

# **Картотека подвижных игр для детей 3 - 4 лет.**

## **«Ровным кругом».**

**Цель:** Учить детей согласовывать свои действия с действиями своих товарищней, развивать находчивость, фантазию.

### **Ход игры.**

Дети, взявшись за руки, ритмично идут по кругу, говоря:

«Ровным кругом

Друг за другом

Мы идем за шагом шаг.

Стой на месте!

Дружно вместе

Сделаем вот так!»

С окончанием слов останавливаются и повторяют движение, которое показывает воспитатель, например: повернуться, наклониться, присесть.

**Правила:** ритмично идти по кругу, сохраняя интервал; не заходить в круг.

## **«Огурчик»**

**Цель:** укреплять мышцы ног, формировать чувство ритма.

### **Ход игры.**

На одной стороне – воспитатель (ловушка, а на другой – дети. Они приближаются к воспитателю прыжками на двух ногах. Воспитатель говорит:

«Огуречик, огуречик,

Не ходи на тот кончик.

Там мышка живет,

Тебе хвостик отгрызет».

С окончанием слов дети разбегаются, водящий ловит.

**Правила:** бежать по окончании произнесения слов; водящий ловит до установленного места.

## **«Пчелы».**

**Цель:** развивать быстроту, ловкость, внимание, память.

## **Ход игры.**

Выбирается ребенок – «цветок». Дети делятся на две группы: «Сторожа» и «Пчелы». «Сторожа», взявшись за руки, ходят вокруг «Цветка» и говорят:

Пчелки яровые,  
Крылья золотые,  
Что вы сидите,  
В поле не летите?  
Аль вас дождичком сечет,  
Аль вас солнышком печет?  
Летите за горы высокие,  
За леса зеленые-  
На кругленький лужок,  
На лазоревый цветок.

«Пчелы» стараются забежать в круг, а «сторожа», то поднимая, то опуская руки, мешают им. Как только одной из «пчел» удастся проникнуть в круг и коснуться «цветка», «сторожа», не сумевшие уберечь «Цветок», разбегаются. «Пчелы» бегут за ними, стараясь «ужалить» - коснуться рукой.

## **«Мыши и кот».**

Цель: развитие координации движений.

## **Ход игры.**

Дети — мышки на одной стороне площадки, кот – воспитатель - на другой. Кот засыпает, мышки бегают по площадке. Кот просыпается, мяукает и начинает ловить мышей. Они убегают. Когда игра усвоена, роль кота исполняет ребенок.

Вышли мышки как-то раз  
Посмотреть который час.  
Мышки дернули за гири.  
Вдруг раздался страшный звон,  
Побежали мышки вон!

Усложнение: мышки подлезают под натянутой веревкой.

## **«Мыши водят хоровод»**

Цель: развивать двигательную активность.

### **Ход игры.**

Перед началом игры необходимо выбрать водящего — «кота». Кот выбирает себе «печку» (ею может послужить скамейка или стул, садится на нее и закрывает глаза. Все остальные участники берутся за руки и начинают водить хоровод вокруг кота со словами:

Мыши водят хоровод,  
На печи дремлет кот.  
Тише мыши, не шумите,  
Кота Ваську не будите,  
Вот проснется Васька кот —  
Разобьет наш хоровод!»

Во время произнесения последних слов кот потягивается, открывает глаза и начинает гоняться за мышами. Пойманный участник становится котом, и игра начинается сначала.

### **«Солнышко и дождик»**

Цель: научить **детей** находить свое место в игре, ориентироваться в пространстве, развивать умение выполнять действия по сигналу воспитателя.

### **Ход игры:**

Дети сидят на стульчиках. Стульчики — это их «дом». После слов воспитателя: «Какая хорошая погода, идите гулять!», ребята встают и начинают двигаться в произвольном направлении. Как только педагог скажет: «Дождь пошел, бегите домой!», дети должны прибежать к стульям и занять свое место. Воспитатель приговаривает «Кап – кап – кап!». Постепенно дождь утихает и воспитатель говорит: «Идите гулять. Дождь кончился!».

### **"Воробушки и кот"**

Цель: учить **детей** **мягко спрыгивать**, сгибая ноги в коленях, бегать, увертываться от водящего, убегать, находить свое место.

### **Ход игры.**

На земле нарисованы круги — «гнездышки». Дети — «воробушки» сидят в своих «гнездышках» на одной стороне площадки. На другой стороне площадки расположился «кот». Как только «кот» задремлет, «воробушки» вылетают на дорогу, перелетают с места на место, ищут крошки, зернышки. «Кот» просыпается, мяукает, бежит за воробушками, которые должны улететь в свои гнезда.

Сначала роль «кота» выполняет воспитатель, потом — кто-нибудь из детей.

### **«Воробушки и автомобиль»**

**Цель:** приучить детей бегать в разных направлениях, начинать движение или менять его по сигналу ведущего, находить свое место.

### **Ход игры.**

Дети — «воробушки», сидят в своих «гнездышках» (на скамейке). Воспитатель изображает «автомобиль». Как только воспитатель произнесет: «Полетели воробушки на дорожку», дети поднимаются со скамейки и начинают бегать по площадке. По сигналу воспитателя: «Автомобиль едет, летите воробушки в свои гнездышки!» — «автомобиль» выезжает из «гаража», а дети должны вернуться в «гнезда» (сесть на скамейку). «Автомобиль» возвращается в «гараж».

### **«По ровненькой дорожке»**

**Цель:** развивать у детей умение двигаться ритмично, согласовывать движения со словами, находить свое место, упражнять в ходьбе, в прыжках, в приседании, в беге.

### **Ход игры.**

Дети свободно группируются или строятся в колонну и идут гулять. Воспитатель ритмично, в определенном темпе произносит следующий текст:

По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке

Шагают наши ножки.

Раз-два, раз-два,

По камешкам, по камешкам,

По камешкам, по камешкам.

В яму - бух!

При словах "По ровненькой дорожке" дети идут шагом. Когда воспитатель говорит: "По камешкам, по камешкам" - они прыгают на двух ногах, слегка продвигаясь вперед. На слова "В яму - бух!" присаживаются на корточки. "Вылезли из ямы", - говорит воспитатель, и дети поднимаются. Воспитатель снова повторяет стихотворение. После нескольких повторений он произносит другой текст:

По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке.

Устали наши ножки,

Устали наши ножки.

Вот наш дом -

Здесь мы живем.

По окончании текста малыши бегут в дом (заранее договариваются, где будет дом - на скамейке, за проведенной чертой и т. д.).

Указания. Движения можно разнообразить, но они должны соответствовать тексту стихотворения (например, перепрыгивать по камешкам с одной ноги на другую или на одной ноге и т. п.). Воспитатель произвольно удлиняет или укорачивает двигательное задание, повторяя каждую строчку стихотворения большее или меньшее число раз.

## **«У медведя во бору»**

Цель: развивать скорость реакции на словесный сигнал, упражнять детей в беге, развивать внимание.

### **Ход игры.**

Среди участников выбирают одного водящего, который будет «медведем». На игровой площадке начертить два круга. Первый круг — берлога медведя, второй круг — дом для остальных участников игры. Начинается игра с того, что дети выходят из дома со словами:

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»).

«Через ручеек»

Цель: научить правильно прыгать, ходить по узенькой дорожке, держать равновесие.

### **Ход игры.**

На площадке чертятся две линии на расстоянии 1,5 — 2метра одна от другой. На этом расстоянии рисуются камешки на определенном расстоянии друг от друга.

Играющие стоят у черты — на берегу ручейка, они должны перейти (перепрыгнуть) его по камешкам, не намочив ног. Те, кто оступился — намочил ноги, идут сушить их на солнышко — садятся на скамейку. Затем снова включаются в игру.

## **«Птички и кошка»**

Цель: учить соблюдать правила игры. Реагировать на сигнал.

### **Ход игры.**

Для игры понадобятся маска кошки и птичек, начерченный большой круг.

Дети встают по кругу с внешней стороны. Один ребенок становится в центре круга (кошка, засыпает) закрывает глаза, а птички впрыгивают в круг и летают там, клюют зерна. Кошка просыпается и начинает ловить птиц, а они убегают за круг.

## **«Найди себе пару»**

Цель: развивать у детей умение выполнять действия по сигналу, быстро строиться в пары.

### **Ход игры.**

Участники стоят вдоль стены. Каждый из них получает по флагжку. Как только воспитатель подаст знак, дети разбегаются по площадке. После команды «Найди себе пару», участники, имеющие флагжки одинакового цвета, объединяются в пары. В игре должно участвовать нечетное количество детей и в конце игры один остается без пары.

## **«Самолётики»**

Цель: учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; приучать их внимательно слушать сигнал и начинать движение по словесному сигналу.

### **Ход игры.**

Ведущий разделяет детей на две команды: одни - самолетики, другие - туча.

Рисуется большой круг. Это аэродром.

Ведущий говорит:

Самолетики летят

И на землю не хотят.

В небе весело несутся,

Но друг с другом не столкнутся.

Самолетики, которых изображают дети, расставив руки в стороны, начинают летать за пределами круга. Ведущий говорит:

Вдруг летит большая туча,

Стало все темно вокруг.

Самолетики - в свой круг!

При этих словах те, кто изображает тучу, пытаются поймать самолетики. Кто успел залететь на аэродром, тот спасен. Кого поймали - становится тучей. Игра продолжается до тех пор, пока не останется 1 самолетик. Он и является победителем.

## **«Кошка и Мышки»**

Цель: учить детей имитировать звуки, бегать тихо, как мышки.

### **Ход игры.**

Воспитатель объясняет, что по одну сторону шнура будет домик мышек – норка. По другую сторону от шнура (*на расстоянии 2-2, 5м*) на скамеечке сидит кошка. Раздает всем детям эмблемки и приглашает «мышек» в норку. Воспитатель медленно произносит:

На скамейке у дорожки

Улеглась и дремлет кошка. («Мышки» бегают, пищат.)

Кошка глазки открывает

И мышат всех догоняет:

Мяу! Мяу! («Мышки» прячутся в норку.)

Воспитатель берет игрушку – кошку и догоняет детей. Игра повторяется 2-3 раза.

### **«Птица и птенчики»**

Цель: упражнять детей действовать по сигналу, выполнять бег и ходьбу врассыпную, использовать всю площадь зала.

#### **Ход игры.**

Воспитатель приглашает детей играть и объясняет:

— Я буду птица, а вы — мои птенчики.

Она чертит большой круг.

— Вот какое большое у птицы гнездо! Заходите в него!

Дети входят в круг и присаживаются на карточки. Воспитатель дает сигнал «*полетели, полетели за кормом!*». «Птенцы» выпрыгивают из гнезда и летают по всей комнате, «птица-мать» (воспитатель) летает вместе с ними. Затем она говорит «*полетели домой*». «Птенцы» летят домой.

Игра повторяется несколько раз по усмотрению воспитателя.

### **«Не боимся мы кота»**

Цель: упражнять детей действовать в соответствии с текстом стихотворения, выполнять ходьбу, бег врассыпную, использовать всю площадь зала.

#### **Ход игры.**

Выбирает водящий - он будет котом, все остальные участники мыши.

Кот садится на пол и спит. Ведущий говорит:

Мышки, мышки, выходите,

Порезвитесь, попляшите,

Выходите поскорей,

Спит усатый кот-злодей!

Мышки окружают кота и начинают приплясывать со словами:

Тра-та-та, тра-та-та,

Не боимся мы кота!

По сигналу ведущего: "проснулся кот!" - мыши убегают в свой домик, а кот пытается их поймать. Те, кого кот запягивает (коснется рукой, становится его добычей).

По второму сигналу ведущего: "Уснул кот!" – играющие, вновь подходят к водящему, который вернулся на свое место и спит, и снова поют песенку мышей.

После трех выходов кота на охоту его сменяет новый водящий.

### **«Мы топаем ногами»**

**Цель:** упражнять детей действовать в соответствии с текстом стихотворения, выполнять бег по кругу.

#### **Ход игры.**

Играющие, становятся в круг на таком расстоянии друг от друга, чтобы при движении не задевать соседей. Воспитатель вместе с детьми произносит текст медленно, с расстановкой, давая детям возможность сделать то, о чем говорится в стихотворении:

Мы топаем ногами,

Мы хлопаем руками,

Киваем головой,

Мы руки поднимаем,

Мы руки опускаем,

Мы руки подаем.

С этими словами дети дают руки друг другу, образуя круг. Далее они продолжают:

И бегаем кругом,

И бегаем кругом.

Через некоторое время воспитатель говорит: «Стой». Все останавливаются. Затем игра повторяется.

### **«Заинька»**

#### **(игра с пением, слова и музыка народные)**

**Цель:** приучать детей слушать текст и выполнять движения с текстом; учить их подпрыгивать на двух ногах, хлопать в ладоши; доставить детям радость.

#### **Ход игры.**

Дети вместе с воспитателем становятся в круг. Воспитатель поет песенку и показывает детям движения.

Заинька, топни ножкой,

Серенький, топни ножкой,

Вот так, этак топни ножкой!

Вот так, этак топни ножкой!

Дети топают ножкой, руки на поясе.

Заинька, бей в ладоши,

Серенький, бей в ладоши,

Вот так, этак бей в ладоши! (2 раза)

Дети хлопают в ладоши.

Заинька, повернись,

Серенький, повернись,

Вот так, этак повернись! (2 раза)

Дети поворачиваются 1-2 раза. Руки на поясе.

Заинька, попляши

Серенький, попляши,

Вот так, этак попляши! (2 раза)

Дети подпрыгивают на двух ногах.

Заинька, поклонись,

Серенький, поклонись,

Вот так, этак поклонись! (2 раза)

Дети наклоняются, разводя руки в стороны.

**Указания.** Количество куплетов песенки можно сокращать, особенно на первых порах. Вначале можно взять только первый, второй, четвертый куплеты. При повторении можно исполнять все куплеты. Кроме того, когда малыши будут хорошо знать содержание песенки, можно выбрать ребенка-заиньку, который становится в середину круга и выполняет все движения по тексту песни. На роль заиньки выбирают более смелого и активного малыша, который не будет смущаться, выполняя движения. При следующем водящем можно добавить еще один куплет:

Заинька, выбирай,

Серенький, выбирай,

Вот так, этак выбирай! (2 раза)

Ребенок выбирает другого заиньку, и игра повторяется. Песню воспитатель должен петь так, чтобы пение соответствовало темпу движений детей.

## «Поезд»

Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по звуковому сигналу, закреплять навык построения в колонну. Упражнять в ходьбе, беге друг за другом.

### Ход игры.

Дети строятся в колонну по одной стороне площадки. Первый – паровоз, остальные вагоны. Воспитатель дает гудок, дети начинают двигаться вперед (без сцепления). В начале медленно, затем – быстрее, постепенно переходя на бег, произносят «Чу – чу – чу!». «Поезд подъезжает к станции» - говорит воспитатель. Дети постепенно замедляют темп и останавливаются. Воспитатель вновь дает гудок, движения поезда возобновляются.

Правила: двигаться можно только после гудка, т. е. по сигналу воспитателя.

Варианты: Ввести остановку. Дети выбегают на полянку. Собирают «грибы и ягоды», танцуют.

## «Перепрыгнем через ручеек»

Цель: учить детей прыжкам, развивать мышцы ног, ловкость движений.

### Ход игры.

На площадке рисуется ручеек, с одного конца узкий, а дальше все шире и шире (от 10 до 40 см).

Группке детей предлагается перепрыгивать через ручеек вначале там, где он узкий, а затем там, где он шире, и, наконец, где самый широкий. Воспитатель отмечает тех, кто сумел перепрыгнуть ручеек в самом широком месте.

## «Лохматый пес»

Цель: упражнять детей действовать в соответствии с текстом стихотворения, выполнять ходьбу, бег врассыпную, использовать всю площадь зала.

### Ход игры.

Один из детей изображает пса. Он ложится на пол, положив голову на протянутые вперед руки. Остальные малыши гурьбой тихонько подходят к нему под чтение стихов:

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.

Дети начинают будить пса, наклоняются к нему, произносят его кличку, хлопают в ладоши, машут. Пес вскакивает и громко лает. Дети разбегаются. Пес гонится за ним, старается схватить кого-нибудь. Когда все разбегутся и спрячутся, пес опять ложится на землю, и игра возобновляется. Игра повторяется 3-4 раза.

## **«Зайцы и волк»**

**Цель:** развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле.

### **Ход игры.**

Играющие, изображают зайцев, кто-то из детей - волк. На одной стороне площадки зайцы отмечают себе домики. Волк прячется на противоположной стороне - в овраге.

**Воспитатель произносит:**

Зайки скачут скок, скок, скок

На зеленый на лужок,

Травку щиплют, слушают,

Не идет ли волк.

В соответствии с текстом зайцы выпрыгивают из домиков, разбегаются по площадке, то прыгают на двух ногах, то присаживаются и щиплют травку. Как только воспитатель произнесет слово "волк", волк выскакивает из оврага и бежит за зайцами, стараясь поймать их (коснуться). Зайцы убегают в свои домики, где волк их уже не может ловить. Пойманых зверюшек волк уводит к себе в овраг. Игра возобновляется. В зависимости от предварительной договоренности, после того как волк поймает 2-3 зайца, на роль волка выбирается другой ребенок. Игра повторяется 3-4- раза.

**Указания.** Каждый заяц занимает только свой домик. У зайцев может быть и общий дом.