

Картотека

Подвижные игры первой младшей группы

**П. мл. гр.
Карточка №1**

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.

**П. мл. гр.
Карточка №2**

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.

П. мл. гр.
Карточка №3

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.

П. мл. гр.
Карточка №4

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.

П. мл. гр.
Карточка №5

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.

П. мл. гр.
Карточка №6

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.

П. мл. гр.
Карточка №7

Подвижная игра «Догоните меня»

Цель. Упражнять детей в беге.

Правила игры. Дети сидят на стульях или скамейках на одной стороне площадки или комнаты. «Догоните меня!» - говорит воспитатель и бежит к противоположной стороне площадки. Дети стараются его поймать. Когда дети подбегают к нему, воспитатель останавливается со словами: «Убегайте, убегайте, догоню!» Дети бегут на свои места.

Указания. Вначале игру целесообразно проводить с небольшой подгруппой детей, затем количество играющих можно увеличить до 10 – 12 человек. Воспитатель не должен бежать от детей быстро. Когда дети догонят его, следует похвалить их, сказать, что они хорошо бегают.

Оборудование. Стулья, скамейки.

П. мл. гр.
Карточка № 8

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.

П. мл. гр.
Карточка №9

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.

П. мл. гр.
Карточка №10

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.

**П. мл. гр.
Карточка №11**

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 погреть (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.

**П. мл. гр.
Карточка №12**

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.

П. мл. гр.
Карточка №13

Подвижная игра «Пролезть через бревно»

Цель. Упражнять детей в ползании и перелезании.

Правила игры. Дети стоят вдоль одной стены комнаты. Впереди, на расстоянии 2,5-3м, лежит бревно, а дальше на полу размещены игрушки (по числу детей). Педагог предлагает малышам на четвереньках доползти до бревна, перелезть через него и, продолжая двигаться на четвереньках, доползти до игрушки, взять ее в руки, встать, поднять предмет над головой двумя руками, показать воспитателю, затем положить на место.

Указания. В качестве препятствий используются и другие предметы – продолговатый ящик, скамейка, мягкий валик. Упражнение могут выполнять сразу все дети. Педагогу надо следить за тем, чтобы, приблизившись к препятствию, малыш не всагал, а переползал через него на четвереньках.

Оборудование. Бревно, игрушки.

П. мл. гр.
Карточка №14

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.

П. мл. гр.
Карточка №15

Подвижная игра «Будь осторожен»

Цель. Упражнять детей в ползании.

Правила игры. Дети сидят на стульях, расставленных вдоль гимнастической скамейки. По одному они подходят к концу скамейки, становятся на четвереньки, опираясь на руки и колени, проползают по скамейке до конца, придерживаясь за ее края. На конце скамейки надо встать и сойти с нее.

Указания. Воспитатель помогает ребенку, придерживает его. Упражнения можно проводить и на наклонной доске; ползти можно и вверх и вниз.

Оборудование. Стулья, скамейка.

П. мл. гр.
Карточка №16

Игра малой подвижности «Обезьянки»

Цель. Упражнять детей в лазании.

Правила игры. Воспитатель предлагает двум детям (обезьянкам) подойти к стремянке, стать лицом к ней и взобраться на 3-4-ю рейку (дерево) за фруктами или орехами. Затем на стремянку залезает следующая пара.

Когда малыши научатся уверенно, взбираться на стремянку и спускаться с нее, можно предложить им залезть на гимнастическую стенку.

Оборудование. Стремянка.

П. мл. гр.
Карточка №17

Игра малой подвижности «Мяч в круг»

Цель. Упражнять детей в перекатывании мяча.

Правила игры. Дети сидят на полу в кружок и перекатывают мяч друг другу.

Указания. Воспитатель стоит вне круга и следит за игрой, объясняет, что мяч надо отталкивать двумя руками, показывает, как лучше это делать; подает мяч, если он выкатится из круга, и т.д.

Оборудование. Мяч.

П. мл. гр.

Карточка №18

Подвижная игра «Лови мяч»

Цель. Упражнять детей в бросании и ловле. Развивать у детей внимание.

Правила игры. Дети становятся в кружок. Воспитатель в центре, в руках у него большой мяч (диаметр 18-20 см). Педагог говорит: «Юра, лови мяч!» - и бросает мяч мальчику. Тот ловит мяч и бросает его воспитателю.

Указания. Педагог следит, чтобы дети энергично бросали мяч двумя руками снизу, ловили, слегка вытягивая руки вперед и захватывая кистями, не прижимая к груди.

Оборудование. Большой мяч (диаметром 18-20 см).

П. мл. гр.
Карточка №19

Игра малой подвижности «Прокати мяч»

Цель. Упражнять детей в прокатывании мяча.

Правила игры. Дети садятся на пол в кружок (ноги врозь или скрестно – калачиком), воспитатель стоит в центре круга с мячом в руках. Он катит мяч каждому ребенку по очереди. Малыши ловят мяч и катят его воспитателю.

Указания. Когда дети освоят эти движения, вместо педагога в центре круга может находиться ребенок.

Оборудование. Мяч.

П. мл. гр.
Карточка №20

Игра малой подвижности «Попади в воротца»

Цель. Упражнять детей в прокатывании мяча. Развивать у детей глазомер.

Правила игры. Дети сидят на скамейке, не далеко от них проведена линия, а на расстоянии 2-3 шагов от нее стоят воротца (дуга). Ребенок встает, подходит к линии, наклоняется, берет один из лежащих на полу мячей и прокатывает его, стараясь попасть в воротца. Прокатив 3-4 мяча, он собирает их. Задание выполняет следующий.

Указания. Мяч можно отталкивать одной и двумя руками. Когда дети освоят попадание в воротца, можно дать им задание сбивать кеглю и т.п.

Оборудование. Дуга, мяч.

П. мл. гр.
Карточка №21

Игра малой подвижности «Целься вернее»

Цель. Упражнять детей в бросании. Развивать у детей глазомер.

Правила игры. Дети стоят в кругу, каждый держит в руке маленький мячик или мешочек с песком. В центре круга ящик или большая корзина (расстояние от цели до детей не более 1,5-2 м). По сигналу воспитателя дети замахиваются и бросают мяч в ящик. Подходя к ящику, берут по одному мячу, возвращаются на свои места и снова бросают в цель.

Указания. В игре одновременно участвуют не более 8-10 человек. Если ребенок не попал мячом в цель, он поднимает только свой мяч. При метании в цель большинство детей бросают предмет одной рукой от плеча. Детям следует показать и способ метания одной рукой снизу, так как этим способом им легче всего попадать точно в цель. При метании в цель детям этого возраста больше всего нравятся игры-упражнения, в которых мяч, мешочек, шарик попадает в действительную, а не условно. Цель. Лучше всего, если предмет может в ней задерживаться (корзина, сетка). Воспитатель должен учитывать это обстоятельство при организации игр с метанием в цель.

Оборудование. Мячик, мешочек с песком, корзина.

П. мл. гр.
Карточка №22

Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч»

Цель. Упражнять детей в подпрыгивании, беге.

Правила игры. Дети сидят на стульях с одной стороны комнаты, площадки. Воспитатель становится перед ними на некотором расстоянии и проделывает упражнения с мячом. Он показывает, как легко и высоко прыгает мяч, если отбивать его рукой. При этом воспитатель приговаривает:

Мой веселый звонкий мяч,
Ты куда пустился вскачь?
Красный, желтый, голубой,
Не угнаться за тобой!

Затем он вызывает 2-3 детей и предлагает им попрыгать вместе с мячом. Снова проделывает упражнения с мячом, сопровождая их чтением стихов. Закончив стихотворение, он говорит: «Сейчас догоню!» малыши перестают прыгать и убегают от воспитателя, который делает вид, что ловит их.

Указания. При повторении игры педагог вызывает большее число детей. Заканчивая игру, можно предложить всем малышам одновременно быть мячиками. Воспитатель должен произносить текст в довольно быстром темпе, соответствующим прыжкам детей (а они довольно часты). Если дети не смогут воспроизвести движения мяча, им надо показать это.

Оборудование. Мяч, стулья.

П. мл. гр.
Карточка №23

Подвижная игра «Птички в гнeздышках»

Цель. Упражнять детей в беге, в спрыгивании.

Правила игры. Дети становятся на небольшое возвышение – доску, кубики, бруски (высота 5-10 см), расположенные на одной стороне комнаты, площадки. Воспитатель говорит: «На улице солнышко светит, все птички вылетают из гнeздышек, ищут зернышки, крошки». Дети спрыгивают с возвышений и бегают, размахивая руками, - летают. Они приседают, клюют зернышки (стучат пальчиками по коленям). На слова воспитателя: «Дождик пошел, все птички спрятались в гнeздышки!» - дети бегут на свои места.

Указания. Перед проведением игры необходимо приготовить такое количество кубиков, брусков, чтобы хватило всем детям. Разложить их надо на одной стороне площадки или комнаты на достаточном расстоянии друг от друга, чтобы каждый ребенок мог мягко спрыгивать; если нужно, помогает стать на возвышение после бега. При повторении игры сигнал может быть дан, одним словом: «Солнышко!» или «Дождик!»

Оборудование. Кубы, бруски.

П. мл. гр.
Карточка №24

Игра малой подвижности «Где звенит?»

Цель. Развивать у детей умение ориентироваться в пространстве. Развивать у детей слух.

Правила игры. Дети стоят или сидят группой по одну сторону комнаты. Воспитатель предлагает им отвернуться к стене и не поворачиваться. В это время младший воспитатель с колокольчиком прячется за шкаф на противоположной стороне комнаты. Воспитатель предлагает послушать, где звенит колокольчик, и найти его. Дети идут на звук колокольчика, находят его и снова собираются около воспитателя. Младший воспитатель прячется в другое место. Игра повторяется.

Указания. Воспитатель отвлекает детей, чтобы они не смотрели, куда прячется младший воспитатель. Звонить в колокольчик сначала тихо, потом погромче. При неоднократном повторении игры звонить в колокольчик вместо няни может кто-либо из детей, участвующих в игре.

Оборудование. Колокольчик.

Игра малой подвижности «Найди флажок»

Цель. Развивать у детей умение ориентироваться в пространстве.

Правила игры. Дети сидят на стульях по одну сторону комнаты. Воспитатель предлагает им закрыть глаза, а сам тем временем раскладывает флажки (по количеству детей) в разных местах комнаты. Затем говорит: «Найдите спрятанные флажки». Тот, Кто найдет флажок, подходит к воспитателю. Когда все дети найдут, он предлагает пройти с флажками по комнате, а затем сесть на свои места. Игра повторяется.

Указания. Флажки должны быть одного цвета, в противном случае при выборе флажка могут возникнуть конфликты. Флажки надо раскладывать так, чтобы дети могли их легко найти и достать.

Оборудование. Флажки.