

Картотека подвижных, малоподвижных и театрализованных игр для детей среднего возраста

1.«У медведя во бору» *(Бег)*

Задачи: Приучать детей поочерёдно выполнять разные функции (убегать и ловить).

Материал: Грибы, ягоды, корзинки, маска медведя.

Ход игры: Определяется берлога медведя (на конце площадке) и дом детей на другой.

Дети идут в лес гулять и выполняют движения соответственно стиху, который произносят хором: У медведя во бору,

Грибы, ягоды беру,

А медведь не спит

И на нас рычит.

Как только дети закончили говорить стихотворение медведь с рычанием встаёт и ловит детей, они бегут домой.

2.« ЗАЙЦЫ И ВОЛК» *(прыжки)*

Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле.

Описание: Одного из играющих назначают волком, остальные изображают зайцев. На одной стороне площадки зайцы отмечают себе места шишками, камушками, из которых выкладывают кружочки или квадраты. Вначале игры зайцы стоят на своих местах. Волк находится на противоположном конце площадки – в овраге. Воспитатель говорит: «**Зайки скачут, скок – скок – скок, на зеленый на лужок. Травку щиплют, слушают, не идет ли волк**». Зайцы выпрыгивают из кружков и разбегаются по площадке. Прыгают на 2 ногах, присаживаются, щиплют траву и оглядываются в поисках волка. Воспитатель произносит слово «**Волк**», волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться. Зайцы убегают каждый на свое место, где волк их уже не может настигнуть. Пойманных зайцев волк отводит себе в овраг. После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирается другой волк.

Правила:

Зайцы выбегают при словах – зайцы скачут.

Возвращаться на места можно лишь после слова «Волк!».

Варианты: Нельзя ловить тех зайцев, которым подала лапу зайчиха – мать. На пути поставить кубы – пенечки, зайцы оббегают их. Выбрать 2 волков. Волку перепрыгнуть через преграду – ручей.

3.«Солнышко и дождик»

Задача: производить действия по сигналу воспитателя.

Указания взрослого:

- Солнышко светит, нам очень весело и мы радуемся. Когда идет дождик, мы должны спрятаться!

Воспитатель поднимает фигурку солнышка.

Солнышко, покажись!

(дети бегают, кружатся)

Красное, покажись!

(радуются)

Дети радуются,

Весело пляшут.

Воспитатель поднимает зонтик. Дети приседают.

4.«Листопад»

Задача: согласовывать движения с сигналом воспитателя. Закрепить цвет.

Указания взрослого:

- Осенние листочки кружатся медленно. Осенние листочки разные: зеленые, желтые, красные. Будьте внимательны.

Листопад! Листопад!

Листья желтые летят!

(летят желтые листья)

Листопад! Листопад!

Листья красные летят!

(летят красные листья)

Листопад! Листопад!

Листья зеленые летят!

(летят зеленые листья)

5. «Птички и дождик»

Задача: учить действовать по команде взрослого; закреплять знания птиц; упражнять в произнесении звуков, выполнении характерных движений.

Ход игры: воспитатель раздаёт эмблемы птиц, уточняет, у кого какая, и объясняет:

«Внимательно слушайте и выполняйте названные действия».

Воспитатель: Птички летают (дети бегают по площадке, клюют зёрнышки (присаживаются на корточки, снова полетели. Вдруг закапал дождик, застучал по крышам кап-кап-кап, прячьтесь, птички (дети прячутся) .

Дождь прошёл, и опять птички полетели, песенку запели (дети имитируют голоса знакомых птиц) .

6.«Перелет птиц»

Задача: учить двигаться в одном направлении, быстро убежать после сигнала.

Ход игры: Дети стоят в одном углу участка – они птицы. В другом углу – скамейки. По сигналу педагога: «Птички улетают!», дети, подняв руки, бегают по площадке. По сигналу: «Буря!», бегут к скамейкам и садятся на них. По сигналу взрослого: «Буря кончилась!», дети слезают со скамеек и продолжают бег.

7. « Огуречик - огуречик...»

Задачи: Развивать умение прыгать на двух ногах в прямом направлении, бегать не наталкиваясь друг на друга, совершать игровые действия в соответствии текста.

Ход: На одном конце зала- ловишка , на другом дети. Они приближаются к ловишке прыжками на 2-х ногах.

Ловишка: «Огуречик, огуречик,

Не ходи на тот конечик.

Там мышка живет,

Тебе хвостик отгрызет»

Дети убегают на свои места, а ловишка догоняет.

8. «Мышеловка»

Задача: развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге и приседание, построение в круг и ходьбе по кругу.

Описание игры: играющие делятся на две неравные команды, большая образует круг – «мышеловку», остальные – мыши. Слова:

Ах, как мыши надоели,

Все погрызли, все поели.

Берегитесь же плутовки,

Доберемся мы до вас.

Вот расставим мышеловки,
Переловим всех сейчас!
Затем дети опускают руки вниз, и «мыши» оставшиеся в кругу встают в круг и мышеловка увеличивается.
Русская народная игра

9. «Гуси-лебеди»

Задачи: упражнять в беге с увертыванием.

Описание: Участники игры выбирают волка и хозяина, остальные — гуси-лебеди. На одной стороне площадки чертят дом, где живут хозяин и гуси, на другой — живет волк под горой. Хозяин выпускает гусей в поле погулять, зеленой травки пощипать. Гуси уходят от дома довольно далеко. Через некоторое время хозяин зовет гусей. Идет переключкичка между хозяином и гусями:

- Гуси-гуси! — Га-га-га.
- Есть хотите? — Да, да, да.
- Гуси-лебеди! Домой! — Серый волк под горой!
- Что он там делает
- Рябчиков щиплет.
- Ну, бегите же домой!

Гуси бегут в дом, волк пытается их поймать. Пойманные выходят из игры. Игра кончается, когда почти все гуси пойманы. Последний оставшийся гусь, самый ловкий и быстрый, становится волком.

Правила: Гуси должны «лететь» по всей площадке. Волк может ловить их только после слов: «Ну, бегите же домой!»

10. Русская народная игра «Мы весёлые ребята»

Задачи: Развитие ловкости и координации движения, выполнять движения по сигналу.

Описание: Количество играющих (все дети). Место — зал, площадка. Перед игрой, чертят две параллельные линии — «дома». В центре становится водящий, остальные играющие располагаются за линией одного из «домов». По сигналу воспитателя дети говорят:

Мы весёлые ребята,

Любим бегать и играть.

Но попробуй нас догнать!

После слова «догнать» играющие бегут в противоположный «дом». Водящий пытается догнать их, и коснуться их рукой. Дети до которых дотронулся водящий отходят в сторону. После этого игру повторяют. Водящих следует менять через 3-4 пробежки.

Вместе со сменой водящих в игру входят.

Правила: Перебегать можно только после слов «поймать». Нельзя забегать обратно в дом. Ловить пробегающих можно только до противоположного «дома».

11. «ПТИЧКИ И КОШКА» (бег)

Задачи: Развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием.

Описание: На земле чертится круг или кладется шнур со связанными концами.

Воспитатель выбирает ловишку который становится в центре круга. Это кошка.

Остальные — птички, находятся за кругом. Кошка спит, птички влетают за зернышками в круг. Кошка просыпается, видит птичек и ловит их. Все птички вылетают из круга. Тот, кого коснулась кошка, считается пойманным и идет на середину круга. Когда поймают 2-3 птичек — выбирается новая кошка.

Правила:

Кошка ловит птичек только в кругу.

Кошка может касаться птичек, но не хватать их.

Варианты: Если кошка долго не может никого поймать, добавить еще одну кошку.

12.«Хитрая лиса»

Задача: развивать у детей выдержку, наблюдательность ловкость. Упражнять в быстром беге с увертыванием, в построении в круг.

Содержание: играющие стоят в кругу на расстоянии одного шага друг от друга. В стороне, вне круга обозначается дом лисы. По сигналу воспитателя дети закрывают глаза, а педагог обходит их с внешней стороны круга и дотрагивается до одного из играющих, который и становится водящим – хитрой лисой. Затем дети открывают глаза, хором 3 раза (с небольшим интервалом) спрашивают (сначала тихо, потом громче): «Хитрая лиса, где ты?» После третьего вопроса хитрая лиса быстро выбегает на середину круга, поднимает вверх руку и говорит: «Я здесь!». Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит (дотрагиваясь рукой). После того как лиса поймает 2-3 ребят и отведет их в свой дом, воспитатель произносит: «В круг!». Игра повторяется. «Такой листок - лети ко мне» Цель: развивать внимание, наблюдательность; упражнять в нахождении

13. «Цветные автомобили» (бег)

Задачи: Развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу. Упражнять детей в беге, ходьбе.

Описание: Дети сидят вдоль стены, они автомобили. Каждому дается флажок какого – либо цвета. Воспитатель стоит лицом к играющим, в центре. В руке – 3 цветных флажка, по цветам светофора. Поднимает флажок, дети, имеющие флажок этого цвета бегут по площадке в любом направлении, на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда воспитатель опустит флажок, дети останавливаются, и по сигналу «Автомобили возвращаются!» – направляются шагом в свой гараж. Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, но может поднять и 2 , и все 3 флажка вместе, тогда все машины выезжают из гаража.

Правила: Выезжать из гаражей можно только по сигналу воспитателя, возвращаться в гараж тоже по сигналу. Если флажок опущен, автомобили не двигаются.

Варианты: Разложить по углам ориентиры разного цвета. На сигнал «Автомобили выезжают», в это время поменять местами ориентиры. Предложить детям вспомнить разные марки автомобилей.

ТЕАТРАЛИЗОВАННЫЕ ИГРЫ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ

1.«Кто во что одет?»

Задача: Развивать наблюдательность, произвольную зрительную память.

Ход игры. Водящий ребенок стоит в центре круга. Дети идут по кругу, взявшись за руки, и поют на мелодию русской народной песни «Как у наших у ворот».

Для мальчиков:

В центр круга ты вставай и глаза не открывай. Поскорее дай ответ: Ваня наш во что одет?

Для девочек:

Ждем мы твоего ответа: Машенька во что одета?

Дети останавливаются, а водящий закрывает глаза и описывает детали, а также цвет одежды названного ребенка.

2.«ЛЕТАЕТ — НЕ ЛЕТАЕТ. РАСТЕТ — НЕ РАСТЕТ

Задача: Развивать внимание, координацию.

Ход игры. Педагог или водящий ребенок называет предмет, если он летает, дети машут руками, как крыльями; если не летает — опускают руки вниз. Если растет — поднимают руки вверх, не растет — охватывают себя двумя руками.

3. «ВОРОБЬИ — ВОРОНЫ»

Задача: Развивать внимание, выдержку, ловкость.

Ход игры. Дети распределяются на две команды: «Воробьи» и «Вороны»; затем становятся в две шеренги спинами друг к другу. Та команда, которую называет ведущий, ловит; команда, которую не называют, — убегает в «домики» (на стулья или до определенной черты). Ведущий говорит медленно: «Во - о-ро - о...». В этот момент готовы убегать и ловить обе команды. Именно этот момент мобилизации важен в игре. Более простой вариант: та команда, которую называет ведущий, хлопает в ладоши или начинает «летать» по залу врассыпную, а вторая команда остается на месте.

4. «ПОВАРЯТА»

Задача: Развивать память, внимание, фантазию.

Ход игры. Дети распределяются на две группы по 7—8 человек. Одной группе «поварят» предлагается сварить первое блюдо (что предложат дети), а второй, например, приготовить салат. Каждый ребенок придумывает, чем он будет: луком, морковью, свеклой, капустой, петрушкой, перцем, солью и т.п. — для борща; картофелем, огурцом, луком, горошком, яйцом, майонезом — для салата. Все становятся в общий круг — это кастрюля — и поют песню (импровизацию):

Сварить можем быстро мы борщ или суп

И вкусную кашу из нескольких круп,

Нарезать салат иль простой винегрет,

Компот приготовить.

Вот славный обед.

Дети останавливаются, а ведущий называет по очереди, что он хочет положить в кастрюлю. Узнавший себя ребенок впрыгивает в круг. Когда все «компоненты» блюда окажутся в круге, ведущий предлагает приготовить следующее блюдо. Игра начинается сначала. В следующее занятие детям можно предложить приготовить кашу из разных круп или компот из разных фруктов.

ИГРЫ НА ДЕЙСТВИЯ С ВОООБРАЖАЕМЫМИ ПРЕДМЕТАМИ ИЛИ НА ПАМЯТЬ ФИЗИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ

1.«ЧТО МЫ ДЕЛАЛИ, НЕ СКАЖЕМ, НО ЗАТО МЫ ВАМ ПОКАЖЕМ!»

Задача: Развивать воображение, инициативу, внимание, умение действовать согласованно, обыгрывать воображаемые предметы.

Ход игры. Комната делится пополам шнуром или чертой. С одной стороны находятся выбранные с помощью считалки «Дедушка и трое—пятеро внучат», с другой стороны — остальные дети и педагог, которые будут загадывать загадки. Договорившись, о чем будет загадка, дети идут к «дедушке» и «внучатам».

Дети. Здравствуй, дедушка седой с длинной-длинной бородой!

Дедушка. Здравствуйте, внучата! Здравствуйте, ребята! Где побывали? Что вы повидали?

Дети. Побывали мы в лесу, там увидели лису. Что мы делали, скажем, но зато мы вам покажем!

Дети показывают придуманную загадку. Если «дедушка» и «внучата» дают правильный ответ, дети возвращаются на свою половину и придумывают новую загадку. Если разгадка дана правильно, дети говорят верный ответ и после слов «Раз, два, три — догони!» бегут за черту, в свой дом, а «дедушка» и «внуки» стараются догнать их, пока те не пересекли спасительной линии. После двух загадок выбираются новые «дедушка» и «внучата».

В загадках дети показывают, как они, например, моют руки, стирают платочки, грызут орехи, собирают цветы, грибы или ягоды, играют в мяч, подметают веником пол, и т.п.

2. «МУРАВЬИ»

Задача: Уметь ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке, не сталкиваясь друг с другом. Двигаться в разных темпах. Тренировка внимания.

Ход игры. По хлопку педагога дети начинают хаотически двигаться по залу, не сталкиваясь с другими детьми и стараясь все время заполнять свободное пространство.

3.МОКРЫЕ КОТЯТА

Задача: Развивать умение снимать напряжение поочередно с мышц рук, ног, шеи, корпуса; двигаться враспынную мягким, пружинящим шагом.

Ход игры. Дети двигаются по залу враспынную мягким, слегка пружинящим шагом, как маленькие котят. По команде «дождь» дети садятся на корточки и сжимаются в комочек, напрягая все мышцы. По команде «солнышко» медленно встают и стряхивают «капельки дождя» по очереди с каждой из четырех «лапок», с «головы» и «хвостика», снимая соответственно зажимы с мышц рук, ног, шеи и корпуса.

4. «КАК ЖИВЕШЬ?»

Задача: Развивать быстроту реакции, координацию движений, умение владеть жестами.

Ход игры.

Педагог Дети

— Как живешь? — Вот так! С настроением показать большой палец.

— А плывешь? — Вот так! Любым стилем.

— Как бежишь? — Вот так! Согнув руки в локтях, притопнуть поочередно ногами.

— Вдаль глядишь? — Вот так! Руки «козырьком» или «биноклем» к глазам.

— Ждешь обед? — Вот так! Поза ожидания, подпереть щеку рукой.

— Машешь вслед? — Вот так! Жест понятен.

— Утром спишь? — Вот так! Ручки под щеку.

— А шалишь? — Вот так! Надуть щеки и хлопнуть по ним кулачками.

(По Н.Пикулевой)

5. «САМОЛЕТЫ И БАБОЧКИ»

Задача: Учить детей владеть мышцами шеи и рук; ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке.

Ход игры. Дети двигаются враспынную, как в упражнении «Муравьи», по команде «самолеты» бегают стремительно, вытянув руки в стороны (мышцы рук, шеи и корпуса напряжены); по команде «бабочки» переходят на легкий бег, делая руками плавные взмахи, голова мягко поворачивается из стороны в сторону («бабочка ищет красивый цветок»), кисти, локти, плечи и шея не зажаты.

Упражнение можно делать под музыку, подобрав соответствующие произведения из репертуара по музыкальному воспитанию.

6. «ЁЖИК»

Цель: Развитие координации движений, ловкости, чувства ритма.

Ход игры. Дети лежат на спине, руки вытянуты вдоль головы, носки ног вытянуты.

1. Ёжик съёжился, Согнуть ноги в коленях, прижать свернулся, к животу, обхватить их руками, нос в колени.

2. Развернулся... Вернуться в исх. п.

3. Потянулся. Поворот на живот через правое плечо.

4. Раз, два, три, четыре, Поднять прямые руки и ноги пять... вверх, потянуться за руками.

5. Ёжик съёжился опять!.. Поворот на спину через левое плечо, обхватить руками ноги, согнутые в коленях, нос в колени.

Игры и игровые упражнения малой подвижности

1. «Съедобное -не съедобное»

Дети стоят в кругу. Водящий говорит задуманное им слово и бросает мяч одному из детей. Если задумано что-нибудь съестное (фрукты, овощи, сладости, молоко и др.), то

ребенок, которому бросили мяч, должен поймать его («съесть»). Если слово обозначает что-нибудь несъедобное, мяч ловить нельзя. Ребенок, не справившийся с заданием, становится водящим, и игра повторяется.

2. «Овощи и фрукты»

Дети стоят шеренгой или врассыпную по залу. Педагог называет различные овощи (дети должны быстро присесть) и фрукты (поднять руки). Те, кто ошибся, делают шаг вперед. Побеждают дети, сделавшие меньше ошибок.

3. «Флюгер»

Играющие встают шеренгой или врассыпную. Воспитатель называет стороны света, каждой соответствует определенное действие: север – руки на пояс; юг – руки на голову; восток – руки вверх; запад – руки вниз.