

Перечень и описание подвижных игр

средняя группа (дети 4-5 лет)

Июнь

Подвижная игра «Салют»

Для игры нужны 2 корзины. В одной находятся кубики, в другой – мячики. Дети делятся на команды, становятся в шеренгу друг против друга на расстоянии 5 – 10 м. По сигналу «Салют!» взрослые выбрасывают из корзины мячики и кубики, предлагают детям собрать предметы обратно в свои корзины. Одна команда собирает кубики, другая – мячики. Побеждает команда, которая быстрее всех соберёт игрушки и построится в шеренгу.

/если ребенок играет с Вами один, можно выполнять задания по очереди: сначала собрать кубики, затем – мячики; станьте Вы вторым участником игры – «второй командой»/.

Подвижная игра «Ловишки с мячом»

Дети стоят по всему пространству игровой площадки, взрослый (водящий) с мячом. По сигналу дети начинают бегать по площадке, на слова «Раз, два, три, четыре, пять, я иду вас догонять!» взрослый старается осалить разбегающихся в разные стороны детей. В кого попали, отходят в сторону.

Правила: мяч бросать, целясь в ноги; тот, в кого попали мячом, отходит в сторону.

Игра малой подвижности «У ребят порядок строгий»

Играющие стоят в колонне по росту. По сигналу расходятся в любом направлении, повторяя за взрослым следующие слова:

У ребят порядок строгий,
Знают все свои места.
Ну, трубите веселее:
«Тра – та – та, тра – та – та!»

На сигнал взрослого «Становись!» дети снова встают в колонну по росту.

Правила: идти ритмично; слова произносить чётко, дружно; строиться в колонну быстро, не толкаясь.

Игра малой подвижности «Колпачок и палочка»

Один из детей выходит в центр круга с палочкой в руках, надевает на голову колпачок так, чтобы он спускался до самого носа, прикрывая глаза. Остальные дети держатся за руки, образуя круг. Идут по кругу и говорят: «Раз, два, три, четыре, пять – будет палочка стучать».

Ребёнок в колпачке стучит палочкой. С окончанием слов все останавливаются, поворачиваются в середину. Ребёнок в колпачке протягивает палку. Тот, на кого она указывает, берётся за конец палки и называет имя стоящего в кругу. Ребёнок в центре должен угадать, кто его позвал. Если угадал, выбирает, кто пойдёт в середину.

Усложнение: стоящие по кругу говорят текст, под который совершают действия.

Раз, два, три, четыре, пять –
Будет палочка стучать.
А как скажет:
«Скок – скок – скок» -
Угадай, чей голосок!

Ведущий стучит палочкой. Показывает палочкой на одного из детей, стоящих в кругу. Тот говорит: «Скок – скок – скок».

Говорят все дети.

После этого ведущий отгадывает.

Подвижная игра «Салки - приседалки»

Взрослый – водящий. По сигналу дети разбегаются. Взрослый старается задеть детей, которые не успели присесть, они выходят из игры.

Правила: присесть надо только тогда, когда подбегает водящий. Как только водящий отвернулся или убежал, необходимо встать и продолжать бег.

Подвижная игра «Салки - замерзалки»

Взрослый – водящий. По сигналу дети разбегаются, а взрослый («замерзалка») старается дотронуться до них. Тот, кого он коснулся, должен остановиться на месте («замёрзнуть»).

Игра малой подвижности «Хомячок»

Дети внимательно следят за словами и действиями ведущего и вслед за ним выполняют необходимые движения.

Хома – Хома – хомячок –
Полосатенький бочок.
Хома раненько встаёт,
Хома песенку поёт.
Моет ушки, носик трёт,
Моет щёчки и живот.
Подметает Хома хатку
И выходит на зарядку.
Раз, два, три, четыре, пять –
Хома сильным хочет стать.
Раз!
Два!
Три!
Четыре!
Пять

Дети поглаживают себя по бокам.

Дети трут ушки, носик, щёчки, живот.

Имитируют движения веником.

Поднимают руки вверх.

Кладут руки на плечи.

Вытягивают руки вперёд.

Разводят руки в стороны.

Опускают руки вдоль туловища.

Игра малой подвижности «Весёлый мячик»

Дети становятся в круг и передают мячик соседу справа со словами:

Ты катись, весёлый мячик,
Быстро – быстро по рукам.
У кого весёлый мячик –
Гопака станцует нам.

Тот, у кого мячик окажется в руках в конце четверостишия, исполняет танец.

Привлекайте к играм всех членов вашей семьи!

***В игра-эстафетах предложите ребенку сначала выполнить задание от своего лица,
затем – от лица любимых игрушек***

/пробежал сам – пробежал с мишкой – пробежал с машинкой и т.п./

Важно следить за утомляемостью ребенка!!! Делайте перерывы между «забегами»

Заменяйте спортивный инвентарь подручными материалами

(вместо обруча можно нарисовать круг мелом на асфальте или прорисовать камешком или веточкой по песку; можно использовать формочку для песка вместо метки-ориентира; можно использовать любые мелкие игрушки как материал для эстафеты /то, что нужно отнести/ и т.п.)

Проводите подвижные игры на улице!!!

Материал подготовила: инструктор по физической культуре «Детский сад № 444» Смирнова А.Г.