

Картотека игр малой подвижности с детьми 3-4 лет

Малоподвижная игра – для детей дошкольного возраста являются средством социальной и физиологической адаптации. Вызывает живой интерес, развивает смекалку и сообразительность.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Хочешь с нами поиграть?» № 1

Дети образуют круг, внутри которого находится водящий. По сигналу дети начинают движение по кругу друг за другом, высоко поднимая колени и энергично взмахивая руками. Водящий движется внутри круга в противоположную сторону. Произносят текст:

**Хочешь с нами поиграть?
Быстро нужно называть
Свою любимую игрушку –
Куклу, зайку, погремушку...
Ну-ка, громко, раз, два, три,
Ты игрушку назови.**

По окончании текста дети и водящий останавливаются. Тот ребёнок, напротив которого остановился водящий, называет свою любимую игрушку, а затем становится следующим водящим.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Сегодня маме помогаем» № 2

Дети образуют круг. Водящий в центре круга, в руках он держит мяч, который по очереди кидает детям после произнесённого текста:

**Сегодня маме помогаем,
На стол посуду собираем.
Я буду мячик вам кидать,
А вы – посуду называть.**

Ребенок, поймавший мяч, кидает его обратно ведущему. Одновременно, называя любой вид посуды (чашка, блюдце, ложка, вилка, чайник, кастрюля, сковорода и т.п.).

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Петрушка» № 3

Дети образуют круг. Считалкой выбрать водящего – Петрушку, он встаёт в центр круга.

Произносить следующий текст:

**Я – весёлая игрушка,
А зовут меня – Петрушка!
Я буду делать упражнения,
Вы – повторять за мной движения.**

В это время дети, стоящие в кругу, выполняют «пружинку», руки на поясе. По окончании текста Петрушка, выполняет какие – либо упражнения (наклоны, приседания, прыжки и др.). Дети должны точно повторить показанные

Петрушкой движения. Ребёнок, наиболее точно и правильно выполнивший задание Петрушки, становится новым водящим.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Найдём синичку» № 4

Дети стоят свободно по залу, у воспитателя в руках игрушка – синичка.

**Пойду прятать я синичку –
Очень маленькую птичку.
Быстро глазки закрывайте,
Где синичка – угадайте.**

Дети присаживаются на корточки, закрывают глаза. Воспитатель прячет игрушку.

«Ищите синичку!» - дети идут искать птичку.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Солнце, дождик, ветер» № 5

Дети образуют круг, поворачиваются друг за другом. В центре воспитатель. Дети идут по кругу друг за другом, слушают команды и выполняют движения:

По команде: **«Солнце!»** - идут на носках, руки вверх.

По команде: **«Дождик!»** - останавливаются, складывают руки «домиком» над головой.

По команде: **«Ветер!»** - бегут в медленном темпе по кругу.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Весёлые снежинки» № 6

Дети в рассыпную располагаются на площадке.

**Выпал беленький снежок.
Выходи гулять, дружок!
Метель – вьюга у ворот
Кружит снежинок хоровод.
Полетели, покружились
И на землю опустились.**

Дети кружатся на месте в медленном темпе вправо, влево.

Останавливаются, приседают.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Летает – не летает» № 7

Дети образуют круг, становятся лицом в центр круга, где находится воспитатель. Воспитатель вразбивку произносит названия предметов мебели, животных, птиц, насекомых. Если названный предмет (животное, насекомое, птица) летает, дети поднимаются на носочки, разводят руки в стороны, если не летает – присаживаются на корточки.

Например: бабочка, пчела, стрекоза, ворона, воробей, синица, самолёт, вертолёт...- летают. Стол, стул, машина, мяч...- не летают (присаживаются на корточки).

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Найди цыплёнка» № 8

Дети закрывают глаза, в это время педагог прячет игрушку – цыплёнка. Дети образуют круг. Берутся за руки. Педагог встаёт в круг вместе с детьми. Все вместе, держась за руки, идут по кругу. Произносить текст:

**Вышла мама – курица
Погоулять на улицу.**

**Вышли с ней цыплятки –
Весёлые ребятки.
Вдруг исчез один цыплёнок –
Жёлтый, маленький ребёнок.
Дети, помогите!
Цыплёночка найдите!**

После этих слов дети расходятся по участку, ищут игрушку.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Ровным кругом» № 9

Выбирается водящий. Остальные дети образуют круг, в центр которого он становится. Дети берутся за руки, идут в правую или в левую сторону, произнося текст:

**Ровным кругом
Друг за другом
Мы идём за шагом шаг.
Стой на месте,
Дружно, вместе
Сделаем...вот так.**

Затем дети останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга, опускают руки вниз.

Водящий выполняет какое – либо движение, дети повторяют его. Водящий выбирает того из детей, кто лучше выполнил движение.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Займи место в автобусе» № 10

Дети строятся в колонну по одному, затем присаживаются на корточки – «едут в автобусе». По команде педагога «Остановка» играющие встают и гуляют по площадке.

По команде: «Займи своё место в автобусе!» дети находят своё место в колонне, спокойно подходят к нему, присаживаются на корточки и снова «едут в автобусе».

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Весна на пороге» № 11

Дети становятся в круг, лицом в центр. Внутри посередине очерчивается небольшой кружок. В центре небольшого круга лежит – «снежный шар». В руках у каждого ребёнка по два снежка. Дети шагают на месте.

**Не скучаем, не скучаем,
Дружно мы весну встречаем!
Пусть ещё летает снег
И мороз ещё трещит,
Март стучится у ворот
И весна в окно глядит.
Солнышко лучится,
Зима в ответ злится.
Снежки кидайте,
Зиму прогоняйте.**

После слов педагога дети кидают снежки, стараясь попасть в снежный шар.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Чтобы сильным, ловким быть»

№ 12

Дети становятся в круг, поворачиваются лицом в центр. В центре – водящий. Педагог произносит текст, во время которого дети хлопают в ладоши:

**Чтобы сильным, ловким быть,
Со спортом должен ты дружить.
Все виды спорта должен знать,
Чтобы солдатом смелым стать.**

После слов педагога водящий имитационными движениями показывает какой – либо вид спорта (плавание – гребки руками, футбол – удар по мячу ногой, баскетбол – ведение мяча...Затем внимательно смотрит на движения всех детей и выбирает ребёнка, который выполнял движение лучше всех. Он становится водящим.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Каравай» № 13

Дети образуют круг, в центре круга находится водящий – «каравай». Все берутся за руки, идут по кругу, произносить слова:

**Как на день Восьмое марта
Испекли мы каравай,
Испекли мы каравай.
Мама, мама, принимай
Наш подарок – каравай,
В чашки чай всем наливай!
Чаю с мамой мы попьём,
Танцевать потом пойдём.**

По окончании слов дети ставят руки на пояс, выставляют попеременно на носок и на пятку правую и левую ногу поочередно. Водящий – «каравай» выбирает игрока, который танцует лучше всех. Он – водящий.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Ёлка, берёза, дуб» № 14

Дети строятся в колонну по одному, после слов педагога начинают двигаться по кругу друг за другом:

По дорожке мы идём и деревья узнаём!

По команде: «**Ёлка**» - дети останавливаются, поднимаются, поднимают руки в стороны – вниз;

По команде: «**Берёза**» - дети останавливаются, поднимают руки вверх, слегка покачивают руками вправо – влево;

По команде: «**Рябина**» - прыжком ставят ноги на ширину плеч, руки – в кольцо перед грудью.

Тот из детей, кто ошибся в выполнении команд педагога, отходит в сторону от играющих. Побеждает 2-3 самых внимательных игрока.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Кому дать?» № 15

Дети встают в круг, берутся за руки. В середине круга находится ребёнок с цветком. Дети двигаются в хороводе по кругу, проговаривая текст:

**Встали дети в кружок,
Увидали цветок.
Кому дать, кому дать?
Кому цветок передать?**

Дети останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга. Водящий с цветком в руке указывает на одного из детей, говорит, кому он даёт цветок. Он водящий.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Замри» № 16

Дети свободно передвигаются по залу. По команде: «Замри!» каждый ребёнок должен принять и держать позу, отражающую характерные признаки какой – либо домашней птицы.

Петух – ноги вместе, левая рука поднята вверх, кисть руки – к темени, пальцы широко расставлены – «гребешок»; правая рука – к спине, пальцы руки широко расставлены – «хвост».

Курица – ноги слегка расставлены; наклониться вперёд, голова прямо, руки назад – вверх, крылья подняты.

Утка – присесть на корточки, ладони рук сложить вместе, приложить к носу – клювик утки.

Водящий обходит детей, смотрит на принятые ими позы, выявляет тех, кто шевелится.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Зоопарк» № 17

На площадке очертить 5-6 кружков (клеток). Несколько детей занимают эти кружки. Дети в кружках договариваются, какое из диких животных каждый из них будет изображать (жестами, мимикой, характерными движениями).

Например: медведь, лиса, волк, заяц и т.д.

Все остальные дети идут в зоопарк и отгадывают, какие животные находятся в кружках (в клетках).

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Назови насекомое» № 18

Дети стоят в кругу на некотором расстоянии друг от друга. В центре круга находится ведущий, в руках у него мяч (диаметр 25 см). Ведущий по очереди кидает мяч детям. Дети кидают его обратно, называя любое известное им насекомое (пчела, муравей, кузнечик, шмель, муха, оса, стрекоза, бабочка и т.д.).

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Жмурки с колокольчиком» № 19

Все дети группы, кроме двоих, стоят в кругу, держась за руки. Двое детей стоят внутри круга. У одного из них завязаны глаза, он – «жмурка», у другого к ноге привязан колокольчик. «Жмурки», услышав звон колокольчика, идёт по направлению звона, чтобы поймать товарища, который старается от «жмурки» увернуться. Пара водящих не должна выходить из круга. Когда «жмурка» поймает товарища, игру продолжает следующая пара.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Самый внимательный» № 20

Дети встают рядом в круг, поворачиваясь друг за другом. Рядом с кругом встанет педагог, так чтобы его видели все дети. В руках у него 3 карточки с изображениями: рыбок, камней и водорослей. По сигналу педагога (свисток) дети начинают движение по кругу друг за другом. Педагог поочередно показывает карточки с изображениями:

1. **Рыбки** – медленно бегут по кругу, руками выполняется движение «брасс»;
2. **Камни** – дети приседают, обхватывают колени руками, голову наклоняют к коленям;

3. **Водоросли** – дети останавливаются, поднимают руки вверх, покачивают руками из стороны в сторону.

Тот из детей, кто ошибается в выполнении команды, отходят в сторону. Победителями считаются 1-2 самых внимательных игрока.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Светофор» № 21

Дети образуют круг. Педагог встаёт в его центр. В руках педагога 3 кружка красного, жёлтого и зелёного цвета. По сигналу педагога (свисток) дети начинают движение по кругу друг за другом, наблюдая за действиями педагога. Когда педагог поднимет кружок красного цвета, группа останавливается, жёлтого цвета – шагает на месте, зелёного цвета – дети идут по кругу друг за другом. Если ребёнок ошибся при выполнении задания, он отходит в сторону от играющих. Побеждают 1-2 самых внимательных ребёнка.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Море волнуется» № 22

Дети стоят по кругу. Произносят вслух слова и раскачивают руками вперед-назад. «Море волнуется, раз» Море волнуется, два! Море волнуется, три! Морская фигура, замри!». Дети замирают в разных позах. Взрослый рассматривает фигуры, отмечает наиболее интересные.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Узнай, кто позвал?» № 23

Дети идут по кругу, держась за руки, и произносят хором текст:

«Ты загадку отгадай, кто позвал тебя – узнай!».

В центре – водящий с завязанными глазами. Дети останавливаются, взрослый показывает рукой на кого-либо из них, и они произносят имя водящего. Водящий должен отгадать, кто его позвал (2-3 раза).

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Найди игрушку» № 24

Взрослый заранее прячет игрушку, предлагает детям найти и принести ее.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Круг-кружочек» № 25

Дети идут по кругу, взявшись за руки, и произносят слова:

«Круг-кружочек, аленький цветочек!

Раз, два, три – развернись – ка,

Оля, ты!»

названный ребенок поворачивается спиной в круг, берется за руки. Дети продолжают произносить слова игры.

Как только спиной в круг окажутся 5-6 детей, игра прекращается.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Поиграем!» № 26

Дети стоят свободно около взрослого, выполняют движения по его сигналу. Взрослый напевает слова каждой строчки.

«Пальчик о пальчик тук да тук.

Выполнять команду указательными пальцами.

Весело пляшут пальчики наши.

Руки вверх, вращать кистями («Фонарики»).

Ручками хлоп, да и хлоп, да и хлоп.

Хлопки руками.

Весело хлопают ручки наши.

Ритм убыстряется.

Ножками топ, да и топ, да и топ.

Топать ногами.

Быстро топают ножки наши.

Ритм убыстряется.

Приседай, приседай, еще раз приседай.

Присесть, руки на пояс.

Весело пляшут детки наши.

Повороты на месте вокруг себя».

Игра малой подвижности (3-4 лет): «По ровненькой дорожке» № 27

Дети идут по кругу, взявшись за руки, и выполняют движения в соответствии с текстом.

**«По ровненькой дорожке
Шагают наши ножки.**

Идти по кругу, взявшись за руки.

**Через камушки, через камушки
Перешагивают ножки.**

Поднимать колени вверх.

**По тропинке, по тропинке
Побежали ножки.**

Бег, не отпуская рук.

В ямку – бух!

Остановиться, расцепив руки, присесть на корточки.

Вылезли из ямки.

Игра повторяется, но теперь дети идут в другую сторону.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Холодно – жарко» № 28

Дети садятся в круг в свободных позах. «Подул холодный северный ветер» (дети съежились в комочки).

«Выглянуло яркое солнышко, можно загорать» (дети расслабились, улыбаются, поднимают лицо к солнышку). Для напряжения и расслабления мышц туловища. Повторить 2-3 раза.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Тишина у пруда» № 29

Дети идут друг за другом и говорят:

**«Тишина у пруда
Не колыхается вода.
Не шумите камыши,
Засыпайте малыши».**

На последнее слово останавливаются, приседают, наклоняют голову вниз и закрывают глаза. (10сек)

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Великаны и гномы» № 30

Ходьба в колонне по одному. На сигнал педагога **«Великаны»** дети идут на носочках, подняв руки вверх, затем следует обычная ходьба. На следующий сигнал **«Гномы»** - ходьба в полуприседе, и так в чередовании.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Зимние забавы» № 31

Делать по тексту.

**«Возьмем снега мы немножко,
Снежки слепим мы в ладошках.
Дружно ими побрасались –
Наши руки и размялись.
А теперь пора творить,
Бабу снежную лепить.
Ком за комом покатали,
Друг на друга водрузили.
Сверху третий, малый ком.
Снег стряхнули с рук потом»**

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Что в пакете?» № 32

Дети стоят по кругу. Водящий в центре садится на пятки, кладет руки на пол и ложится лицом на свои руки. Он стал **«пакетом»**. В нем находится сюрприз. Внезапно «пакет» встает на колени, поднимает руки вверх – «пакет открыт». Если он говорит, что в нем котенок – все мяукают, и т.д.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Воздушный шар» № 33

Дети стоят по кругу, взявшись за руки, и выполняют движения в соответствии с текстом и по показу взрослого.

**«Мы в магазин ходили,
Шар себе купили.**

Взявшись за руки, идти по кругу.

Будем шар надувать.

Остановившись, идти маленькими шагами назад (надуваем шар).

**Надувайся шар,
надувайся большой,
Да не лопайся.**

Он летел, летел, летел,

Повернувшись, идти в другую сторону.

За веточку задел и... лопнул!

Остановиться, положить руки на пояс, присесть, произнести: **«ш-ш-ш-ш»**.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Гимнастика» № 34

Дети становятся в круг. Взрослый медленно читает стихотворение, дети выполняют упражнения в соответствии с текстом:

**«Мы топаем ногами,
Мы хлопаем руками,
Киваем головой.
Мы руки поднимаем,
мы руки опускаем,
Мы за руки берем
И бегаем бегом»**

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Пингвины на льдинах» № 35

Дети – «пингвины» стоят свободно по залу. Между ступней у них маленькие пластмассовые кубики. Взрослый произносит слова, а дети выполняют движения в соответствии с текстом.

**«Бело-черные пингвины
Далеко видны на льдинах.
Как они шагают дружно?
Показать вам это нужно.
Оттопырили ладошки
И попрыгали немножко.
А моржа вдруг увидали,
Руки вверх чуть приподняли
И быстрее на льдину зашагали.**

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Деревья и птицы» № 36

Дети выполняют движения в соответствии с текстом. Взрослый произносит текст.

**«Руки подняли и помахали – это деревья в лесу.
Локти согнули, кисти встряхнули –
Ветер сбивает росу.
Плавно руками помашем – это к нам птицы летят,
Как они сядут – покажем;
Крылья сложили назад**

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Скажи и покажи» № 37

Дети стоят перед взрослым, произнося слова «Вот так!» и показывают движения в соответствии с текстом, который произносит взрослый.

**«Как живешь?
Вот так!»** Показывают большой палец.
**Как плывешь?
Вот так!»** Имитируют движение.
**Как идешь?
Вот так!»** Ходьба на месте.
**Вдаль глядишь?
Вот так.** Приставляют ладонь ко лбу.
**Машешь в след.
Вот так!»** Машут кистью руки.
**Как шалишь?
Вот так!»** Ударяют кулачками по надутым щекам.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Все спортом занимаются» № 38

Дети стоят произвольно по всему залу и выполняют движения в соответствии с текстом.

«Скачет лягушонок:

Руки согнуть в локтях, наклоны в стороны.

Ква-ква-ква!

Сжимать – разжимать пальцы в кулак.

Плавает утенок:

Имитировать плавание.

Кря-кря-кря!

Сжимать и разжимать прямые пальцы рук.

Все вокруг стараются,

Одна рука вверх, другая вниз.

Спортом занимаются.

Менять положение рук.

Быстрая синица: тюр-лю-лю!

Махи руками, как птица крыльями,

В воздухе кружится: тюр-лю-лю!

Соединив ладони перед собой, присесть.

Все вокруг стараются,

Одна рука вверх, другая вниз.

Спортом занимаются.

Менять положение рук.

Маленький бельчонок:

Скок-скок-скок!

Прыжки вверх.

С веточки на веточку:

прыг-скок-скок!

Прыжки на месте вперед-назад.

Все вокруг стараются,

Одна рука вверх, другая вниз.

Спортом занимаются.

Менять положение рук.

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Едет-едет паровоз» № 39

Дети становятся друг за другом, согнув руки в локтях – они вагончики поезда, и выполняют движения. Взрослый становится впереди детей и произносит слова.

«Едет-едет паровоз

Ходьба друг за другом. С выпрямлением согнутых в локтях рук.

***Две трубы и сто колес
Машинистом рыжий пес.
Ту-ту-ту-ту-ту!»***

Игра малой подвижности (3-4 лет): «Парк аттракционов» № 40

Дети стоят парами по всему залу и выполняют движения в соответствии с текстом.

***«Мы на карусели сели,
Завертелись карусели.***

Держась за руки, кружиться.

***Пересели на качели.
То вниз, то вверх летели.***

Держась за руки: один игрок стоит, другой приседает.

***А теперь с тобой вдвоем
Мы на лодочке плывем.***

Держаться за руки, качаться: вправо-влево, вперед-назад.

**Мы на берег выйдем с лодки,
И поскачем по лужайке,
Будто зайки, будто зайки.**

Прыжки на двух ногах».

**Игра малой подвижности (3-4 лет): «Бабушка Маланья» № 41
«У Маланьи, у старушки**

Хлопать в ладоши.

Жили в маленькой избушке

Сложить руки углом, показывая «избушку»

Семь сыновей,

Сгибать и разгибать пальцы рук.

Все без бровей,

Очертить брови пальцами, как бы продавливая их.

Вот с такими ушами,

Ладони с растопыренными пальцами поднести к ушам.

Вот с такими носами,

Показать длинный нос, поставив ладони, с растопыренными пальцами друг за другом.

Вот с такой головой,

Соединить поднятые руки вверху, вокруг головы.

Вот с такой бородой!

Показать руками большую бороду.

Они не пили, они не ели.

Одной рукой поднести ко рту «чашку», другой – «ложку»

На Маланью все глядели

Держа руки у глаз, похлопать пальцами, как ресницами.

И все делают вот так...

Дети повторяют упражнение, показанное бабушкой Маланьей.