

Картотека подвижных игр

Карточка 1

«Автомобили». Дети размещаются по краю зала, изображая автомобили. У каждого ребенка в руках большой мяч. Воспитатель в центре зала, в руках у него три флажка — красный, желтый и зеленый (светофор). Воспитатель поднимает зеленый флажок — дети бегают врассыпную по всему залу; желтый — дети замедляют движение, бегают медленно; красный флажок — дети останавливаются и отбивают мячи об пол (автомобиль мотор не глушит). После двух повторений звучит сигнал «В гараж!». Отмечаются самые внимательные дети-водители.

Указания. Ориентируясь на цвет флажка, действовать не сталкиваясь.

Карточка 2

«Автомобили» (с мячом) Дети размещаются по краю зала, изображая автомобили. У каждого ребенка в руках большой мяч. Воспитатель в центре зала, в руках у него три флажка — красный, желтый и зеленый (светофор). Воспитатель поднимает зеленый флажок — дети бегают врассыпную по всему залу; желтый — дети замедляют движение, бегают медленно; красный флажок — дети останавливаются и отбивают мячи об пол (автомобиль мотор не глушит). После двух повторений звучит сигнал «В гараж!». Отмечаются самые внимательные дети-водители.

Карточка 3

«Бег раков». Играющие садятся на пол, опираясь руками сзади. По сигналу устремляются вперед, оторвав от пола таз и перебирая ногами и руками. Побеждает тот, кто первый достигнет финишной черты.

Карточка 4

«Бегите ко мне». Дети сидят на стульях, поставленных вдоль одной из сторон площадки. Воспитатель стоит у противоположной стороны. Он говорит: «Бегите ко мне, все, все бегите ко мне!» Дети бегут к воспитателю, который, разведя руки широко в стороны, делает вид, что хочет всех обнять. После того как дети соберутся около воспитателя, он уходит на другую сторону площадки и снова говорит: «Бегите ко мне!» Игра повторяется 4—5 раз. На слова воспитателя «Бегите домой!» малыши бегут к стульям, садятся и отдыхают. По правилам игры бежать к воспитателю можно только после слов «Бегите ко мне!», нельзя толкаться и мешать друг другу.

Указания. Желających играть, можно разделить на 2 небольшие группы; пока одна группа играет, другая смотрит, затем они меняются ролями. Вначале ребенок может занимать любой стул, постепенно дети приучаются находить свои места. При повторении игры стулья можно расставить в разных местах комнаты.

Карточка 5

«Беги к флажку». Воспитатель раздает детям флажки двух цветов: красного и синего. Держа в одной руке красный, в другой — синий флажок, он разводит руки в стороны; дети свободно группируются напротив флажка соответствующего цвета. Затем воспитатель предлагает малышам погулять (побегать) по площадке. Пока они гуляют, педагог переходит на другую сторону, говорит: «Раз, два, три — скорей сюда беги!» — при этом он разводит руки с флажками в стороны. Дети бегут к нему и собираются возле флажка соответствующего цвета. Когда соберутся все, воспитатель предлагает поднять флажки вверх и помахать ими. Игра повторяется 3—4 раза.

Указания. Нельзя разбегаться по площадке раньше сигнала воспитателя. Он переключается флажки из одной руки в другую, чтобы дети собирались то справа, то слева от него. Можно ввести в игру добавочные сигналы и задания. Например, по сигналу «стой» все игроки должны остановиться и закрыть глаза или поплясать, а воспитатель в это время незаметно уходит в другое место. По сигналу дети снова бегут к педагогу. Вместо флажков малышам можно дать платочки или кубики соответствующего цвета или повязать на руки цветные ленточки.

Карточка 6

«Бездомный заяц» Из числа играющих выбирают охотника, остальные — зайцы. Они находятся в норках (кружках). Количество норок (кружков) на одну меньше числа зайцев. Охотник старается поймать зайца, который остался без домика. Тот убегает. Он может спастись в любой норке — забежать в кружок. Теперь уже другой заяц остается без норки, и его ловит охотник. Если охотник поймает (коснется) зайца, то они меняются ролями. Если охотник долго не может никого поймать, то на его роль выбирают другого ребенка.

Карточка 7

«Береги предмет». Дети становятся в круг. У ног каждого из них лежит кубик. Воспитатель находится в кругу, он старается взять предмет то у одного, то у другого ребенка. Играющий, к которому приближается педагог, приседает, закрывает кубик руками и не даст до него дотронуться. Как только воспитатель отходит, ребенок встает, оставляя кубик на прежнем месте.

Указания. Вначале воспитатель только делает вид, что возьмет кубик. При повторении игры он может на самом деле взять кубик у того, кто не успел прикрыть игрушку руками. После этого ребенок временно выбывает из игры. Когда воспитателю удастся взять кубики у 2—3 играющих, он возвращает их. Говорит, чтобы дети старались закрывать игрушки побыстрее и не отдавали их. На роль водящего можно выбрать кого-нибудь из детей. Тогда педагог лишь подсказывает, как надо действовать, участвует в игре, стоя в кругу.

Карточка 8

«Бой петухов». Партнеры становятся лицом друг к другу на расстоянии одного шага. Каждый игрок сгибает в колене ноги и берет ее сзади двумя руками за голеностопный сустав. По сигналу играющие сближаются и стараются вывести друг друга из равновесия. Участник, опустивший хотя бы одну руку, получает штрафное очко. Побеждает тот, кто меньше наберет штрафных очков.

Карточка 9

«Брось за флажок». Дети стоят в 2 шеренги друг за другом, в руках у первой шеренги мячи, мешочки с песком. Впереди на расстоянии 4—5 м стоят на одном уровне несколько флажков. Дети одновременно бросают мешочки с песком из-за головы двумя руками или одной, стараясь забросить их за линию флажков. Воспитатель подсчитывает, сколько игроков забросили мешочки за флажки. Затем дети поднимают мешочки, бегут и передают их своей паре. Бросает следующая шеренга, затем сравниваются результаты.

Указания. Можно передавать мешочек своей паре и перебрасыванием. Нужно внимательно следить за местом падения мешочка, так как после падения он может проскальзывать по полу вперед. Результат броска отмечается по месту падения мешочка.

Карточка 10

«Будь осторожен». 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.

Карточка 11

«Быстро возьми» По кругу поставлены кубики на расстояние 40—50 см. Ходьба по кругу, затем переход на бег и снова на ходьбу. На сигнал воспитателя «Быстро возьми!» каждый должен взять любой кубик и поднять его над головой. Дети кладут кубик на место у ног, и игровое упражнение повторяется.

Карточка 12

«Веселые соревнования». Играющие становятся в 3—4 колонны у общей черты на расстоянии 2 - 3 шагов одна от другой. В каждой колонне одинаковое число играющих. Впереди каждой колонны в 4—5 шагах поставлены гимнастические скамейки, еще дальше на полу положены обручи. По сигналу воспитателя первые в колоннах бегут к скамейкам, входят на них, перебегают до конца, спрыгивают, подбегают к обручам, пролезают в них и кладут тихо на пол; затем быстро возвращаются в конец своей колонны. Выигрывает тот, кто прибежит первым; ему дают ленточку или флажок. Игра продолжается, пока все дети не примут в ней участие. Выигрывает та колонна, у которой окажется больше флажков.

Указания. Можно играть так. Играющий, выполнив задание, становится в конце колонны и касается рукой плеча впереди стоящего, тот — следующего и т. д., пока сигнал не дойдет до стоящего в колонне первым. Приняв сигнал, он бежит и выполняет задание. Воспитатель наблюдает за выполнением правил игры.

Карточка 13

«Волк во рву». Поперек площадки (зала) двумя параллельными линиями на расстоянии около 100 см одна от другой обозначен ров, в котором находится водящий — волк. Остальные дети — козы. Они живут в доме (стоят за чертой вдоль границы зала). На противоположной стороне зала линией отделено поле. На слова воспитателя «Козы, в поле, волк во рву!» дети бегут из дома в поле и перепрыгивают по дороге через ров. Волк бежит во рву, стараясь осалить прыгающих коз. Осаленный отходит в сторону. Воспитатель говорит: «Козы, домой!» Козы бегут домой, перепрыгивая по пути через ров. После 2-3 перебежек выбирается или назначается другой водящий.

Указания. Коза считается пойманной, если волк коснулся ее в тот момент, когда она перепрыгивала ров, или если она попала в ров ногой. Для усложнения игры можно выбрать 2 волков.

Карточка 14

«Волшебные елочки». Дети встают у стены, касаясь ее затылком, лопатками, ягодицами и пятками, изображая волшебные елочки, которые по сигналу «Ночь!» бегают, красиво и легко кружатся по площадке, а по сигналу «Лесник!» бегут к стене, принимая первоначальную позу. Лесник обходит елочки, осматривает их, неровные забирает с собой.

Карточка 15

«Воробышки и автомобиль». Дети садятся на стульчики или скамейки на одной стороне комнаты или площадки. Это воробышки в гнездышках. На противоположной стороне площадки стоит воспитатель, изображая автомобиль. На слова воспитателя: «Полетели, воробышки, на дорожку» — дети бегают по площадке, размахивая руками, как птички крылышками. Воспитатель через некоторое время говорит: «Осторожно, автомобиль едет, летите, воробышки, в свои гнездышки». Автомобиль, выехав из гаража, едет в сторону воробышков. Воробышки улетают в гнездышки (садятся на стульчики). Автомобиль возвращается в гараж.

Указания. К игре вначале привлекают небольшое число детей (10—12), затем всю группу. Воспитатель предварительно показывает, как летают воробышки, как они клюют зернышки. Дети, подражая воробышкам, 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.

Карточка 16

«Воробушки и голуби». Дети надевают медальоны с обозначением воробушков и голубей и бегают по площадке. По сигналу «Воробушки!» воробушки влезают на гимнастическую стенку, а голуби становятся в обручи, расположенные на противоположной стороне площадки. По сигналу «Полетели!» дети спускаются с гимнастической лестницы, выбегают из обручей и бегают в рассыпную. По сигналу «Голуби!» на гимнастическую стенку влезают голуби, а воробьи занимают обручи

Указания. Гимнастическую стенку можно заменить гимнастическими палками, на которые дети встают ногами на середину стопы или берут в руки круговым захватом

Карточка 17

«Воробышки и кот». Дети стоят на скамеечках или на больших кубиках, разложенных на полу по одну сторону площадки. Это воробышки на крыше. В стороне сидит кот (воспитатель или кто-нибудь из детей). Кот спит. «Воробышки полетели», - говорит воспитатель. Воробышки спрыгивают с крыши, расправив крылья, разлетаются во все стороны. Но вот просыпается кот. Он произносит «мяу-мяу» и бежит ловить воробышков, которые прячутся на крыше. Пойманных кот отводит к себе в дом. Игра повторяется 5—6 раз.

Указания. Следить, чтобы дети мягко приземлялись, спрыгивали на носки и сгибали колени.

Карточка 18

«Встречные перебежки». Группа делится пополам. Играющие становятся на противоположных сторонах площадки за линиями в шеренгу на расстоянии не менее шага друг от друга. У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета — синие, желтые. По сигналу воспитателя «синие», дети с синими ленточками бегут на противоположную сторону. Стоящие напротив дети протягивают вперед ладошки и ждут, когда бегущие прикоснутся к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону площадки, останавливается за чертой, поворачивается и поднимает руку вверх. И т. д.

Карточка 19

«Выше ноги от земли!» Дети свободно стоят на площадке (полянке). В центре — ловишка (его выбирают заранее, по договоренности с детьми). По сигналу взрослого «Раз, два, три — лови!» ребята разбегаются в разные стороны. Стремясь, чтобы ловишка не мог коснуться, каждый занимает какое-либо возвышение над землей: пенек, бревно, бугорок, некоторые руками и ногами обхватывают ствол дерева, не касаясь, конечно, земли. Того, кто не успел это сделать, ловящий касается рукой. Этот участник выходит из игры. Так повторяют 3—4 раза. После этого выбирают нового ловишку.

Карточка 20

«В чьей команде меньше мячей?» Две команды встают по разные стороны от натянутой сетки. У каждого игрока по мячу. Перебрасывание мячей начинается и заканчивается по сигналу. Затем подсчитывается количество мячей на территории каждой команды.

Карточка 21

«Где звенит?» Дети сидят или стоят группой по одну сторону комнаты. Воспитатель предлагает им отвернуться к стене и не поворачиваться. В это время няня 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. Няня прячется в другое место. Игра повторяется.

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

Карточка 22

«Горелки». Играющие (11—13 детей) становятся в колонну парами. Впереди колонны (в 2—3 шагах) стоит ловящий, он смотрит вперед. Играющие хором произносят:

Гори, гори ясно, Чтобы не погасло.

Глянь на небо — Птички летят.

Колокольчики звенят! Раз, два, три — беги!

После слова «беги» дети, стоящие в колонне в последней паре, отпускают руки и бегут вперед вдоль колонны: один слева, а другой справа от нее. Они выбегают вперед и стараются снова взяться за руки и стать впереди ловящего. Ловящий старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и взяться за руки. Если ловящему удастся это сделать, он с пойманным образует новую пару, которая становится впереди колонны. Оставшийся без пары будет ловящим. Если ловящему не удалось поймать никого из пары, он продолжает выполнять свою роль. Игра заканчивается, когда все пары пробегут по одному разу. После этого выбирается новый водящий. Игра возобновляется. *Указания.* Воспитатель следит, чтобы дети не выбегали из колонны раньше времени.

Карточка 23

«Гуси-лебеди». На одном краю площадки чертой обозначается дом, в котором находятся гуси. На противоположном краю стоит пастух. Сбоку от дома логово, в котором находится волк. Остальное место — луг. Дети, исполняющие роли волка и пастухи, назначаются воспитателем, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся на лугу, летают.

Пастух. Гуси, гуси!

Гуси (останавливаются и отвечают хором). Га, га, га!

Пастух. Есть хотите?

Гуси. Да, да, да!

Пастух. Так летите!

Гуси. Нам нельзя,

Серый волк под горой

Не пускает нас домой.

Пастух. Так летите, как хотите,

Только крылья берегите!

Гуси, расправив крылья (вытянув в стороны руки), летят через луг домой, а волк, выбежав из логова, старается их поймать (коснуться рукой). Пойманные гуси идут в логово. После нескольких перебежек (по условию игры) подсчитывают пойманных волком гусей. Затем назначаются новые волк и пастух. Игра повторяется 3—4 раза.

Карточка 24

«Два Мороза». На противоположных сторонах площадки линиями обозначаются 2 дома. Играющие располагаются в одном из домов. Двое водящих, 2 Мороза (Мороз — красный нос и Мороз — синий нос) становятся посередине площадки лицом к детям:

Мы два брата молодые, Два Мороза удалые,
Я Мороз — красный нос, Я Мороз — синий нос,
Кто из вас решится В дороженьку пуститься?

Все играющие хором отвечают:

Не боимся мы угроз, И не страшен нам мороз!

После этого они перебегают в другой дом, а Морозы стараются их заморозить (коснуться рукой). Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг Мороз. Они стоят так до окончания перебежки. Морозы подсчитывают, сколько играющих им удалось заморозить. После 2—3 перебежек выбирают новых Морозов. В конце игры подводится итог: какие Морозы заморозили больше играющих.

Указания. Игрок, который выбежит из дома до сигнала или останется в доме после него, тоже считается замороженным.

Карточка 25

«Догони мяч». Дети играют на площадке кто с кем хочет. Воспитатель подзывает нескольких 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 сразу все мячи, чтобы малыши одновременно бежали за ними. Вместо мячей используют также резиновые кольца, мягкие мешочки.

Карточка 26

«Догони свою пару». Дети становятся в две шеренги на расстоянии 1 м одна от другой. По команде воспитателя: «Раз, два, три — беги!» дети первой шеренги убегают, а второй — догоняют свою пару, прежде чем она пересечет линию финиша (дистанция 10 м).

Карточка 27

«Догоните меня». 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 группой 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.

Карточка 28

«Доползи до погремушки». 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 погремать (или помахать над головой флажком), 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. Так вся группа активно участвует в игре.

Карточка 29

«Жмурки». Дети располагаются в ограниченном месте. Одному из них завязывают глаза — это жмурка. По сигналу воспитателя дети бегают, слегка похлопывая в ладоши. Жмурка ловит. Когда жмурка поймает кого-нибудь, игра приостанавливается, выбирается новый жмурка. Если жмурка долго не может никого поймать, его надо сменить. Вариант игры: дети стоят по кругу, в центре двое — жмурка и ребенок с колокольчиком в руках. Мальчик бегают по кругу и звонит, а жмурка его ловит.

Карточка 30

«**Зайка беленький сидит**». Малыши сидят на стульях или скамейках по одну сторону площадки. Воспитатель говорит, что все они зайки, и предлагает выбежать на полянку. Дети выходят на середину комнаты, становятся группкой около педагога и приседают на корточки. Воспитатель декламирует:

Зайка беленький сидит
И ушами шевелит:
Вот так, вот так
Он ушами шевелит.

Дети шевелят кистями рук, подняв их к голове.

Зайке холодно сидеть.
Надо лапочки погреть.
Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп,
Надо лапочки погреть.

На слова «хлоп» и до конца текста дети хлопают в ладоши.

Зайке холодно стоять.
Надо зайке поскакать.
Скок-скок, скок-скок,
Надо зайке поскакать.

На слова «скок-скок» и до конца текста малыши подпрыгивают на двух ногах на месте.

Кто-то (или мишка) зайку испугал,
Зайка прыг... и ускакал.

Воспитатель показывает мишку, дети убегают на свои места.

Указания. Игру можно проводить с любым количеством участников. Надо обязательно заранее подготовить места для зайчиков, куда они будут убежать. В начале игры все дети одновременно выполняют движения в соответствии с текстом.

При многократном повторении можно выделить на роль зайки ребенка и поставить его в середине круга. Догонять детей не следует быстро. От малышей не требуют, чтобы они возвращались непременно на свои места, каждый садится на свободное. Но при систематическом проведении игры дети хорошо запоминают свои места и быстро находят их.

Карточка 31

«**Зайка серый умывается**». Все играющие образуют круг. Выбранный зайкой становится в середину. Дети произносят:

Зайка серый умывается,
Видно, в гости собирается.
Вымыл носик,
Вымыл ротик,
Вымыл ухо,
Вытер сухо!

Зайка прodelывает движения в соответствии с текстом. Затем он скачет на двух ногах к кому-нибудь из детей. Тот, к кому подойдет зайка, прыжками отправляется на середину круга. Игра повторяется 5—6 раз.

Указания. В кругу могут находиться и несколько заек—4—5. Они одновременно выполняют игровое задание.

Карточка 32

«**Зайцы и волк**». 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. Пойманных зверюшек волк уводит к себе в овраг. Игра возобновляется. В зависимости от предварительной договоренности, после того как волк поймает 2—3 зайцев, на роль волка выбирается другой ребенок. Игра повторяется 3—4 раза.

Указания. Каждый заяц занимает только свой домик. У зайцев может быть общий дом. Вначале волка может изображать воспитатель.

Карточка 33

«Затейники». Одного из играющих выбирают затейником, он становится в середину круга. Остальные дети, взявшись за руки, идут по кругу (вправо или влево по указанию воспитателя) и произносят:

Ровным кругом, друг за другом,
Мы идем за шагом шаг.
Стой на месте, дружно, вместе
Сделаем... вот так.

Дети останавливаются, опускают руки. Затейник показывает какое-нибудь движение, а все дети повторяют его. После 2—3 повторений игры (согласно условию) затейник выбирает кого-нибудь из играющих на свое место, и игра продолжается. Повторяется игра 3—4 раза.

Указания. Затейники придумывают разнообразные движения, не повторяя показанных.

Карточка 34

«Иди тихо». Педагог стоит у выхода из зала с закрытыми глазами. Дети один за другим в колонне стараются тихо, на цыпочках, пройти мимо него. Если кто-то из малышей идет недостаточно тихо, воспитатель прикасается к нему рукой. Ребенок становится в сторону и проходит после всех еще раз. Последний в колонне тихо говорит педагогу: «Все ушли». Воспитатель открывает глаза.

Указания. Мимо воспитателя можно не только проходить, но и тихо пробегать.

Карточка 35

«Караси и щука». Половина играющих, становясь друг от друга на расстоянии 3 шагов, образует круг. Это пруд, на берегу которого лежат камешки. Один из играющих, назначенный воспитателем, изображает щуку, он находится вне круга. Остальные играющие — караси, они плавают (бегают) внутри круга, в пруду. По сигналу воспитателя «щука» щука быстро выплывает в пруд, стараясь поймать карасей. Караси спешат спрятаться за кем-нибудь из играющих, стоящих по кругу и изображающих камешки. Щука ловит тех карасей, которые не успели спрятаться за камешки, и уводит их к себе в дом. Игра проводится 2—3 раза, после чего подсчитывается число пойманных щукой карасей. Затем на роль щуки назначается другой играющий. Игра повторяется 3—4 раза.

Указания. При повторении игры, когда выбирают новую щуку, дети, изображающие карасей и камешки, меняются ролями.

Карточка 36

«Карусель». Дети образуют круг, держась за шнур, концы которого связаны. Они берутся за шнур правой рукой и идут по кругу сначала медленно, потом все быстрее, а под конец бегут. Движения выполняются в соответствии с произносимым вслух текстом:

Еле, еле, еле, еле Закружились карусели,
А потом кругом, кругом, Все бегом, бегом, бегом.

Во время бега воспитатель приговаривает: «По-бе-жа-ли, по-бе-жа-ли». После того как дети пробегут по кругу 2—3 раза воспитатель подает сигнал к изменению направления движения, говоря: «Поворот». Играющие поворачиваются кругом, быстро перехватывают шнур в левую руку и бегут в другую сторону. Затем воспитатель вместе с детьми произносит:

Тише, тише, не спешите! Карусель остановите!
Раз, два, раз, два, Вот и кончилась игра!

Движение карусели постепенно замедляется. При словах «Вот и кончилась игра» дети опускают шнур на землю и расходятся по площадке. После того как дети немного отдохнут, воспитатель подаст сигнал (звонок, свисток, хлопки, удары в бубен), по которому играющие снова становятся в круг, берутся за шнур, т. е. занимают свои места на карусели. Игра возобновляется, повторяется 3—4 раза.

Указания. Воспитатель может дать детям указание по условным сигналам быстро становиться в круг при повторениях игры. Игрок, не успевший занять место до третьего сигнала, не принимает участия в очередном катании на карусели, а ожидает следующей посадки.

Карточка 37

«Кегли». Кегли ставят за линией в определенном порядке:

- в один ряд вплотную друг к другу, высокая кегля в середине;
- в один ряд одна от другой на небольшом (5—10 см) расстоянии;
- в небольшой кружок, большая кегля в центре;
- в 2 ряда, большая кегля между рядами;
- в 3 ряда, большая кегля во втором ряду;
- квадратом, большая кегля в центре и т. п.

На расстоянии 2—3 м от линии, на которой расположены кегли, чертят 2—3 линии, с которых играющие сбивают кегли. Дети, соблюдая очередность, начинают прокатывать шары с самой ближней линии. Выигрывает в первом туре тот, кто больше всех собьет кеглей с ближней линии. Он и начинает прокатывать шары со второй линии и т. д.

Указания. В одной игре рекомендуется использовать не больше 1—2 построений кеглей. Можно подсчитать очки, тогда большая кегля должна быть самой ценной.

Карточка 38

«К куклам в гости». 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.

Карточка 39

«Кольцеброс». Игра состоит в набрасывании колец (диаметром 15—20 см) правой и левой рукой на палочки 30—40 см длиной, укрепленные вертикально на подставке в виде квадрата, треугольника и др. Задача состоит в том, чтобы с заданного расстояния (1,5—2 м) набросить возможно большее количество колец. В игре одновременно участвуют 2—3 ребенка. Они по очереди набрасывают одинаковое количество колец, подсчитывая, кто сколько набросил.

Указания. Желательно иметь кольца разного цвета. Каждый ребенок действует с кольцами одного цвета, и оба игрока могут бросать кольца одновременно.

Карточка 40

«Кого назвали, тот и ловит». Дети ходят, бегают, прыгают и т. п. по площадке. Воспитатель держит в руке большой мяч. Он называет имя одного из детей и бросает мяч вверх. Ребенок подбегает, ловит мяч и снова бросает его вверх, называя по имени кого-нибудь другого.

Указания. Играющий подбрасывает мяч вверх на том месте, где он его поймал. Мяч надо подбрасывать повыше, чтобы названный ребенок успел подбежать к нему и поймать. Надо, чтобы дети старались ловить мяч с воздуха или после одного отскока от земли.

Карточка 41

«Котята и ребята». Часть - играющих изображает котят, сидящих на заборе — на второй-третьей перекладине лесенки. Остальные дети — хозяева котят (у каждого по 1—2 котенка). Они сидят на корточках за чертой, расположенной вдоль одной из сторон площадки. «Молока, кому молока?» - говорит воспитатель. Он подходит к ребятам и делает вид, что наливает каждому молоко в кружку. Котята тоже просят молока — мяукают. Ребята поднимаются, выходят за черту на площадку и зовут котят: «Кис-кис-кис!» Котята слезают с забора и бегут пить молоко. Дети в это время приговаривают: «Мохнатенький, усатенький, как есть начнет, сразу песенки поет!» На последнее слово котята убегают и снова влезают на забор. Ребята их ловят. Тот, кто поймает котенка до того, как он влезет на забор, меняется с ним ролью.

Указания. Перед забором, в 2 шагах от него, обозначается черта — ловить можно только до нее. Действовать нужно только по сигналу.

Карточка 42

«Коршун — воробышки» Чертится круг диаметром в 5 м. Выбирается водящий -коршун, он становится в центр круга. Воробышки стоят за кругом. Воробышки прыгают на двух ногах в круг (поклевать зернышки) и обратно из круга. А коршун летает по кругу не дает воробышкам клевать зерно и ловит их (дотрагивается до них). Воробышек, которого поймали, поднимает вверх руку, делает шаг назад и не участвует в игре. Игра повторяется несколько раз по 40-50 с. Во время смены водящего возникает пауза, которая и служит отдыхом для детей.

Карточка 43

«Коршун и наседка» В игре участвует 8—10 детей. Один из играющих выбирается «коршуном», другой — «наседкой». Остальные дети — «цыплята»; они становятся за наседкой, образуя колонну. Все держатся друг за друга, а стоящий впереди — за наседку. На противоположной стороне площадки очерчивается кружок — «гнездо коршуна». По сигналу воспитателя «коршун», он вылетает из гнезда и старается поймать цыпленка, стоящего последним в колонне. Наседка, «распустив крылья» (вытянув руки в стороны), защищает своих цыплят, не даст коршуну схватить цыпленка. Все цыплята следят за движениями коршуна и двигаются за наседкой, не разрывая сцепления в колонне, стараясь помешать коршуну поймать последнего цыпленка. Пойманного цыпленка коршун отводит к себе в гнездо. Игра возобновляется с новым коршуном и наседкой. Продолжительность игры 5—6 минут. Указания: Наседка не должна хватать коршуна руками, она может только преграждать ему путь. Коршун вылетает из гнезда только после слова воспитателя «коршун».

Карточка 44

«Кролики». На одной стороне площадки мелом нарисованы кружочки (5—6) — это клетки для кроликов. Вперед ними стоят стульчики. На противоположной стороне — дом сторожа (стул, на котором сидит воспитатель). Между домом и клетками кроликов находится лужок, на котором кролики гуляют. Воспитатель делит всех играющих на группки по 3—4 ребенка. Каждая группка становится в один из начерченных на полу кружочков. Дети присаживаются по указанию воспитателя на корточки (кролики сидят в клетках). Воспитатель подходит поочередно к клеткам и выпускает кроликов на лужок. Кролики один за другим проползают под стулом, а затем бегают и прыгают на лужайке. Через некоторое время педагог говорит: «Бегите в клетки!» Кролики спешат домой. Каждый возвращается в свою клетку, проползая снова под стулом. Кролики сидят в клетках до тех пор, пока сторож снова не выпустит их гулять. Игра повторяется 4—5 раз.

Указания. Вместо стульев для подползания можно использовать дуги, положенную на стойки планку или натянутый шнур.

Карточка 45

«Кролики и хозяин» На одной стороне площадки в ограниченном месте находится клетка для кроликов. Границы клетки обозначены двумя стульями без шнура. На противоположной стороне зала хозяин — воспитатель. Между хозяином и клеткой расположен лужок, на котором гуляют дети-кролики. Хозяин загоняет кроликов в клетку и объясняет. «Как только я открою клетку, все кролики пойдут гулять. Будьте внимательны, выползайте только через дверь». Кролики выползают из клетки, гуляют по лугу, ползают, бегают, «щиплют травку». По сигналу «Кролики, домой!» дети бегом возвращаются в клетку.

Карточка 46

«Кто быстрее!» Дети становятся в две колонны. По команде дети прыгают на двух ногах до предмета, затем обходят его с внешней стороны и быстро возвращаются в конец своей колонны. Вторые игроки начинают прыжки после того, как первый пересечет условную линию (шнуром обозначается старт для каждой команды) и т.д. Отмечается команда-победитель.

Карточка 47

«Кто быстрее» Из реек (шнуров) образуют две дорожки длиной 3 м, шириной 30 см. Играющие становятся в две колонны, в руках игроков, стоящих первыми, по одной кегле. По сигналу воспитателя (свисток) первые игроки бегут от исходной черты по дорожке, затем огибают стоящий в 1 м от дорожки предмет (набивной мяч, кубик), возвращаются в свою колонну и передают кеглю следующему игроку, а сами становятся в конец колонны. Так последовательно выполняют упражнение все игроки. Когда впереди колонны окажется первый игрок команды, то он поднимает предмет высоко над головой. Отмечается команда-победитель, и игра повторяется.

Карточка 48

«Кто быстрее принесет кубик?». Дети делятся на 4 звена. Первые дети из каждого звена встают в обруч. По сигналу «Марш!» они ползут на ладонях и ступнях до стула, на котором лежат кубики, берут по кубику и бегом возвращаются в обруч. Кто первым наступит в обруч, тот и выигрывает. Проигравшие кладут кубики в корзину. Затем по наличию кубиков определяются победители.

Карточка 49

«Кто дальше бросит мешочек?» Дети стоят по одну сторону зала (площадки) за начерченной ливней или лежащей на полу веревкой. Каждый из играющих получает мешочек. По сигналу воспитателя все дети бросают мешочек вдаль. Каждый внимательно следит за тем, куда упадет его мешочек. По следующему сигналу все бегут за мешочками, поднимают их и становятся на то место, где лежал мешочек. Дети поднимают двумя руками мешочек над головой. Воспитатель отмечает детей, которые бросили мешочки дальше всех. Затем малыши возвращаются на исходные места. Игра повторяется 6—7 раз.

Указания. Игру лучше проводить с половиной группы. Бросать мешочки дети должны правой и левой рукой.

Карточка 50

«Кто скорее добегит до флажка?» (С подлезанием.) Дети делятся на 3—4 равные группы и становятся в колонны в нескольких шагах одна от другой у черты, за которую они не должны выходить. На расстоянии 4—5 м от этой черты перед каждой колонной расставлены воротца. Еще дальше впереди от линии положены флажки. По условному сигналу стоящие первыми в колоннах бегут к воротцам, подлезают под них, бегут к флажкам, поднимают флажки над головой и машут ими. Потом спокойно кладут флажки на пол и бегом возвращаются каждый в конец своей колонны. Выигрывает тот, кто прибежал первым. К флажкам бегут следующие.

Указания. Игру можно провести иначе, дав детям задание не бежать, а ползти до воротцев на четвереньках или по-пластунски. Запрещается бросать флажки на пол, надо наклониться и положить их аккуратно палочкой в определенную сторону.

Карточка 51

«Кто скорее докатит обруч до флажка?» Играющие делятся на звенья; становятся друг за другом за чертой. У первых в колоннах в руках обручи. Впереди на расстоянии 10—15 м поставлены флажки или кегли. По сигналу воспитателя «кати» первое в колоннах катят обручи по направлению к флажкам, подталкивая их палочкой, оббегают с обручем флажок, возвращаются в свои колонны и передают обручи и палочки следующим. Как только игрок получит палочку, он сейчас же бежит к флажку, прокатывая палочкой обруч, и т. д. Игра заканчивается, когда стоявший в колонне последним выполнит задание. Выигрывает звено, которое быстрее закончит игру.

Указания. Воспитатель следит, чтобы, принимая обруч и палочку, дети не выходили за черту. Обруч нельзя отпускать далеко от себя. Можно дать задание прокатывать обруч левой рукой. Для усложнения игры вводится задание закончить игру после того, как вся колонна прокатит обруч до флажка 3—4 раза без перерыва.

Карточка 52

«Кто тише?» 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 носочки 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.

Карточка 53

«Кто летает?» Дети с воспитателем стоят по кругу. Воспитатель называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают и не летают. Называя предмет, воспитатель поднимает руки вверх. Например, воспитатель говорит: «Ворона летает, стол летает, самолет летает» и т. д. Дети поднимают обе руки вверх и произносят слово «летает» только в том случае, если воспитатель назвал действительно летающий предмет.

Указания. На роль водящего назначаются и дети. Игра проводится сначала в медленном темпе, затем в быстром.

Карточка 54

«Кто ушел?» Дети стоят по кругу или полукругом. Воспитатель предлагает одному из играющих запомнить тех, кто находится рядом (5—6 человек), а затем выйти из комнаты или отвернуться и закрыть глаза. Одни из детей прячутся. Воспитатель говорит: «Отгадай, кто ушел?». Если ребенок отгадает, то выбирает кого-нибудь вместо себя. Если ошибется, то снова отворачивается и закрывает глаза, а тот, кто прятался, возвращается на свое место. Отгадывающий должен его назвать. Игра повторяется 4—5 раз.

Указания. Дети не должны подсказывать. Можно никому не прятаться, тогда отгадывающий должен заметить, что все остались на местах.

Карточка 55

«Куры и цыплята». Детей разделить на две подгруппы — куры и цыплята — и расположить на противоположных сторонах площадки. По сигналу «Гулять!» куры спрыгивают со скамьи высотой 30 см, перепрыгивая через ручей шириной 50 см, а цыплята выпрыгивают из обручей, также перепрыгивают через ручей шириной 50 см и бегут на полянку. По сигналу «Лиса!» все возвращаются в дом, забегая за скамейку и обручи.

Указания. В группу цыплят можно определить детей послабее. Если дети одинаково владеют прыжками, то после двух повторений группы поменять.

Карточка 56

«Лиса в курятнике». В курятнике на насесте располагаются куры (дети стоят на скамейках, расставленных по одну сторону площадки). На противоположной стороне площадки находится нора лисы. Остальная часть площадки — двор. Лиса сидит в норе, а куры ходят и бегают по двору, кудахчут, хлопают крыльями, клюют зерна. По сигналу воспитателя «лиса» куры убегают, прячутся в курятник и взлетают на насест, а лиса старается схватить и утащить (осторожно, слегка касаясь) замешкавшуюся курицу. Пойманную добычу она уводит в свою нору. Игра заканчивается, когда лиса поймает условленное число кур. Игра повторяется 4—5 раз.

Указания. Насестом могут служить различные предметы: стулья, кубы и т. д.

Карточка 57

«Лиса и гуси» Дети находятся на одной стороне площадки, перед ними шнур, натянутый на высоте 70 см. Это дом для гусей. По сигналу «Гуси!» дети подлезают под шнур и бегут на лужок, выполняя разные движения. По сигналу «Лиса!» шнур убирается и гуси возвращаются домой

Указания. Отметить ловких гусей, которые ни разу не задели шнур (можно повесить на шею медальон)

Карточка 58

«Ловишки». Дети находятся на площадке. Выбранный ловишкой становится на середине. По сигналу «раз, два, три... лови» все играющие разбегаются по площадке, увертываются от ловишки, который старается догнать кого-нибудь из детей и коснуться его рукой, запятнать. Тот, кого водящий коснулся рукой, отходит в сторону. Когда будет запятнано 3—4 играющих, выбирают другого водящего.

Указания. Можно использовать другие варианты игры: «Ловишки-перебежки», «Ноги от земли», «Ловишки в кругу» и др.

Карточка 59

«Ловишки». Дети произвольно располагаются на площадке. Ведущий — ловишка, назначенный воспитателем или выбранный играющими, становится на середине площадки. Воспитатель говорит: «Раз, два, три — лови!» По этому сигналу все дети разбегаются по площадке, увертываются от ловишки, который старается догнать одного из играющих и коснуться его рукой (запятнать). Тот, кого ловишка коснулся рукой, отходит в сторону. Игра заканчивается, когда ловишка поймает 3—4 играющих. Затем выбирается новый ловишка. Игра повторяется 4—5 раз.

Указания. Для того чтобы дети лучше ориентировались, ловишке можно выдавать какой-либо отличительный знак — повязать на руку ленточку, приколоть бант, надеть шапочку с султанчиком и т. п. Если ловишка оказался неловким и долгое время никого не может поймать, воспитатель останавливает игру и назначает другого водящего.

Карточка 60

«Ловишка». (Ноги от земли!). В этой игре нельзя ловить детей, успевших встать на какой-нибудь предмет: кубик, доску и др.

Карточка 61

«Ловишка, бери ленту». Играющие стоят по кругу. У каждого из них цветная ленточка, которая закладывается сзади за пояс или ворот. В центре круга стоит ловишка. По сигналу воспитателя «беги» дети разбегаются по площадке. Ловишка бежит за играющими, стремясь взять у кого-нибудь из них ленточку. Лишившийся ленточки, временно отходит в сторону. На слова воспитателя «Раз, два, три — в круг скорей беги!» дети строятся в круг. Ловишка подсчитывает количество взятых лент и возвращает их детям. Игра продолжается с новым ловишкой.

Указания. Один и тот же ловишка может водить 2 - 3 раза. Усложняется игровое задание за счет уменьшения длины ленточки.

Карточка 62

«Ловишка в кругу». На земле чертят круг, диаметр которого 3—5 м. При помощи считалки играющие выбирают ловишку. Он становится в центр круга, остальные дети за кругом. После слов воспитателя «Раз, два, три — лови!» дети бегут, пересекая круг, а ловишка их ловит. Ловить можно только в кругу. Когда будет поймано определенное число детей, выбирают нового ловишку.

Карточка 63

«Ловишка с мячом». Дети стоят по кругу. Ловишка в центре круга. У его ног лежат 2 мяча. Ловишка проделывает ряд движений: подскоки, наклоны, приседания, хлопки и т. п. Играющие повторяют за ним эти движения. По сигналу воспитателя «беги из круга» дети разбегаются в разные стороны, а ловишка быстро берет мячи с земли и бросает, стараясь попасть в убегающих. После этого по сигналу педагога «раз, два, три — в круг скорей беги» дети снова образуют круг; выбирается новый ловишка, игра продолжается. В конце игры подводится итог — кто же из ловишек был самым метким.

Указания. Если ловишка попал обоими мячами в убегающих, он останется на этой роли.

Карточка 64

«Лови мяч». 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.

Карточка 65

«Ловля обезьян». Изображающие обезьян дети располагаются на пособиях для лазанья по одну сторону площадки. В противоположной стороне находятся ловцы обезьян (4—6 детей). Они хотят сманить обезьян с деревьев и поймать их. Ловцы договариваются, какие движения они будут делать. Они выходят на середину площадки и показывают задуманные движения. Обезьяны в это время быстро влезают на стенку и наблюдают оттуда за движениями ловцов. Прочелав движения, ловцы уходят в конец площадки, а обезьяны слезают с деревьев, приближаются к тому месту, где были ловцы, и подражают их движениям. По сигналу воспитателя «ловцы» обезьяны бегут к деревьям и влезают на них. Ловцы ловят тех обезьян, которые не успели влезть на дерево. Пойманных они уводят к себе. После 2—3 повторений дети меняются ролями.

Указания. Надо следить, чтобы дети не спрыгивали со стены, а спускались вниз до последней перекладины. При повторении игры движения ловцов должны быть новыми.

Карточка 66

«Лошадки». Дети делятся на 2 равные группы. Одни изображают лошадок, другие — конюхов. (У конюхов в руках вожжи.) На одной стороне площадки (это луг) очерчивается конюшня, где находятся лошадки, на другой — место для конюхов. Воспитатель говорит: «Конюхи, вставайте скорей, запрягайте лошадей!» По этому сигналу конюхи бегут к конюшине и запрягают лошадей. (Каждый выбирает себе лошадь по собственному желанию или по указанию педагога.) Запряженные лошадки выстраиваются друг за другом и по сигналу едут тихо, бегут рысью или вскачь. На слова воспитателя «Приехали, распрягайте лошадей!» конюхи останавливают лошадок, распрягают и отпускают пастись на луг, а сами возвращаются на свои места. Лошади спокойно пасутся на лугу, щиплют траву. По сигналу «конюхи, запрягайте лошадей» каждый конюх ловит свою лошадку, которая убегает, увертывается от него. Когда все лошадки будут пойманы и запряжены, пары выстраиваются друг за другом, и игра возобновляется. Игра повторяется 3—4 раза, после чего воспитатель говорит: «Отведите лошадей в конюшню, пусть они отдохнут!» Конюхи отводят лошадей в конюшню, распрягают их.

Указания. В игре следует чередовать бег с ходьбой и разными видами подскоков. Игру можно разнообразить, предлагая разные сюжеты поездок: скачки, поездку в лес и т. п. Если какую-нибудь на лошадок конюх долго не может поймать, воспитатель и другие конюхи помогают ему.

Карточка 67

«**Лохматый пес**». Один из детей изображает пса. Он ложится на пол, положив голову на вытянутые 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.

Указания. Если пса изображает воспитатель, то он засыпает сидя на стуле или скамейке.

Карточка 68

«**Лягушки и цапли**». Границы болота (прямоугольник, квадрат или круг), где живут лягушки, отмечаются кубами (сторона 20 см), между которыми протянуты веревки. На конках веревок мешочки с песком. Поодаль гнездо цапли. Лягушки прыгают, резвятся в болоте. Цапля (водящий) стоит в своем гнезде. По сигналу воспитателя она, высоко поднимая ноги, направляется к болоту, перешагивает веревку и ловит лягушек. Лягушки спасаются от цапли — они выскакивают из болота. Пойманных лягушек цапля уводит к себе в дом (они остаются там, пока не выберут новую цаплю.) Если все лягушки успеют выскочить из болота и цапля никого не поймает, она возвращается к себе в дом одна. После 2—3 повторений игры выбирается новая цапля.

Указания. Вербки накладывают на кубы так, чтобы они могли легко упасть, если задеть их при прыжке. Упавшую веревку снова кладут на место. Играющие (лягушки) должны равномерно располагаться по всей площади болота. В игре могут быть и 2 цапли.

Карточка 69

«Медведи и пчелы». Улей (гимнастическая стенка) находится на одной стороне площадки. На противоположной стороне — луг. В стороне — медвежья берлога. Одновременно в игре участвует не более 12—15 человек. Играющие делятся на 2 неравные группы. Большинство из них пчелы, которые живут в улье. Медведи — в берлоге. По условному сигналу пчелы вылетают из улья (слезают с гимнастической стенки), летят на луг за медом и жужжат. Как только пчелы улетят, медведи выбегают из берлоги и забираются в улей (влезают на стенку) и лакомятся медом. Как только воспитатель подаст сигнал «медведи», пчелы летят к ульям, а медведи убегают в берлогу. Не успевших спрятаться пчелы жалят (дотрагиваются рукой). Потом игра возобновляется. Ужаленные медведи не участвуют в очередной игре.

Указания. После двух повторений дети меняются ролями. Воспитатель следит, чтобы дети не спрыгивали, а слезали с лестницы; если нужно, оказывают помощь.

Карточка 70

«Мой веселый, звонкий мяч». 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 стих, 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, соответствующем прыжкам детей (а они довольно часты). Если дети не смогут воспроизвести движения мяча, им надо показать это.

Карточка 71

«Море волнуется». Дети становятся в круг на расстояние одного -двух шагов друг от друга, и каждый чертит вокруг себя кружок. Выбирается водящий. Он идет между играющими змейкой. Те дети, которым водящий скажет «Море волнуется», идут за ним, постепенно образуя цепочку. Такая цепочка в ходьбе или беге огибает каждый кружок. На слова педагога «Море спокойно» все опускают руки и стараются быстро занять любой свободный кружок. Тот, кто останется без кружка, считается проигравшим.

Карточка 72

«Мы, веселые ребята». Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне площадки также проведена черта. Сбоку от детей, примерно на середине между двумя линиями, находится ловишка. Ловишка назначается воспитателем или выбирается детьми. Дети хором произносят:

Мы, веселые ребята,
Любим бегать и скакать.
Ну, попробуй нас догнать.
Раз, два, три — лови!

После слова «лови» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка догоняет бегущих, ловит их. Тот, до кого ловишка сумеет дотронуться, прежде чем убегающий пересечет черту, считается пойманным. Он отходит в сторону. После 2—3 перебежек производится подсчет пойманных и выбирается новый ловишка. Игра повторяется 4—5 раз.

Указания. Если после 2—3 перебежек ловишка никого не поймает, все равно выбирается новый ловишка.

Карточка 73

«Мы строим дом» Команды в колоннах перед стартовой линией. Рядом с каждой командой — пластмассовые кубики, а в отдалении — обруч. Задача: перенося по одному кубику, выстроить из них коллективно дом (башню). Выигрывает команда, первой закончившая «строительство».

Карточка 74

«Мышеловка» Дети распределяются на две группы. Одна образует круг-мышеловку. Остальные изображают мышей и находятся вне круга. Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки, идут по кругу влево (вправо), приговаривая:

Ах, как мыши надоели,

Развелось их просто страсть.

Все погрызли, все поели,

Всюду лезут — вот напасть.

Берегитесь же, плутовки,

Доберемся мы до нас.

Вот поставим мышеловки.

Переловим всех за раз!

По мере произнесения слов дети-мыши вбегают в круг, подлезая под сцепленные руки детей, идущих по кругу, и выбегают из круга. По окончании слов мышеловка закрывается — дети опускают руки. Те, кто остался в кругу, считаются пойманными. Они встают в круг — мышеловка увеличивается. Игра повторяется.

Карточка 75

«**Мыши в кладовой**». Дети изображают мышей. Они стоят или сидят на стульях (скамейках) на одной стороне площадки (мышки в норках). На противоположной стороне, на высоте 50—40 см натянута веревка, за ней кладовая. Сбоку от играющих сидит воспитатель, исполняющий роль кошки. Кошка засыпает, а мыши бегут в кладовую. Проникая в кладовую, они нагибаются, подлезая под веревку. В кладовой мыши присаживаются на корточки и грызут сухари. Кошка внезапно просыпается и бежит за мышами. Мыши выбегают из кладовой и прячутся в норки. (Кошка **не** ловит мышей, она только делает вид, что хочет поймать их.) Затем кошка возвращается на место и засыпает. Игра продолжается. Повторяется игра 5—6 раз.

Указания. Подлезая под веревку, ребенок должен наклоняться пониже, чтобы не задевать ее.

Карточка 76

«**Мыши и кот**». Дети-мышки сидят в норках (на скамейках или стульях, поставленных вдоль стен комнаты или по сторонам площадки). В одном из углов площадки сидит кот (роль кота исполняет воспитатель). Кот засыпает, и мыши разбегаются по комнате. Но вот кот просыпается, потягивается, мяукает и начинает ловить мышей. Мыши быстро бегут и прячутся в норках (занимают свои места на стульях). После того как все мыши вернутся в норки, кот еще раз проходит по комнате, затем возвращается на свое место и засыпает. Игра повторяется 4—5 раз.

Указания. Из норок мышки могут выбегать, только когда кот закроет глаза и заснет, а возвращаться в норки — после того как он проснется и замяукает. Воспитатель следит, чтобы все мышки выбегали из норок. Можно использовать и кошку-игрушку. Норками могут быть также кубики, на которые дети должны взобраться.

Карточка 77

«Мяч водящему». Провести 2 линии. Расстояние между ними 2 - 3 м. Играющие становятся друг за другом за первую линию. Напротив них, за другую линию, становится водящий. Он бросает мяч ребенку, стоящему в колонне первым, а тот возвращает мяч водящему и перебегает в конец колонны, вся колонна продвигается вперед, к исходной линии подходит следующий. Когда все дети бросят мяч, выбирают нового водящего.

Указания. Игру можно провести с элементом соревнования. В этой случае играющим удобно стать в несколько колонн и выбрать столько же водящих. Если игроки роняют мяч, водящий бросает его повторно, но из-за этого колонна теряет время.

Карточка 78

«Мяч через сетку». Небольшая группа играющих (2—8) становится по обе стороны сетки (натянута на высоте поднятых вверх рук ребенка), на расстоянии не менее 1 – 1,5 м. Затем дети начинают перебрасывать мяч друг другу. Так, если играющих четверо или более, то один ребенок бросает мяч через сетку на другую сторону. Поймавший перебрасывает его одному из соседей, а тот возвращает мяч за сетку.

Указания. Играющие бросают мяч через сетку по условиям игры определенным способом (двумя руками снизу или из-за головы). Команды соревнуются между собой: воспитатель или один из детей подсчитывает, на какой стороне мяч больше падал на землю.

Карточка 79

«Мяч в кругу». 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.

Карточка 80

«Мяч по кругу». Играющие образуют 3—4 круга. В руках у каждого капитана команды по одному мячу большого диаметра. По сигналу педагога капитаны начинают передавать мяч следующему игроку своей команды и т. д. Как только мяч вернется к капитану, он поднимает его вверх. Команда считается победителем, если она быстро и без потерь передала мяч по кругу и он вновь оказался у капитана.

Карточка 81

«Найди, где спрятано». Дети стоят вдоль стены комнаты. Воспитатель показывает флажок, говорит, что спрячет его. Дети поворачиваются лицом к стене. Воспитатель, прячет флажок и говорит: «Пора». Дети ищут спрятанный флажок. Тот, кто первым найдет флажок, прячет его при повторении игры. Игра повторяется 3—4 раза.

Указания. Если дети долго не могут найти флажок, воспитатель подходит к месту, где он спрятан, и предлагает поискать там. Когда флажок прячет ребенок, ему надо помочь.

Карточка 82

«Найди и промолчи». Дети стоят в шеренге лицом к воспитателю. Он предлагает им повернуться и закрыть глаза, а сам в это время прячет какой-нибудь предмет. По разрешению воспитателя дети поворачиваются, открывают глаза и приступают к поискам спрятанного предмета. Нашедший предмет подходит к воспитателю и тихо, на ухо говорит, где он его нашел. Если он сказал правильно, то отходит в сторону. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не найдут спрятанный предмет.

Указания. Воспитатель поручает прятать предмет и самим детям. Если кто-то затрудняется в поисках, можно подсказывать ему, говоря «холодно» или «жарко».

Карточка 83

«Найди и промолчи». Дети стоят вдоль одной стороны площадки лицом к воспитателю. По сигналу педагога они поворачиваются лицом к стене. Воспитатель в это время прячет платок. Затем дети открывают глаза, поворачиваются и начинают искать платок. Нашедший, не показывая вида, что он уже нашел, подходит к педагогу и тихо говорит ему на ухо, где он обнаружил платок, и становится на свое место в шеренге (или садится на скамейку, стул). Игра продолжается до тех пор, пока большинство детей не найдут платок. Игра повторяется 3—4 раза.

Указания. Надо пояснить детям, что тот, кто найдет платок, не только не должен брать его, но и показывать вид, что заметил спрятанное.

Карточка 84

«Найди свое место (домик)». Каждый играющий выбирает себе домик. Это могут быть стул, гимнастическая скамейка, круг, начерченный на земле или полу, обруч и др. По сигналу воспитателя дети выбегают на площадку, легко и тихо бегают в разных направлениях. На сигнал «найди свое место (домик)», они возвращаются на свои места.

Указания. Дети должны бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, подальше от своего места, не подбегать к нему до сигнала.

Карточка 85

«Найди свой цвет». Воспитатель раздает детям флажки 3—4 цветов: красные, синие, желтые, зеленые. Дети собираются в разных углах комнаты, обозначенных воспитателем заранее флажком определенного цвета. По сигналу «идите гулять» малыши расходятся по комнате в разные стороны. Когда воспитатель скажет: «Найди свой цвет!» — дети собираются возле флажка соответствующего цвета. Педагог отмечает, какая группа раньше собралась. Затем игра повторяется (5—6 раз).

Указания. После нескольких повторений, когда малыши хорошо усвоят игру, педагог может предложить им во время прогулки остановиться, закрыть глаза, а сам тем временем переставит флажки в углах комнаты.

Карточка 86

«Найди себе пару». Воспитатель раздает играющим по одному флажку какого-либо из основных цветов. По сигналу — удару в бубен, хлопку — дети разбегаются по площадке, помахивают над головой флажками. По следующему сигналу — нескольким ударам в бубен, хлопкам, словам «Найди себе пару» — дети, имеющие флажки одного цвета, находят себе пару. Каждая пара произвольно делает какую-либо фигуру. К оставшемуся без пары все играющие обращаются со словами:

Петя, Петя, не зевай,
Быстро пару выбирай.

Затем по сигналу все снова разбегаются по площадке. Игра повторяется 5—6 раз.

Указания. В игре может участвовать нечетное количество играющих; тогда в нее включается воспитатель. У педагога должны быть флажки всех цветов; при повторении игры он меняет их у нескольких детей. Играющие должны выбирать себе по сигналу разные пары.

Карточка 87

«Найди флажок». 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.

Карточка 88

«На погрузке арбузов?». Дети делятся на две команды, у каждой корзина с большими мячами. Капитан бросает мяч из корзины, а другие дети ловят и складывают в ящик. Если мяч не пойман, арбуз считается разбитым

Карточка 89

«Наседка и цыплята». Дети изображают цыплят, воспитатель — наседку. Цыплята с наседкой находятся в доме (место, огороженное натянутой между стойками или стульями веревкой на высоте 35—40 см). В стороне живет воображаемая большая птица. Наседка подлезает под веревку и отправляется на поиски корма. Она зовет цыплят: «Ко-ко-ко-ко!» По зову матери цыплята подлезают под веревку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют, наклоняются, приседают, ищут корм. На слова воспитателя «Большая птица летит!» все цыплята быстро убегают и прячутся в доме. Игра повторяется 3—4 раза.

Указания. Когда цыплята возвращаются домой, убегают от большой птицы, воспитатель может приподнять веревку повыше, чтобы дети не задели ее. Роль наседки могут со временем выполнять и сами дети.

Карточка 90

«Не намочи ног». Играющие собираются на одной стороне площадки за чертой. Воспитатель вызывает 5- 6 детей, они выхолят к черте, каждый получает по 2 дощечки (30 X 20 см). На противоположной стороне площадки на одной линии раскладываются султанчики. Между играющими и пособиями расположено болото. Дети должны перебраться через болото по дощечкам, но замочив ног (наступая только на дощечки). По команде воспитателя «Начинай!» играющие кладут на землю одну дощечку и становятся на нее, затем переходят на другую дощечку, берут ту, что сзади, чтобы снова положить ее впереди себя, и т. п. Перейдя болото, дети собирают дощечки, берут султанчики и поднимают их над головой. Отмечается, кто поднял султанчик первым. Затем дети кладут султанчики обратно, возвращаются на места и передают дощечки следующим.

Указания. Воспитатель следит, чтобы дети не бросали дощечки на пол, а клали осторожно. Когда дети научатся ловко передвигаться по дощечкам, можно провести соревнования в звеньях.

Карточка 91

«Не оставайся на полу». Выбирается ловишка. Дети размещаются в разных местах площадки. По заданию воспитателя они вместе с ловишкой ходят, бегают, прыгают в определенном темпе и ритме, обусловленном музыкальным сопровождением (ударами в бубен, хлопками и т. п.). Как только раздастся сигнал воспитателя «лови», все убегают от ловишки и взбираются на возвышающиеся предметы. Ловишка старается осалить убегающих. Дети, до которых ловишка дотронулся, сразу отходят в сторону. Игру повторяют 2—3 раза, затем подсчитывают пойманных и выбирают нового ловишку. Игра возобновляется.

Указания. Воспитатель следит, чтобы с возвышения дети спрыгивали на обе ноги, приучает детей разбегаться по всей площадке, подальше от предметов, на которые они должны взобраться.

Карточка 92

«Не наступи на линию». Воспитатель проводит на полу 2 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.

Карточка 93

«Необычный старт». И.п. — сед (или другие исходные положения). По команде педагога играющие быстро встают и бегут к финишной черте. Достигнув ее, игроки поворачиваются кругом и возвращаются в исходное положение (сед или другое и.п.). Побеждает тот, кто выполнит задание быстрее всех.

Карточка 94

«Не попадись в мышеловку» Организовать ворота разной высоты для подлезания на ступнях без рук и на ладонях и коленях кто задел воротики, тот попался в мышеловку.

Карточка 95

«Обезьянки». 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 залетать на гимнастическую стенку.

Карточка 96

«Обезьянки». Воспитатель предлагает детям по одному или по двое подойти к гимнастической стенке, стать лицом к ней и взобраться до 3—4 рейки. Это обезьянки. Остальные дети сидят или стоят и смотрят, как обезьянки собирают на деревьях фрукты. Затем на деревья взбираются другие обезьянки.

Указания. Когда дети научатся уверенно избираться на лесенку и спускаться с нее, надо усложнить задание, предложив им перебираться с пролета на пролет стенки — с дерева на дерево.

Карточка 97

«Опасная поза». Занимающиеся идут в обход по залу в колонне по одному. По заранее обусловленному сигналу педагога (например, руки в стороны) ходьба прекращается, и все принимают упор присев. По другому сигналу (например, руки вверх) принимается стойка ноги врозь. Если руки педагога находятся внизу, группа продолжает движение по залу.

Карточка 98

«Охотники и зайцы». На одной стороне площадки очерчивают место для охотников. На другой стороне обозначают домики для зайцев. В каждом домике находятся 2—3 зайца. Охотник обходит площадку, делая вид, что он разыскивает следы зайцев, а затем возвращается к себе. По сигналу зайцы выбегают из своих домиков на полянку и прыгают на двух ногах, продвигаясь вперед. По слову воспитателя «Охотник!» зайцы бегут в домики, а ребенок, изображающий охотника, бросает в них мяч. Заяц, в которого попали мячом, считается подстреленным. Охотник уводит его к себе. Игра повторяется несколько раз, после чего выбирают другого охотника.

Указания. У охотника в руках может быть несколько мячей. Стрелять в зайцев, находящихся в домиках, нельзя.

Карточка 99

«Охотники и утки» играющие разделяются на две равные команды — охотников и уток. Утки становятся в середину большого круга, охотники располагаются снаружи круга. Охотники, бросая мяч большого диаметра, стараются им осалить уток, те выбывают из игры. Когда большинство (одна треть) уток будет осалено, то команды меняются ролями. Все играющие распределяются на примерно равные по своим физическим возможностям группы. Игру желательно проводить на площадке.

Карточка 100

«Опусти мяч». 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 3 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».

Карточка 101

«Парный бег». Дети стоят в звеньях парами на одной стороне площадки за чертой. На другой стороне площадки расставлены кегли (булавы, стулья, набивные мячи) по числу звеньев. Воспитатель подает сигнал, по которому первая пара звена, держась за руки, бежит до стоящего впереди предмета, огибает его и возвращается в конец своего звена. По следующему сигналу бежит вторая пара и т. п. Пара, отпустившая руки, считается проигравшей.

Карточка 102

«Пастух и стадо». Дети изображают стадо (коров, телят). Выбирают пастуха. Ему вручают пастушью шапку, хлыст и рожок. Стадо собирается на скотном дворе. Пастух стоит в отдалении. Воспитатель произносит:

Ранним-рано поутру

Пастушок: «Ту-ру-ру-ру!»

А коровки в лад ему

Затянули: «Му-му-му!»

На слова «ту-ру-ру-ру» пастушок играет в рожок, после слов «му-му-му» коровки мычат. Затем дети становятся на четвереньки, и стадо идет на зов пастуха.

Он гонит их в поле (на другую сторону площадки). Там стадо пасется некоторое время, затем пастух гонит его обратно в хлев. Выбирают нового пастуха. Игра повторяется 2—3 раза.

Указания. Для игры нужна достаточно просторная площадка. Дети не должны сбиваться в одно место.

Карточка 103

«Перебежки. Кто сделает меньше шагов?» На площадке чертят 2 линии на расстоянии 6—8 м. Несколько играющих (2-3) становятся на одну линию и начинают переходить или перебегать за другую линию, стараясь шаги делать как можно длиннее. Выигрывает тот, кто сделает меньше шагов.

Карточка 104

«Передвижение в упоре лежа». И.п. — упор лежа. По команде играющие передвигаются вперед, помогая себе руками. Побеждает тот, кто первый достигнет финишной черты. *Усложнение задания:* одновременными толчками рук передвижение назад без отрыва носков от пола, при выполнении этого задания исходное положение — упор лежа, ногами вперед по отношению к финишной черте.

Карточка 105

«Перелезь через бревно». Дети стоят вдоль одной стены комнаты. Впереди, на расстоянии 2,5—3 м, 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 вставал, а переползал через него на четвереньках.

Карточка 106

«Перелет птиц». Птицы (дети), расправив крылья, летают по всей площадке. По сигналу «буря» они скрываются на деревьях (влезают на гимнастическую стенку). Когда воспитатель скажет: «Буря прекратилась!» — птицы слезают с ветвей (спускаются со стенки) и продолжают летать.

Указания. Если нет гимнастической стенки, используются скамейки, ящики и другие предметы.

Карточка 107

«Перемени предмет». На одной стороне площадки за линией становятся играющие, образуя 4—5 колонн (расстояние между колоннами примерно 1,5 м). На противоположной стороне площадки напротив каждой колонны очерчены круги диаметром 60 - 80 см. Каждый первый в колонне держит в руках мешочек с песком, кубик или другой предмет. В центр каждого кружка кладется такой же предмет. По сигналу играющие бегут к кружкам, кладут предмет и берут другой, затем возвращаются бегом на свое место и поднимают принесенный предмет над головой. Тот, кто сделает это первым, считается выигравшим. Прибежавшие передают предметы стоящим сзади них, а сами бегут в конец колонны. Когда все выполняют задание, отмечается колонна, набравшая больше выигрышей.

Указания. Поднимать предмет вверх ребенок может только после того, как встанет в колонну. Воспитатель следит, чтобы дети не подходили к черте, оставляли свободное место для возвращающегося игрока.

Карточка 108

«Перетяни противника». Играющие становятся боком, повернувшись друг к другу, в стойке ноги врозь, взявшись правыми руками, правые ступни соприкасаются. Каждый стремится перетянуть партнера на свою сторону. Побежденным считается игрок, который во время поединка потерял равновесие. Вариант: игроки становятся друг к другу спиной, взявшись под руки. На расстоянии одного шага перед ним мелом чертится линия. По сигналу партнеры стараются перетянуть друг друга за эту линию.

Карточка 109

«Перешагни через палку». На пол посередине комнаты кладут параллельно 2 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.

Карточка 110

«Пилоты». Дети разделены на 3—4 звена. Они стоят в колоннах друг за другом за командиром звена. Звенья расположены в разных местах площадки, отмеченных цветными флажками, — это аэродромы. По сигналу воспитателя «пилоты, готовьте самолеты к полету» дети разбегаются в разных направлениях по площадке, останавливаются каждый у своего самолета, наливают бензин (наклоняются), заводят моторы (кружат руками перед грудью), расправляют крылья (разводят руки в стороны) и летят (быстро разбегаются в разных направлениях по площадке). Самолеты находятся в воздухе до сигнала воспитателя «на посадку». После этого сигнала командиры собирают свои звенья (дети на бегу строятся) и ведут их на посадку на аэродромы. Выигрывает то звено, которое первым приземлится. Игра повторяется 4—5 раз.

Указания. В игре целесообразно использовать различные атрибуты. Воспитатель может незаметно для пилотов поменять флажки, которыми обозначены аэродромы. Командиры должны правильно посадить звенья на свои аэродромы.

Карточка 111

«Поворот по хлопку». Бег в колонне по одному. По хлопку педагога группа поворачивается на 180° и бежит в противоположном направлении. По сигналу (два хлопка) выполняется поворот на 360° . После этого группа продолжает бег в том же направлении. Сигналы подаются в различной последовательности.

Карточка 112

«Погреми погремушкой». 5 – 6 детей становятся за линию на одной стороне площадки. На противоположной стороне, на скамейке (бревне), разложены на равном расстоянии друг от друга погремушки (по числу Детей). По сигналу педагога «раз, два, три... беги» дети бегут к погремушкам, поднимают их над головами и потряхивают. Отмечается тот игрок, который сделал это первым. Затем дети возвращаются на места и выходят следующие.

Указания. Можно усложнить игру: включить задание на преодоление препятствий: перешагнуть через веревку или подлезть под нее, пролезть в обруч, обежать расставленные на пути кегли и т. п.

Карточка 113

«Подбрось повыше». Ребенок подбрасывает мяч как можно выше, стараясь бросить его прямо над головой, и ловит. Если малыш не сможет поймать мяч, то поднимает его с пола и снова подбрасывает как можно выше. *Указания.* Ребенок может подбрасывать мяч и одной и двумя руками. Поймай мяч. Напротив ребенка на расстоянии 1,5—2 м от него становится взрослый. Он бросает мяч ребенку, а тот возвращает его. В это время взрослый произносит слова: «Лови, бросай, упасть не давай!» Каждое слово сопровождается броском мяча. Слова нужно произносить медленно, чтобы малыш успел поймать мяч и бросить его, не спеша.

Указания. По мере овладения навыками ловли и бросания расстояние между ребенком и взрослым можно увеличивать. Если играют двое детей, взрослый следит, чтобы они хорошо бросали мяч и при ловле не прижимали его к груди.

Карточка 114

«Подбрось-поймай». Дети свободно располагаются в помещении или на площадке, каждый держит в руках мяч. По сигналу воспитателя «начинай» дети подбрасывают мяч вверх и ловят его. Каждый считает, сколько раз сумеет поймать мяч и не уронить его.

Указания. Детей можно разделить на пары. Одни подбрасывают и ловят мячи, а другие считают, или все становятся в круг, а один или двое из играющих выходят в середину круга и подбрасывают мяч. Все наблюдают за правильностью выполнения задания. Можно ввести и элемент соревнования: кто подбросит и поймает мяч большее число раз? Можно включить и такие усложнения: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его; подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его.

Карточка 115

«Поезд». Дети строятся в колонну по одному (не держась друг за друга). Первый — паровоз, остальные — вагоны. Воспитатель даст гудок, и поезд начинает двигаться вперед, вначале медленно, потом быстрее, быстрее и, наконец, дети переходят на бег. «Поезд подъезжает к станции», — говорит воспитатель. Дети замедляют постепенно шаг, и поезд останавливается. Малыши выходят погулять: разбегаются по полянке, собирают ягоды, грибы, шишки. Услышав гудок, они снова собираются в колонну, и движение поезда возобновляется. Игра повторяется 4—5 раз.

Указания. Вначале дети строятся в колонну в любом порядке, а к концу года привыкают запоминать свое место — находить свой вагон. Можно изменить сюжет игры, например, поезд останавливается у речки, тогда дети изображают катание на лодках, ловлю рыбы и т. п.

Карточка 116

«Пожарные на учении». Дети становятся лицом к гимнастической стенке в 3 – 4 колонны (по числу пролетов). Первые в колоннах стоят па черте. На каждом пролете гимнастической стенки на одинаковой высоте на рейке подвешивают колокольчики. По сигналу воспитателя «Раз, два, три беги» все дети, стоящие в колоннах первыми, бегут к гимнастической стенке, влезают на нее и звонят в колокольчики. Затем они спускаются и возвращаются в конец своей колонны. Воспитатель отмечает того, кто первый позвонил. Игра продолжается. Задание должны выполнить все дети. Выигрывает та колонна, в которой больше играющих, сумевших позвонить первыми.

Указания. Воспитатель следит, чтобы дети слезали, а не спрыгивали с реек, если нужно, помогает. Нарушившему правило, выигрыш не засчитывается.

Карточка 117

«Поймай комара». Дети стоят по кругу лицом к центру на расстоянии вытянутых рук. Воспитатель находится в середине круга. В руках у него прут (длина 1 — 1,5 м) с привязанным на шнуре комаром из бумаги или материи. Воспитатель кружит шнур немного выше голов играющих. Когда комар пролетает над головой, дети подпрыгивают, стараясь поймать его обеими руками. Тот, кто поймает комара, говорит: «Я поймал!», после чего игра продолжается.

Указания. Надо следить, чтобы дети не уменьшали круг во время подпрыгиваний. Вращая прут с комаром, воспитатель то опускает, то приподнимает его.

Карточка 118

«Поймай мяч». В игре участвуют трое детей. Двое становятся на расстоянии не менее 3 м друг от друга и перебрасывают мяч. Третий становится между ними и старается поймать мяч в тот момент, когда он пролетает над ним. Поймав мяч, становится на место ребенка, бросившего мяч, а тот занимает место водящего.

Указания. Разделившись на тройки, играет сразу вся группа. Если кто-то из водящих долго не может поймать мяч, воспитатель предлагает детям поменяться ролями.

Карточка 119

«Поменяйтесь местами» Дети делятся на две команды. Обозначается место расположения каждой команды. Расстояние между командами 2,5 м. Первый участник одной команды бросает мяч первому участнику другой команды, а сам перебегает в хвост противоположной команды, освобождая место второму участнику, и т. д.

Карточка 120

«Попади в воротца». Дети сидят на скамейке, недалеко 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.

Карточка 121

«Попади в круг». Дети стоят по кругу на расстоянии 2—3 шагов от лежащего в центре большого обруча или круга (из веревки или начерченного на полу) диаметром 1 —1,5 м. В руках у детей мешочки с песком. По сигналу воспитателя «бросай» все бросают мешочки в круг. Затем воспитатель говорит: «Поднимите мешочки!» Малыши поднимают мешочки и становятся на места. Игра повторяется 4—6 раз.

Указания. Мешочек надо бросать обеими руками.

Карточка 122

«Попади в обруч». Дети стоят по кругу диаметром 8—10 м, через одного, у каждого в руках мешочек с песком. В центре круга лежит обруч. По сигналу воспитателя дети, у которых в руках мешочки, передают их товарищам справа или слева (по договоренности). Получив мешочки, дети бросают их двумя (или одной) руками снизу, стараясь попасть в обруч. Воспитатель подсчитывает, сколько мешочков попало в обруч у первых номеров. Дети поднимают мешочки и возвращаются на свои места в круг. Снова раздается сигнал, и дети передают мешочки своим соседям — вторым номерам и т. д. Воспитатель сравнивает, какие номера бросали точнее. Игра возобновляется.

Указания. Забрасывать мешочки можно и другими способами: двумя и одной рукой из-за головы, сидя, стоя на коленях и т. п.

Карточка 123

«Попрыгунчики-воробышки (Не попадись!)». Чертится круг диаметром 4—6 м. Выбирается водящий (большая птица). Он становится в середину круга. Все остальные играющие — воробышки, они стоят за кругом. Воробышки прыгают на двух ногах, то впрыгивая в круг поклевать зерна, то выпрыгивая из него. Большая птица летает по кругу, не дает воробышкам собирать зерна, клюет их (дотрагивается рукой до играющих). Воробышки стараются подольше побыть в кругу, увертываются от ловящего. Воробышек, которого клюнула большая птица, останавливается и поднимает руку, после чего продолжает играть. Воспитатель отмечает тех, кто ни разу не попался птице. Игра, повторяется несколько раз по 30—60 с с перерывами для отдыха. При повторении игры назначается новый водящий.

Указания. Воспитатель следит, чтобы играющие не стояли на месте, а подпрыгивали. Если диаметр круга большой и детей много, можно выбрать двух водящих.

Карточка 124

«По ровненькой дорожке». 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 пи 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.

Карточка 125

«Поспешి, но не урони». Дети (с мешочками песка на голове или на ладони вытянутой вперед руки) по 6—10 человек перебегают с одного конца площадки на другой, стараясь обогнать друг друга.

Карточка 126

«По тропинке». Воспитатель проводит на полу 2 параллельные линии (или кладет 2 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.

Карточка 127

«Принеси игрушку». Игрушки (погремушки, кубики) раскладывают на противоположной стороне комнаты (площадки). Воспитатель зовет к себе детей и просит принести игрушки. По его указанию дети идут или бегут за игрушками и приносят их педагогу. Похвалив детей, он просит отнести игрушки на место.

Указания. Игру можно усложнить, добавив задание: дойти до игрушки по узкой дорожке (доске) или перешагивая через невысокие предметы.

Не опоздай. На полу по кругу раскладывают кубики или погремушки. Дети становятся у кубиков. По сигналу воспитателя они бегают по всей комнате, не задевая друг друга и не сбивая кубиков. По сигналу «Не опоздай» дети бегут к своим кубикам.

Карточка 128

«Пробеги тихо». Один из детей садится посередине площадки и закрывает глаза. Остальные дети стоят на одном конце площадки; 6 - 8 из них тихо перебегают с одного конца на другой мимо сидящего посередине. Если дети бегут бесшумно, водящий не имеет права их остановить. Если же он услышит шум шагов, то говорит: «Стой» - и, не открывая глаз, указывает направление звука. Если, водящий указал правильно, дети возвращаются на свои места. Бежит следующая группа детей.

Карточка 129

«Прокати мяч». 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.

Карточка 130

«Прятки». Воспитатель назначает водящего. Тот становится около педагога или в другом обозначенном месте и закрывает глаза, а играющие прячутся. Водящий говорит: «Раз, два, три, четыре, пять, я иду искать!». Обнаружив ребенка, он называет его по имени. Ребенок выходит из своего укрытия и подходит к воспитателю. Когда водящий найдет пятерых детей, педагог собирает всю группу и назначает на эту роль другого ребенка.

Указания. Водящему не разрешается подсматривать.

Карточка 131

«Птичка и птенчики». Дети делятся на группы по 5—6 человек. Каждая группа имеет свой домик — гнездышко (начерченный мелом круг, положенный на пол большой обруч или связанная за концы персика и т. п.). Малыши, сидя на корточках, изображают птенчиков в гнездышках, воспитатель — птичку. На слова «Полетели — полетели!» птенчики выпархивают из гнездышек и стараются улететь за кормом подальше. На слова воспитателя «Полетели домой!» птенчики возвращаются в свои гнездышки. Игра повторяется 3—4 раза.

Указания. Педагог следит, чтобы дети-птенчики действовали по сигналу, напоминает, что нельзя залетать в чужое гнездышко, улетать надо подальше от дома — там больше корма.

Карточка 132

«Птички в гнездышках». 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 гнездышек, 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 гнездышки!» — дети бегут на свои места.

Указания. Перед проведением игры необходимо приготовить такое количество кубиков, брусков, чтобы хватило всем детям. Расположить 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!»

Карточка 133

«Птички и кошка». На земле обозначается круг (диаметром 5—6 м). В центр становится выбранный воспитателем ребенок — это кошка. Остальные дети находятся за кругом — они птички. Кошка засыпает. Птички влетают в круг, клюют зернышки. Кошка просыпается, видит птичек и начинает ловить их. Птички спешат вылететь из круга. Тот, кого коснулась кошка в кругу, считается пойманным и идет на середину круга. Когда кошка поймает 2—3 птичек, воспитатель выбирает новую кошку. Пойманные птички присоединяются ко всем играющим. Игра повторяется 4 — 5 раз.

Указания. Кошка осторожно ловит птичек (не хватает их, а лишь слегка прикасается). Если кошка долго не может никого поймать, воспитатель выбирает ей в помощь еще одну кошку.

Карточка 134

«Пузырь». Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют небольшой кружок, становясь плотно друг к другу. По слова «Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой, оставайся такой, да не лопайся» дети отходят назад, держась за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Лопнул пузырь!» По этому сигналу малыши опускают руки и приседают на корточки, произнося: «Хлоп!»

Можно после слов «Лопнул пузырь» предложить детям, не разрывая рук, двигаться к центру круга, произнося при этом «ш-ш-ш» (воздух выходит). После чего снова «надуть пузырь».

Указания. В первый раз в игре принимают участие 6—8 детей, при повторении 15—16. Слова текста педагог должен произносить четко, ясно, не торопясь, привлекая и детей к повторению слов. Перед началом игры можно показать детям настоящие мыльные пузыри.

Карточка 135

«Самолеты». Дети разделены на 3—4 звена. Они стоят в колоннах друг за другом за командиром звена. Звенья расположены в разных местах площадки, отмеченных цветными флажками, — это аэродромы. По сигналу воспитателя «пилоты, готовьте самолеты к полету» дети разбегаются в разных направлениях по площадке, останавливаются каждый у своего самолета, наливают бензин (наклоняются), заводят моторы (кружат руками перед грудью), расправляют крылья (разводят руки в стороны) и летят (быстро разбегаются в разных направлениях по площадке). Самолеты находятся в воздухе до сигнала воспитателя «на посадку». После этого сигнала командиры собирают свои звенья (дети на бегу строятся) и ведут их на посадку на аэродромы. Выигрывает то звено, которое первым приземлится. Игра повторяется 4—5 раз.

Указания. В игре целесообразно использовать различные атрибуты. Воспитатель может незаметно для пилотов переменить флажки, которыми обозначены аэродромы. Командиры должны правильно посадить звенья на свои аэродромы.

Карточка 136

«Сбей булаву». Играющие становятся за линию, в 2—3 м от которой напротив каждого поставлены булавы. В руках у детей мячи. По сигналу играющие прокатывают мячи по направлению к булавам, стараясь сбить их. По следующему сигналу дети идут за мячами и поднимают упавшие булавы. Игра повторяется. Каждый играющий запоминает, сколько раз булава была им сбита.

Указания. Надо разнообразить игровое задание: прокатить мячи правой, левой или двумя руками, ногой.

Карточка 137

«Сбей кеглю». На полу или на земле чертят линию или кладут веревку. На расстоянии 1 —1,5 м от нее ставят 2—3 большие кегли (расстояние между кеглями 15-20 см). Дети по очереди подходят к обозначенному месту, берут в руки лежащие рядом мячи и катят их, стараясь сбить кегли. Прокатив 3—4 мяча, ребенок бежит, собирает мячи и передает их следующему играющему.

Указания. Вначале лучше давать детям мячи побольше — диаметром 15—20 см. Позже, когда малыши научатся прокатывать мячи энергично, попадая в кегли, им можно предлагать мячи меньшего размера и увеличивать расстояние до кеглей.

Карточка 138

«Сбей мяч». На линии раскладываются небольшие кольца, например кольца от серсо, а па них кладут большие мячи. Играющие становятся на расстоянии 5—6 м колоннами по числу мячей. Они по сигналу сбивают с колец мячи мешочками с песком. В каждой колонне выделяется один наблюдающий. Он поднимает сбитые мячи и подсчитывает их. Затем все бегут за своими мешочками, возвращаются и передают их следующим в колонне. После того как все выполнят задание, мячи передают наблюдающим. Те становятся в колонне первыми и сбивают мячи. Каждая команда подсчитывает количество сбитых мячей. Выигрывает команда, получившая больше очков. Назначаются новые наблюдающие, игра продолжается.

Варианты. Мячи можно разложить на гимнастической скамейке. Можно распределить играющих в команды и так: все первые — одна команда, все вторые - другая команда и т. д.

Указания. Воспитатель следит, чтобы дети не заходили за линию, бросая мячи. Мячи можно сбивать лишь одной рукой — правой или левой.

Карточка 139

«Светофор» Все дети делятся на 4 звена. Роль светофора выполняет взрослый, у него в руках красный флаг. По сигналу «В путь!» все дети бегают, изображая мячом руль автомобиля. По сигналу «К мосту!» все выстраиваются в звенья у черты. Чтобы проехать по мосту, нужно правильно принять и. п. и прокатить мяч любой рукой в ворота с расстояния 3 м. Затем догнать свой мяч и продолжить бегать по всему залу. Если ребенок и. п. принял неправильно, у светофора горит красный свет.

Карточка 140

«Свободное место». Играющие сидят на полу по кругу, скрестив ноги. Воспитатель вызывает двух рядом сидящих детей. Они встают, становятся за кругом спинами друг к другу. По сигналу «раз, два, три — беги» бегут в разные стороны, добегают до своего места и садятся. Играющие отмечают, кто первым занял свободное место. Воспитатель вызывает двух других детей. Игра продолжается.

Указания. Можно вызвать для бега и детей, сидящих в разных местах круга.

Карточка 141

«Сделай фигуру». Дети разбегаются по всей площадке. По сигналу воспитателя они быстро останавливаются на месте и принимают какую-нибудь позу: приседают, поднимают руки в стороны и т. п. Воспитатель отмечает, чья фигура интереснее.

Указания. К концу года игра усложняется, в нее вводятся групповые фигуры — парами, тройками. Кроме того, детям предлагается придумать фигуру в определенном положении: только стоя, стоя на четвереньках, сидя и пр.

Карточка 142

«Серсо». Играют по двое. Один при помощи палки (кип) бросает деревянные кольца, а другой ловит их на кий. Расстояние между играющими 3—4 м. Если дети не могут ловить кольца на кий, можно сначала подбрасывать их рукой и ловить на руку, а затем уже использовать кий. Выигрывает тот, кто больше поймает колец.

Указания. Воспитатель следит, чтобы набрасывали кольца аккуратно.

Карточка 143

«С кочки на кочку». Дети стоят в одной стороне зала (площадки). Воспитатель раскладывает на полу (земле) обручи на небольшом расстоянии (20 см) один от другого. По сигналу педагога дети переходят на другую сторону зала, переступая из обруча в обруч.

Указания. Вместо обручей можно использовать небольшие фанерные кружки; кружки, выложенные из веревки; начерченные мелом и т. п. (диаметр 30—35 см). Когда дети научатся хорошо перешагивать с кочки на кочку, можно предложить им перебираться на другую сторону, перебегая из кружка в кружок или перепрыгивая на двух ногах. Сначала малыши выполняют упражнение по одному или по двое, а затем по несколько человек или все вместе.

Карточка 144

«Совушка». В одном из углов площадки обозначается гнездо совы. В гнезде находится водящий — совушка. Остальные играющие бегают по площадке, изображая жуков, бабочек и других насекомых. Через некоторое время воспитатель говорит: «Ночь!» Играющие замирают на месте в той позе, в какой их застала ночь. Совушка вылетает из своего гнезда. Медленно летит, машет крыльями и смотрит, не пошевелился ли кто. Того, кто пошевелился, совушка уводит к себе в гнездо. А воспитатель говорит: «День!» Бабочки, жуки и другие опять начинают летать, кружиться, жужжать. После 2—3 вылетов совы на охоту подсчитывается число пойманных. Выбирается другая совушка.

Указания. До начала игры воспитатель рассказывает о повадках совы, о том, что она хорошо видит ночью. Предупреждает, что совушка должна следить одновременно за всеми насекомыми.

Карточка 145

«Солнышко и дождик». Дети сидят на скамейках или стульчиках. Воспитатель шпорит: «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. В начале и 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 площадки. Ребенок должен запомнить свой домик и по сигналу бежать в него.

Карточка 146

«Соревнование тачек». Первый номер принимает упор лежа. Второй берет за ноги партнера, и приподнимают их до уровня пояса. По сигналу первые номера, продвигаясь вперед на руках, стремятся быстрее достичь отметки, сделанной мелом на полу, и возвратиться на исходное положение. Во второй попытке партнеры меняются местами.

Карточка 147

«Стой!» Дети стоят с воспитателем. Он подбрасывает мяч высоко вверх и называет имя ребенка. В этот момент все дети разбегаются в разные стороны. А тот, чье имя было названо, быстро подбегает, ловит мяч и кричит: «Стой!» Все играющие останавливаются на том месте, где их застал сигнал. Водящий бросает мяч в кого-нибудь из играющих. Если он попадет, ребенок быстро ловит мяч, кричит: «Стой!» — и бросает мячом в кого-нибудь из играющих и т. д. Если водящий ни в кого не попадет, он бежит за мячом, берет его и снова бросает до тех пор, пока не осалит кого-нибудь. Когда водящий бросает мяч, все должны находиться на своих местах. Можно увертываться: нагибаться, приседать, отклоняться в сторону, подпрыгивать и т. п.

Указания. Воспитатель объясняет детям, что, бросая мяч, надо целиться в ноги. Нарушающих это правило он вначале предупреждает, а затем выводит из игры.

Карточка 148

«Стоп!» Все играющие становятся на линии, проведенной вдоль одной стороны площадки. На противоположной стороне кружком (диаметр 2—3 шага) обозначается дом водящего. Водящий стоит спиной к детям и говорит: «Быстро шагай, смотри, не зевай! Стоп!» На каждое его слово все шагают вперед. Как только водящий произнесет: «Стоп!» — дети останавливаются, а водящий оглядывается и смотрит, кто не успел замереть на месте и шевельнулся. Он называет этих детей, они возвращаются на исходную линию. Затем водящий снова поворачивается спиной к играющим и говорит: «Быстро шагай...» Все продолжают шагать вперед с того места, где их застал сигнал «стоп». Вернувшиеся на исходную линию двигаются оттуда. Игра продолжается до тех пор, пока кто-нибудь из детей не подойдет близко к водящему и не встанет в его дом раньше, чем он скажет: «Стоп!» Тот, кому это удастся, становится водящим.

Указания. Водящий может произносить слова в любом темпе. Воспитатель следит, чтобы дети на каждое слово делали шаг, но не бежали и не прыгали. Можно провести вариант игры с прыжками вперед на двух ногах.

Карточка 149

«Трамвай». Дети стоят в колонне парами (держась за руки). Свободными руками они держатся за шнур (концы его связаны), т. е. одни держатся за шнур правой рукой, другие — левой. Это трамвай. Воспитатель стоит в одном из углов комнаты с тремя цветными флажками: желтым, красным, зеленым. Он объясняет, что на зеленый сигнал надо двигаться, на красный и желтый — останавливаться. Педагог поднимает зеленый флажок — трамвай едет, дети бегут вокруг комнаты (площадки). Добежав до воспитателя (светофора), дети смотрят, не сменился ли цвет. Если поднят по-прежнему зеленый, то движение трамвая продолжается, если поднят красный или желтый флажок, малыши останавливаются и ждут, когда появится зеленый, чтобы снова можно было двигаться.

Указания. Во время игры детей знакомят с правилами уличного движения. При небольшом количестве участников можно ставить их не парами, а в одну колонну. Сюжет игры можно развернуть: на пути устраивают остановку. Пассажиры сидят и ждут прихода трамвая; подъезжая к остановке, трамвай замедляет ход и останавливается. Одни пассажиры выходят, другие входят. Для того чтобы войти в трамвай и выйти из него, дети приподнимают шнур. На конце шнура привязан колокольчик. Ребенок, стоящий последним (кондуктор), дает звонок, трамвай трогается.

Карточка 150

«Угадай, кто кричит». Малыши становятся в круг спиной к центру. Воспитатель стоит в кругу. Он назначает водящего, который тоже становится в середину круга и подражает крику какого-либо домашнего животного или птицы. После этого все дети поворачиваются лицом в круг. Тот, на кого укажет воспитатель, отгадывает, кто кричал. Затем назначается новый водящий. Игра повторяется 5—6 раз.

Указания. Если ребенок затрудняется и не знает, какому животному или птице подражать, педагог помогает ему, подсказывает.

Карточка 151

«Угадай, чей голосок?» Водящий становится в центр зала и закрывает глаза. Дети образуют круг, не держась за руки, идут вправо и говорят:

Мы собрались в ровный круг, Повернемся разом вдруг, А как скажем: «Скок-скок-скок», — Угадай, чей голосок⁹

Слова «скок-скок-скок» произносит один из детей по указанию педагога. Стоящий в центре должен узнать, кто сказал эти слова. Если он отгадает, произносивший эти слова становится на его место. Если водящий не узнал, то при повторении игры он вновь выполняет эту роль. Дети идут по кругу в другую сторону.

Карточка 152

«Уголки». Дети становятся возле расположенных на участке предметов физкультурного оборудования, деревьев или в обозначенных на земле кружках. Один из играющих находится в середине. Он подходит к кому-нибудь из детей и говорит: «Мышка, мышка, отдай мне свой уголок!» Мышка отказывается. Водящий с теми же словами подходит к другому ребенку. В это время все дети выбегают из своих уголков, чтобы поменяться местами. Водящий старается занять чье-нибудь место. Если ему это удастся, то водящим становится оставшийся без места. Если водящий долго не может занять уголок, воспитатель произносит: «Кошка!» По этому сигналу все играющие одновременно меняются местами, а водящий занимает чей-либо уголок.

Указания. Из уголка надо выбегать, нельзя стоять в нем долго; до перебежки можно заранее уговориться с игроком, с которым хочешь поменяться местами; можно занимать уголок вдвоем и выбегать парами.

Карточка 153

«Удочка». Дети становятся по кругу на небольшом расстоянии друг от друга. В центре круга воспитатель. Он вращает по кругу шнур, к концу которого привязан мешочек с песком. Играющие внимательно следят за мешочком, при его приближении подпрыгивают на месте вверх, чтобы мешочек не коснулся ног. Тот, кого мешочек заденет, делает шаг назад и выбывает временно из игры. Вскоре делается небольшой перерыв, затем игра возобновляется, в ней снова участвуют все дети.

Указания. Конец шнура с мешочком должен скользить по полу. Если все дети легко справляются с заданием, можно слегка приподнять мешочек от пола. Вращать шнур нужно не только по часовой стрелке, но и против. Для усложнения игры между двумя прыжками можно дать детям дополнительное задание: присесть и встать, повернуться 1—3 раза вокруг самого себя и др. Вместо подпрыгивания вверх можно отпрыгивать от удочки назад.

Карточка 154

«У медведя во бору». На одной стороне площадки очерчивается берлога медведя. На другой — обозначается дом, в котором живут дети. Педагог выбирает медведя, который должен сидеть в берлоге. Когда воспитатель скажет: «Идите, дети, гулять!» — дети выходят из дома и идут в лес, собирают грибы, ловят бабочек и т. п. (наклоняются, выпрямляются, производят другие имитационные движения). Они произносят хором:

У медведя во бору
Грибы, ягоды беру,
А медведь сидит
И на нас рычит.

После слова «РЫЧИТ» медведь начинает ловить детей, убегающих домой. Тот, кого медведь коснется, считается пойманный: медведь отводит его к себе в берлогу. За линией дома детей нельзя ловить.

После того как медведь поймает нескольких играющих, на эту роль назначается другой ребенок. Игра повторяется 3—4 раза.

Указания. Может быть другой вариант игры — с двумя медведями.

Карточка 155

«Хитрая лиса». Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. В стороне, вне круга, обозначается дом лисы. По сигналу воспитателя дети закрывают глаза, а воспитатель обходит за спинами детей круг и незаметно дотрагивается до одного из играющих. Тот, до кого дотронется воспитатель, становится хитрой лисой. Воспитатель предлагает играющим открыть глаза и внимательно посмотреть друг на друга, пытаясь выяснить, кто из них хитрая лиса, не выдаст ли она себя чем-нибудь. Играющие хором 3 раза (с небольшими промежутками) спрашивают (сначала тихо, а потом все громче): «Хитрая лиса, где ты?» При этом все внимательно смотрят друг на друга. Как только вопрос: «Хитрая лиса, где ты?» — будет произнесен в третий раз, играющий, выбранный хитрой лисой, быстро выбегает в середину круга, поднимает руку вверх и говорит: «Я здесь!» Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит (дотрагивается рукой). Пойманного лиса отводит к себе в дом. После того как лиса поймает 2—3 детей, воспитатель произносит громко: «В круг!» Играющие образуют круг, игра возобновляется. Игра повторяется 5—6 раз.

Указания. Если лиса выдала себя чем-нибудь, воспитатель назначает другую лису. Выбирать лису может и кто-то из играющих. Если лиса долго не может никого поймать, можно выбрать другого водящего. Если площадка очень большая, можно обозначить ее границы.

Карточка 156

«Цветные автомобили». Дети стоят вдоль стен комнаты. Это автомобили в гараже. Каждый играющий держит в руках флажок (кольцо, картонный диск синего, желтого или зеленого цвета). Воспитатель стоит в центре комнаты лицом к играющим, в руках у него 3 флажка соответствующих цветов. Он поднимает один из флажков (а можно 2 или все 3), дети, имеющие предмет этого цвета, разбегаются по площадке, подражают езде автомобиля, гудят. Когда воспитатель опустит флажок, автомобили останавливаются, разворачиваются и направляются в свои гаражи. Игра повторяется 4—6 раз.

Указания. У воспитателя может быть и красный флажок. Неожиданно он поднимает его — все автомобили по этому сигналу должны остановиться.

Карточка 157

«Целься вернее». 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 условную цель. Лучше всего, если предмет может в ней задерживаться (корзина, сетка). Воспитатель должен учитывать это обстоятельство при организации игр с метаниями в цель.

Карточка 158

«Через ручеек». 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».

Карточка 159

«Что спрятано?» Дети стоят по кругу или в шеренге. Воспитатель кладет на пол перед детьми 3—5 предметов (кубик, флажок, погремушки, мячик и др.) и предлагает их запомнить. Затем играющие по сигналу воспитателя поворачиваются спиной к центру круга или лицом к стене. Педагог прячет 1 или 2 предмета и говорит: «Посмотрите!» Дети поворачиваются лицом к центру круга и внимательно присматриваются к предметам, вспоминают, каких нет. Воспитатель подходит по очереди к некоторым детям, и те шепотом говорят, какие предметы спрятаны. Когда большинство играющих правильно назовут спрятанные предметы, воспитатель говорит о них вслух. Игра повторяется 4—5 раз.

Указания. Если в игре используются игрушки, то лучше подбирать однотипные, изображающие либо животных, либо птиц, либо деревья. В игре можно закреплять умение различать основные цвета (красный, синий, зеленый, желтый). Для этого подбирают кубики, флажки, колечки разного цвета. Игру можно провести и так: когда воспитатель убирает предметы, отворачивается только один ребенок, потом он определяет, какой предмет спрятан. Остальные играющие не должны ему подсказывать.

Карточка 160

«Чье звено скорее соберется?» Играющие делятся на несколько групп с одинаковым числом детей. Каждая группа выбирает ведущего и становится за ним в колонну. Воспитатель раздает ведущим ленточки разного цвета. По цвету ленточки звено получает наименование — «зеленые», «синие», «красные», и т. п. Воспитатель ударяет в бубен, все играющие начинают ходить, бегать, прыгать по площадке в разных направлениях, меняя движения в зависимости от задаваемого воспитателем темпа и ритма. По сигналу «на места» водящие останавливаются на том месте, где их застал сигнал, и поднимают ленточку вверх. Остальные быстро собираются за водящим в колонны. Воспитатель отмечает, какое звено собралось первым.

Вариант. Когда все находятся в движении, воспитатель говорит: «Стой!» Все играющие останавливаются и закрывают глаза, а водящие тем временем перебегают на другие места, поднимают ленточки и замирают. Воспитатель произносит: «На места!» Дети открывают глаза и спешат построиться за своим водящим.

Указания. В игре можно использовать разные построения и положения: в шеренги, в круги, сесть на пол по-турецки, остановиться на одной ноге и т. п. Можно ввести условие: «Делай, как водящий», тогда, построившись в звенья, дети принимают позу, показанную водящим.

Карточка 161

«Школа мяча». Играющие выполняют ряд заданий: подбросить мяч вверх и поймать двумя руками; ударить мячом о землю и поймать его двумя руками; ударить мячом о землю, сделать хлопок и поймать его двумя руками. Ударить мячом о стену и поймать его двумя руками; ударить мячом о стену, дать ему отскочить от пола и поймать двумя руками; ударить мячом о стену, сделать хлопок и поймать его двумя руками. Вдвоем: одни ударяет мячом о стену так, чтобы он отскочил в сторону товарища, тот после падения мяча на пол и отскока ловит его.

Карточка 162

«Школа мяча». Подбросить мяч вверх и поймать его одной рукой. Ударить мяч о землю и поймать его одной рукой. Подбросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши (1—3 раза) и поймать его двумя руками. Ударить мяч о стену и поймать его одной рукой. Ударить мяч о стену, после того как он упадет на пол и отскочит, поймать его одной рукой. Ударить мяч о стену, хлопнуть в ладоши и поймать его одной рукой. В парах: ударить мяч о стену так, чтобы он отскочил под углом в сторону партнера, который должен поймать его. Ударить мяч о стену снизу вверх и поймать его. Ударить мяч о стену, бросив из-за спины, из-за головы, из-под ноги, из-под руки, и поймать его.

Карточка 163

«Школа мяча». Подбросить мяч вверх правой, а поймать левой рукой (и наоборот). Перебрасывать мяч из правой руки в левую и обратно. Ударить мяч о землю правой рукой, а поймать левой рукой (и наоборот). Подбросить мяч вверх, повернуться кругом и поймать его двумя руками. Подбросить мяч вверх, присесть — встать и поймать его. Подбросить мяч из-за спины двумя руками, а поймать его спереди. Подбросить и поймать мяч двумя и одной рукой сидя, сложив ноги по-турецки. То же, с хлопками. Ударить мяч о стенку правой (левой) рукой, а поймать левой (правой) рукой. Ударить мяч о стенку, повернуться на 360° и, после того как мяч упадет на пол и отскочит, поймать его. В парах, стоя рядом или друг за другом, один бросает мяч о стенку, другой ловит его и снова бросает о стенку. То же, с отскоком от земли. То же, с дополнительными движениями: хлопками, поворотами, приседаниями.