чисто подметали,** - останавливаются, имитируют движения
Вот так, мы сегодня маме помогали. /2р. - «метут веником».
- 3. Мамочка, мамочка мы тебе поможем,** - иду по кругу, взявшись за руки.
Сами всё уберём и на место сложим. 2р.
- 4. На окне цветочки, мы их поливали,** - имитируют «поливку цветов».
Вот так мы сегодня маме помогали. 2р.
- 5. Мамочка, мамочка, мы тебе поможем,** - дети идут по кругу.
Сами всё уберём и на место сложим. /2р.
- 6. Мы свои платочки в тазике стирали,** - имитируют «стирку»
Вот так мы сегодня маме помогали. /2р.

«На зелёном, на лугу» (хороводная игра)

Цель: учить детей ходить по кругу, взявшись за руки; проговаривать слова вслед за воспитателем, выполнять движения.

На зелёном, на лугу,

Пляшет Машенька в кругу - *идут по кругу, Маша в кругу.*

А мы песенку поём

И в ладоши громко бьём. - *хлопают в ладоши.*

Ой, Машенька, веселей,

Своих ножек не жалей, - *Маша выставляет поочерёдно ноги на пятку.*

Поклонится, не забудь,

Выбирай кого-нибудь. - *кланяется, приглашает ребёнка.*

На зелёном, на лугу,

Заплясали все в кругу, - *все пляшут, в парах руки «лодочкой».*

Все мы пляшем и поём,

И в ладоши громко бьём.

«По дорожке Валя шла» (хороводная игра)

Цель: учить детей играть дружно, развивать творческую фантазию.

По дорожке Валя шла, - дети идут по кругу, взявшись за руки, 1 ребёнок в центре.

Валя тапочки нашла. - ребёнок в центре имитирует «надевание тапок»

Валя тапки примеряла,

Чуть надела захромала. - прихрамывает.

Стала Валя выбирать, - выбирает ребёнка, передаёт ему тапки (воображаемо).

Кому тапочки отдать.

Ванне тапки хороши, - Ваня надевает тапки и все вместе танцуют, руки «лодочкой»

Ты надень и попляши.



«Зайки»

Цель: играть дружно, повторять движения по тексту

Ну-ка, дружно все присели,

Друг на друга поглядели.

Лапками похлопали,

Ножками потопали.

Что у зайцев на макушке?

- Пляшут весело там ушки

Раз подскок, два подскок –

Поскакали все в лесок.



«Мы по комнате гуляли»

- 1. Мы по комнате гуляли и снежки в руках держали
Вот так, еще раз, снежки белые у нас/ 2раза**
- 2. Много снега, много снега, хорошо по снегу бегать
Вот так, еще раз, снежки белые у нас/ 2раза**
- 3. На снежки мы посмотрели, покружиться захотели.
Вот так, еще раз, снежки белые у нас/ 2раза**
- 4. Мы тихонечко присели постучали еле, еле
Вот так, еще раз снежки круглые у нас, 2раза**
- 5. Мы снежки за спинку спрячем и как зайчики поскачем,
Прыг скок, еще раз, вот как весело у нас/ 2раза**

«СНЕЖКИ»

Возьмём снега мы немножко - наклоняются

Снежки слепим мы в ладошках. - лепят снежки в руках.

Дружно ими побрасались - бросают друг в друга

Наши ручки поразмялись.