

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 9

КАРТОТЕКА ПОДВИЖНЫХ ИГР
для дошкольников
(3-4 лет)

Инструктор по физической культуре:
Н.А.Новоточина

Узловский район
2019

Подвижные игры для детей 3-4 лет

1. «ПУЗЫРЬ»
2. «ВОРОБУШКИ И КОТ»
3. «НАСЕДКА И ЦЫПЛЯТА»
4. "ЛЯГУШКИ"
5. "ШИРЕ ШАГАЙ"
6. "СОЛНЫШКО И ДОЖДИК"
7. «МЫШИ И КОТ»
8. «ПОЕЗД»
9. «ПТИЧКИ В ГНЕЗДЫШКАХ»
- 10.«ЛОХМАТЫЙ ПЕС»
- 11.«ВОРОБУШКИ И КОТ»
- 12.«ОГУРЕЧИК»
- 13.«МЫШИ И КОТ»
- 14.«НАЙДИ СВОЙ ЦВЕТ»
- 15.«НАЙДИ СЕБЕ ПАРУ»
- 16.«ТРАМВАЙ»
- 17.«ЛОШАДКИ»
- 18.«У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ»
- 19.«КОННИКИ»
- 20.«ТАКСИ»
- 21.«ЗАЙЦЫ И ВОЛК»
- 22.«КРОЛИКИ»
- 23.«НЕ ОПАЗДЫВАЙ»
- 24.« КУРЫ В ОГОРОДЕ»

«ПУЗЫРЬ»

Цель: научить детей становиться в круг, делать его, то шире, то уже, приучать их согласовывать свои движения с произносимыми словами.

Дети стоят вплотную по кругу, взявшись за руки. Вместе с воспитателем они говорят:

Раздувайся, пузырь,

Раздувайся большой,

Оставайся такой,

Да не лопайся.

Произнося стихи, дети постепенно расширяют круг.

Он летел, летел, летел

И на ветку налетел.

Пш-ш-ш, и лопнул!

После последних слов все дети опускают руки и присаживаются на корточки.

Педагог предлагает надуть новый пузырь: дети встают, снова образуют маленький круг, игра возобновляется.

Вариант игры:

После слов «Да не лопайся» педагог говорит: «Полетели пузыри». Дети разбегаются, врассыпную (в пределах площадки), а педагог говорит: «Полетели, полетели, полетели!..»

В этом варианте игру можно повторить 3—4 раза.

"НАСЕДКА И ЦЫПЛЯТА"

Цель: учить детей подлезать под верёвку, не задевая её, увёртываться от водящего, быть осторожным и внимательным; приучать их действовать по сигналу, не

«ВОРОБУШКИ И КОТ»

Цель: учить детей мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убегать, находить свое место, приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарище

Дети стоят вдоль стен комнаты на скамеечках, на больших кубиках или в обручах, положенных на пол. Это — «воробышки на крыше» или в «гнездышках». Поодаль сидит «кошка», роль которой исполняет один из детей. Педагог говорит: «Воробышки полетели». Воробышки спрыгивают с крыши или выпрыгивают из гнездышка и, расправив крылья, бегают врассыпную по всей комнате. Кошка тем временем спит. Но вот она просыпается, произносит «мяу-мяу» и бежит догонять воробышков, которые должны спрятаться от нее на крыше или в гнездышках, заняв свои места. Пойманных воробышков кошка отводит к себе «в дом».

"ЛЯГУШКИ"

Цель: приучать детей слушать текст и выполнять движения с текстом; учить их подпрыгивать, хлопать в ладоши, убегать, услышав последние слова текста; доставить детям

<p>толкать других детей, помогать им. Дети изображают «цыплят», педагог — «наседку». На одной стороне площадки огорожено веревкой место — «дом», где помещаются цыплята с наседкой (веревка натягивается между деревьями или двумя стойками на высоте 40—50 см). Наседка переступает через веревку и отправляется на поиски корма. Через некоторое время она зовет цыплят: «Ко-ко-ко-ко». По этому сигналу все цыплята перелезают через веревку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют по площадке. Когда педагог говорит «большая птица», все цыплята бегут домой. Педагог говорит «большая птица» только после того, как все дети перешагнули через веревку и немного побегали по площадке.</p>	<p>радость. Посередине площадки чертят большой круг или кладут толстый шнур в форме круга. Группка детей располагается по краю круга, остальные садятся на стулья, расставленные по одной стороне площадки. Вместе с детьми, сидящими на стульях, педагог говорит следующие стихи: Вот лягушки по дорожке Скачут, вытянувши ножки, Ква-ква-ква, ква-ква-ква, Скачут, вытянувши ножки. Дети, стоящие по кругу, подпрыгивают, изображая «лягушек». По окончании стихотворения дети, сидящие на стульях, хлопают в ладоши (пугают лягушек); лягушки прыгают в «болотце» — перепрыгивают через черту — и тихонько присаживаются на корточки. При повторении игры роли меняются.</p>
<p>"ШИРЕ ШАГАЙ" Цель: упражнять в ходьбе по ограниченной площади, прыжке, приучать действовать по сигналу На площадке в 2—3 ряда раскладываются обручи (пластмассовые или плоские из фанеры диаметром 60 см), в каждом ряду 5—6 обручей. 2—3 детей по сигналу шагают из обруча в обруч. Дойдя до конца, подпрыгивают, хлопают в ладоши и возвращаются. Правила: идти с промежуточным шагом в обруче, но, не выходя за его края, не задевать за обручи.</p>	<p>"СОЛНЫШКО И ДОЖДИК" Цель: учить детей ходить и бегать в рассыпную, не наталкиваясь друг на друга, приучать их действовать по сигналу воспитателя Дети встают по кругу. Смотрит солнышко в окошко, Светит в нашу комнатку. Идут по кругу. Мы захлопаем в ладоши, Очень рады солнышку. Хлопают стоя на месте. Топ-топ-топ-топ! Топ-топ-топ-топ! Ритмично</p>

	<p>притопывают на месте. Хлоп-хлоп-хлоп-хлоп! Хлоп-хлоп-хлоп</p> <p style="text-align: right;">Ритмично</p> <p>хлопают в ладоши, На сигнал «Дождь идет, скорей домой!» дети убегают. Затем педагог говорит: «Солнышко светит!», - игра повторяется.</p>
<p>«МЫШИ И КОТ»</p> <p>Цель: приучать детей бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга; ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя.</p> <p>Дети-«мышки» сидят в «норках» - на стульчиках или скамейке, поставленной вдоль одной стены комнаты, или по сторонам площадки; в одном из углов площадки сидит «кошка», роль которой исполняет педагог. Кошка засыпает, и только тогда мышки разбегаются по комнате. Но вот кошка просыпается, мяукает и начинает ловить мышат, которые бегут в свои норки и занимают свои места на стульчиках. После того как все мышки вернулись на свои места, кошка еще раз проходит по комнате, а затем возвращается на свое место, засыпает и игра повторяется.</p>	<p>«ПОЕЗД»</p> <p>Цель: учить детей ходить и бегать в колонне по одному, ускорять и замедлять движение, делать остановки по сигналу; приучать детей находить своё место в колонне, не толкать товарищей, быть внимательными.</p> <p>Дети стоят в колонне по одному по одной стороне площадки или вдоль стены комнаты. Первый стоящий в колонне - «паровоз», остальные «вагоны». Педагог дает гудок, и дети начинают двигаться вперед; вначале медленно, затем быстрее и наконец переходят на бег (при медленном движении могут произносить звук «чу-чу-чу»). «Поезд подъезжает к станции», - говорит педагог. Дети постепенно замедляют темп и останавливаются.</p> <p>Педагог регулирует темп, направление и продолжительность движения детей.</p> <p>Первое время педагог сам ведет колонну, а затем ставит впереди более активного ребенка.</p>
<p>«ПТИЧКИ В ГНЕЗДЫШКАХ»</p> <p>Цель: учить детей ходить и бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.</p>	<p>«ЛОХМАТЫЙ ПЕС»</p> <p>Цель: учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения, бегать, стараясь не попадаться ловящему и не толкаясь.</p>

В разных концах площадки или сторон комнаты устанавливается 3-4 «гнезда» (можно поставить стульчики, положить обручи или начертить большие круги). Дети-«птицы» размещаются в гнездах. По сигналу педагога птицы вылетают из своих гнезд и разлетаются по всей площадке. Педагог «кормит» птиц то на одной, то на другой стороне площадки. Дети присаживаются на корточки, ударяя кончиками пальцев по коленям (клюют корм). После слов педагога «Птицы в гнезда!» дети бегут на свои места.

«ВОРОБУШКИ И КОТ»

Цель: учить детей мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убежать, находить свое место, приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

Дети стоят вдоль стен на скамеечках, на больших кубах или в обручах, положенных на пол. Это - «воробушки на крыше» или «в гнездышках». Поодаль сидит «кошка», роль которой исполняет один из детей. «Воробушки полетели», - говорит педагог. Воробушки спрыгивают с крыши или выпрыгивают из гнезда и, расправив крылья, т. е. вытянув руки в стороны, бегают в рассыпную по комнате. Кошка тем временем спит. Но вот она просыпается, произносит: «Мяу-мяу!» и бежит догонять воробушков, которые должны спрятаться от неё на крыше или гнездышках, заняв

Один из детей изображает «пса». Остальные дети тихонько подходят к нему, шепотом проговаривая слова:

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.

Пес вскакивает, начинает лаять - дети разбегаются. Пес пытается их догнать. Когда все дети разбегаются и прячутся, пес опять ложится на коврик. Игра повторяется с новым водящим.

«ОГУРЕЧИК»

Цель: учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения, бегать, стараясь не попадаться ловящему и не толкаясь.

В одном конце площадке – педагог-«ловишка», в другом дети. Дети приближаются к ловишке прыжками на двух ногах проговаривая слова:

Огуречик, огуречик,
Не ходи на тот кончик:

Там мышка живет,
Тебе хвостик отгрызет.

По окончанию слов дети убегают на свои места, ловишка их ловит.

<p>свои места. Поймав воробушков, кошка отводит их к себе в дом.</p>	
<p>«НАЙДИ СВОЙ ЦВЕТ» Цель: учить детей быстро действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать ловкость Дети получают флажки 3-4 цветов: одни - красного, другие – синего, третьи – желтого, и группируются по 4-6 человек в разных углах комнаты. В каждом углу педагог ставит на подставке цветной флажок (красный, синий, желтый). По сигналу педагога «Идем гулять!» дети расходятся по площадке группками или в одиночку. По сигналу педагога «Найди свой цвет!» дети бегут к флажку соответствующего цвета.</p>	<p>«НАЙДИ СЕБЕ ПАРУ» Цель: учить детей быстро действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать ловкость Для игры нужно приготовить флажки по количеству детей. Половина флажков одного цвета – остальные другого. Дети получают по одному флажку. По сигналу педагога дети разбегаются по площадке. По другому сигналу дети, имеющие одинаковые флажки, находят себе пару. В игре должно принимать нечетное количество детей, чтобы один из играющих оставался без пары. Обращаясь к оставшемуся без пары, все играющие хором говорят: Ваня, Ваня, не зевай себе пару выбирай. Затем по удару бубна дети опять разбегаются, игра повторяется.</p>
<p>«ТРАМВАЙ» Цель: учить детей двигаться парами, согласовывая свои движения с движениями других играющих; учить их распознавать цвета и в соответствии с ними менять движение Дети стоят вдоль стены комнаты или стороны площадке в колонне парами, держа друг друга за руку. Свободной рукой они держат шнур, концы которого связаны (один держит правой рукой другой левой). Педагог находится в одном из углов комнаты и держит в руке три цветных флага (круга, карточки) – желтый, красный, зеленый. Воспитатель поднимает флаг зеленого цвета, и дети бегут,</p>	<p>«ЛОШАДКИ» Цель: приучать детей двигаться вдвоём один за другим, согласовывая движения, не подталкивать бегущего впереди, даже если он двигается не очень быстро. Дети становятся парами. В паре один – «лошадка». Другой – «возчик». Используются вожжи, или дети держат друг друга за пояс. Воспитатель говорит: Поехали, поехали, с орехами, с орехами К дедке по репку, по пареньку, по сладеньки, по горбатеньки. С окончанием текста дети продолжают бежать в том же ритме под проговаривание педагога: «Гоп, гоп», бегут до</p>

<p>трамвай двигается. Добежав до педагога, дети смотрят, не сменился ли цвет флага: если поднят зеленый, движение продолжается, если появился желтый или красный флаг, дети останавливаются и ждут, когда появится зеленый цвет, чтобы можно было снова двигаться.</p>	<p>тех пор, пока воспитатель не скажет: «Тпру- у».</p>
<p>«У МЕДВЕДЯ ВО БОРУ» Цель: развитие у детей скорости реакции на словесный сигнал, развитие внимания; упражнять детей в беге. На одном конце площадки проводится черта. Это опушка леса. За чертой, на расстоянии 3-2 шагов от нее, очерчивается место для медведя. На противоположной стороне обозначается линией «дом детей». Педагог считалкой выбирает медведя. Педагог говорит: «Идем гулять». Дети идут и говорят слова: У медведя во бору Грибы, ягоды бегу, А медведь не спит, Все на нас рычит. Медведь должен сидеть на своем месте. Когда играющие произносят последнее «рычит», медведь с рычанием встает и догоняет детей, которые бегут к себе «домой». Пойманного, медведь ведет к себе. После того как медведь поймает 3-2, выбирается новый медведь.</p>	<p>«КОННИКИ» Цель: приучать детей бегать, не наталкиваясь друг на друга, ускорять или замедлять движения, ориентироваться в пространстве. Группа детей становится у одного края площадки. Педагог дает каждому палку длиной 50-60 см. Дети садятся на палку верхом и скачут на противоположную сторону площадки, изображая конников, стараясь не наталкиваться друг на друга, и не задевать предметы, оборудование находящиеся на площадке. Во время игры педагог может предложить детям двигаться быстрее или медленнее в разных направлениях. Когда дети научатся быстро бегать, можно устроить соревнования.</p>
<p>«ТАКСИ» Цель: приучать детей двигаться вдвоём, соразмерять движения друг с другом, менять направление движений, быть внимательным к партнёрам по игре.</p>	<p>«ЗАЙЦЫ И ВОЛК» Цель: приучать детей внимательно слушать воспитателя, выполнять прыжки и другие действия в соответствии с текстом; учить ориентироваться в пространстве, находить</p>

<p>Дети становятся внутрь большого обруча (диаметром 1м), держат его в опущенных руках: один – у одной стороны обода, другой – у противоположной, друг за другом. Первый ребенок – водитель такси, второй – пассажир. Дети бегают по площадке или по дорожке. Через некоторое время меняются ролями. Одновременно могут играть 2-3 пары детей, а если позволяет площадь, то больше. Когда дети научатся бегать в одном направлении, педагог может дать задание бегать в разных направлениях, делать остановки. Можно место остановки обозначить флажком. На остановке пассажиры меняются, один выходит из такси, другой садится.</p>	<p>свое место. Дети - зайцы прячутся за кустами и деревьями. В стороне за кустом находится волк. Зайцы выбегают на полянку, прыгают, щиплют травку, резвятся. По сигналу педагога: «Волк идет!» - зайцы убегают и прячутся за кусты, под деревья. Волк пытается догнать их. В игре можно использовать небольшой тест: Зайки скачут, скок-поскок, на зеленый на лужок. Травку щиплют кушают . Осторожно слушают, Не идет ли волк. Дети выполняют действия, о которых говорится в стихотворении. С окончанием слов появляется волк и начинает ловить зайцев.</p>
<p>«КРОЛИКИ» Цель: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу; упражнять детей в подлезании, в беге и приседанию. В одной стороне комнаты полукругом расставлены стулья, сидениями внутри полукруга. Это клетки кроликов. На противоположной стороне дом сторожа. Посередине находится лужайка, на которую кроликов выпускают гулять. Дети становятся за спинками стульев, по указанию педагога они присаживаются на корточки - кролики сидят в клетках. Педагог – «сторож» подходит к клетке и выпускает кроликов на лужок: дети один за другим выползают из-под стульев, а затем прыгают, продвигаясь</p>	<p>«НЕ ОПАЗДЫВАЙ» Цель: учить детей быстро действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать ловкость, внимание. Педагог раскладывает на полу кубики. Дети становятся у кубиков. По сигналу воспитателя они разбегаются по всей комнате, по сигналу «Не опаздывай!» бегут к кубикам. Первоначально дети могут подбегать к любому свободному предмету, постепенно они привыкают занимать свое место. При повторении игры можно предложить детям бегать как лошадки. Во время игры педагог следит, чтобы дети дальше убежали от кубиков, не наталкивались друг на друга, помогали друг</p>

<p>вперед по всей лужайке. По сигналу педагога «Бегите в клетки!» кролики возвращаются на свои места, снова проползая под стульями.</p> <p>Педагог должен следить за тем, чтобы дети, проползая под стульями, старались не задевать их спинами. Вместо стульев можно использовать дуги для подлезания или, положенные на сиденья стульев палки, рейки.</p>	<p>другу найти свой кубик, когда прозвучит сигнал.</p>
<p>« КУРЫ В ОГОРОДЕ»</p> <p>Цель: развивать координацию движений, быстроту реакции; упражнять в беге, приседании и подлезании.</p> <p>Посередине площадки ограничивается большое пространство – огород. С одной стороны сторожа, с другой – курятник, в нем «куры» - дети. Роль сторожа выполняет педагог или один из детей. По сигналу «Куры гуляют» дети подлезают под шнуры, ходят в огороде, ищут корм, бегают. Сторож замечает кур в огороде и гонит их – хлопает в ладоши, приговаривая «кыш-кыш». Куры убегают, подлезают под шнур, прячутся в дом. Сторож обходит огород и тоже возвращается домой.</p>	<p>«НАЙДИ СВОЙ ДОМИК»</p> <p>Цель: учить детей быстро действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать быстроту, ловкость</p> <p>Каждый ребенок выбирает себе домик. Это может быть плоский обруч По сигналу дети выбегают на площадку и бегают в разных направлениях. По сигналу «Найди свой домик!» занимают домики.</p>
<p>«СКОРЕЕ В КРУГ»</p> <p>Цель: учить детей быстро действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; упражнять в беге, развивать быстроту, ловкость</p> <p>Дети должны бегать легко, в разных направлениях, не наталкиваясь; не подбегать к домику до сигнала «Скорее в круг!»</p> <p>На площадке чертят круг диаметром 4 метра в середине – круг поменьше диаметром 2 метра. Дети ходят друг за</p>	<p>«У РЕБЯТ ПОРЯДОК СТРОГИЙ»</p> <p>Цель: учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; по сигналу находить свое место в шеренге.</p> <p>По первому сигналу играющие разбегаются из шеренги в рассыпную и произносят речевку: «У ребят порядок строгий, знают все свои места, ну, трубите веселее: тра-та та, тра-та- та». По второму сигналу все быстро строятся в шеренгу.</p>

<p>другом за большим кругом. Между большим и малым кругом ходит педагог. На сигнал «Скорее в круг!» дети стараются вбежать в маленький круг, педагог ловит их, пойманные останавливаются на месте. Затем они снова становятся в круг.</p>	<p>Сначала можно вставать на свободные места, но к концу года на свое место.</p>
<p>«МОЙ ВЕСЕЛЫЙ ЗВОНКИЙ МЯЧ» Цель: учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убегать только тогда, когда будут произнесены последние слова. Дети становятся в круг, педагог с корзиной маленьких мячей в центре. Все вместе произносят слова: Мой веселый звонкий мяч Ты куда помчался вскачь Красный, жёлтый, голубой, Не угнаться за тобой. По окончании слов педагог подбрасывает мячи вверх так, что бы они разлетелись в разные стороны. Дети должны быстро собрать их назад в корзину.</p>	<p>«РОВНЫМ КРУГОМ» Цель: развивать у детей согласованность движения рук и ног; приучать ходить свободно в колонне по одному; развивать чувство равновесия, внимание. Дети, взявшись за руки, ритмично идут по кругу, говорят: «Ровным кругом друг за другом Мы идем за шагом шаг, стой на месте! Дружно вместе сделай вот так!» По окончании слов останавливаются и повторяют движения, которые показывает педагог, например, повернуться, наклониться. Нужно ритмично идти по кругу, сохраняя интервал; не заходить в круг.</p>
<p>«САМОЛЁТЫ» Цель: учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; приучать их внимательно слушать сигнал и начинать движение по словесному сигналу. Воспитатель предлагает детям подготовиться к «полёту», показав предварительно, как «заводить» мотор и как «летать». Воспитатель говорит: «К полёту подготовиться. Завести моторы!» - дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук: «Р-р-р». После</p>	<p>«АКУЛА И РЫБКИ» Цель: развитие умения у детей бегать в определённом направлении; ориентироваться в пространстве. Дети – «рыбки» «плавают». По сигналу воспитателя: «Акула» - дети прячутся, «уплывают» в укрытие (домик из каната).</p>

<p>сигнала воспитателя: «Полетели!» - дети разводят руки в стороны (как крылья у самолёта) и «летят» - разбегаются в разные стороны. По сигналу воспитателя: «На посадку!» - дети садятся на скамейку.</p>	
--	--