

**Комплексы**  
**подвижных игр**  
**для самых**  
**маленьких**  
**(1 младшая группа)**



## КОМПЛЕКС ПОДВИЖНЫХ ИГР

### Догоните меня

Цель: упражнение детей в ходьбе и беге в указанном направлении

Дети сидят на стульях.

Воспитатель предлагает им догнать его и бежит в противоположную сторону.

Дети бегут за воспитателем, стараясь поймать его.

Когда они подбегают к нему, воспитатель останавливается и говорит: "Убегайте, убегайте, догоню!"

Дети бегом возвращаются на свои места.

Воспитатель **не должен слишком быстро убежать** от детей: им интересно его поймать.

Не следует и слишком быстро бежать за детьми, так как они могут натолкнуться на стулья.

Сначала бег проводится только в одном направлении. Когда малыши подбегут к воспитателю, их надо **приласкать, похвалить**, что они умеют быстро бегать.

При повторении игры воспитатель может **менять направления**, убегая от детей.

### Где звенит?

Цель: развивать у детей внимание и ориентировку в пространстве

Детям необходимо **угадать по звуку** предмет, который находится в другом углу комнаты.

Затем попросите его подражать звукам, которые он слышал «динь-динь», «тук-тук» и др.

Не забывайте **менять** игрушки (бубен, звонок, дудочка, колокольчик, будильник)

## КОМПЛЕКС ПОДВИЖНЫХ ИГР

### Солнышко и дождь

Цель: развивать у детей умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, быстро реагировать на сигнал

Правила: «Дождик идёт!» - бежать в домик (сесть на стульчик), «Солнышко светит!» - выйти на середину площадки.

“Солнышко, солнышко, Посвети немножко!  
Выйдут детки погулять – Станут бегать и играть”

Повторяйте за мной слова и движения:

**(Стоя на месте, топают ножками, хлопают ручками)**

“Мы ногами топ-топ-топ, А в ладоши хлоп-хлоп-хлоп,

**(Руки на поясе, кружатся)**

Ай, да, малыши! Ай, да, крепыши!

**(Стоя на месте, топают ножками, хлопают ручками)**

По дорожке мы шагаем, И в ладошки ударяем.

Топ-топ, ножки, топ! Хлоп-хлоп, ручки, хлоп!

**(Руки на поясе, кружатся)**

Ай, да, малыши! Ай, да, крепыши!”

Дождик пошёл. Скорее в домики! (Дети спешат на стульчики, воспитатель бежит рядом и **показывает пример**)

Ребята, покажите, как дождик стучит? (дети стучат по ладошке правой руки пальцами левой руки кап-кап-кап и потом наоборот)

**Игра повторяется снова**

### Перешагни палку

Цель: учить детей во время ходьбы не шаркать ногами, поднимать их, развивать умение перешагивать встречающиеся на пути предметы и при этом не терять равновесие

Правила: необходимо дойти до стула, поднять флажок (погремушку) и помахать.

На пол посередине комнаты кладут 2-3 палки на расстоянии 1 м одна от другой. Малыши становятся в 2-3 шагах от палок лицом к ним. На противоположной стороне комнаты на столе лежат флажки или погремушки по количеству детей.

По сигналу воспитателя (звонит колокольчик), перешагивая через палки, дети идут к столу, поднимают флажки и машут ими.

Звонит колокольчик, дети кладут флажки и возвращаются перешагивая палки.

Варианты: увеличить количество палок до 5. Можно использовать для перешагивания обручи.

## КОМПЛЕКС ПОДВИЖНЫХ ИГР

### Воробушки и автомобиль

Цель: упражнять детей в беге в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга. В умении начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить свое место

#### Правила:

1. Нельзя убегать за границы площадки
2. Вылетать из гнезда только по сигналу воспитателя.
3. Возвращаться в гнёзда при появлении автомобиля.

На одном конце площадки на стульчиках воробушки. На другом конце обозначается место для автомобиля – гараж. Автомобиль – воспитатель.

«Воробушки вылетают из гнезда!» - говорит воспитатель, и дети начинают бегать в разных направлениях, подняв руки в стороны.

Появляется автомобиль. Воробушки пугаются и улетают в гнёзда. Автомобиль возвращается в гараж.

### Кто тише пройдет

Цель: упражнять детей в ходьбе на носочках в указанном направлении

Дети идут гурьбой вместе с воспитателем с одного конца комнаты (площадки) в другой.

Воспитатель предлагает им пройти **тихо-тихо, на носочках**, так, чтобы их не было слышно.

Мальши продолжают идти на носочках, стараясь пройти как можно тише.

«Осторожно идём по мостику, чтобы не оступиться и не намочить ног».

Ходьба на носочках полезна, так как укрепляет свод стопы ребенка. Однако это упражнение довольно **трудно**.

Многие дети, выполняя его, втягивают голову в плечи - им кажется, что в этом случае они идут тише. Воспитатель должен следить за правильной осанкой малышкой и за тем, чтобы они не утомились.

## КОМПЛЕКС ПОДВИЖНЫХ ИГР

### Зайка серый умывается

Цель: учить детей слушать текст и выполнять движения в соответствии с содержанием, особое внимание уделять выполнению поскоков

Зайка серый умывается,  
Видно, в гости собирается.

*(Дети «умываются».)*

Вымыл носик,  
Вымыл хвостик,  
Вымыл ухо.

*(Дети трут ладошками носы, «хвостики», уши.)*

Вытер сухо!

И поскакал:

Скок-поскок!

Скок-поскок!

*(Дети скачут.)*

### Пузырь

Цель: закреплять у детей умение становится в круг, постепенно расширять и сужать его

Все детки и взрослые берутся за ручки и становятся близко друг к другу. И говорят слова:

Раздувайся пузырь,  
Раздувайся большой,  
Да не лопайся.

*(вместе со словами все потихоньку отходят назад и получается большой круг)*

Взрослый говорит – «Лопнул пузырь!»

Все вместе говорят "Ш-ш-ш-ш" и сдувают пузырь (опять маленький круг)

Игра повторяется

## КОМПЛЕКС ПОДВИЖНЫХ ИГР

### Зайка беленький сидит

Цель: продолжать учить детей выполнять движения в соответствии с содержанием

#### Правила:

Дети убегают только после слов «И ускакал!», а собираются в круг после слов «Бегите в круг!»

На одной стороне площадки отмечаются места зайцев. Каждый становится на свое место. По сигналу воспитателя «Бегите в круг!» все дети собираются в круг, а один из зайцев, которого назначает воспитатель, становится в середину.

Дети с воспитателем произносят стихи и выполняют движения под текст:

Зайка беленький сидит и ушами шевелит, -  
*дети стоят в кругу,*  
Вот так, вот так он ушами шевелит! –  
*шевелият кистями рук, подняв их к голове.*  
Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть,  
Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, надо лапочки погреть –  
*хлопают в ладоши.*  
Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать  
Скок-скок, скок-скок, надо зайке поскакать –  
*прыгают на 2 ногах на месте.*  
Кто-то зайку испугал, зайка прыг и ускакал! –  
*воспитатель хлопает в ладоши, дети разбегаются по своим домам.*

Варианты: На полу выложить шнур со связанными концами. По сигналу перепрыгивают шнур.

### Жуки

Цель: упражнять детей бегать врассыпную, по сигналу менять движение, быть внимательным

Под звон бубна и слова: «Жуки полетели!» дети бегут, жужжат, руки за спиной, бегут по всему залу.

Воспитатель подаёт команду: «Дождик!»

«Жуки» ложатся на спину и делают произвольные движения руками и ногами (воспитатель первый раз показывает движения – обучая детей).

Воспитатель подаёт команду: «Жуки полетели!» Дети встают. Игра повторяется 2-3 раза.

## КОМПЛЕКС ПОДВИЖНЫХ ИГР

### «По ровненькой дорожке»

Цель: Развивать у детей умение двигаться ритмично, согласовывать движения со словами, находить свое место. Упражнять в ходьбе, прыжках, приседаниях, беге.

#### Правила:

1. Движения должны соответствовать тексту.
2. Вставать с корточек после слов «Вылезли из ямы».

Убегать домой только после слов «там мы живем».

Дети сидят на стульях, воспитатель предлагает им пойти погулять по группе. Они встают с места, свободно группируются или строятся в колонну.

Воспитатель говорит:

«По ровненькой дорожке, шагают наши ножки, раз-два, раз-два, по камушкам, по камушкам, в яму - бух».

При словах «По ровненькой дорожке..» дети идут шагом.

«По камешкам» прыгают на двух ногах слегка продвигаясь вперед.

«В яму бух» - присаживаются на корточки.

Вылезли из ямы – дети поднимаются.

После 2-3 повторов воспитатель произносит «по ровненькой дорожке устали наши ножки, вот наш дом – там мы живем».

### «Целься точнее» (игровое упражнение)

Цель: учить бросать мяч вперед двумя руками снизу (из-за головы, от груди); развивать элементарные навыки попадания в цель, развивать глазомер, ловкость, координацию движений.

Дети держат в руке маленький мяч или мешочек с песком «снежок».

Поставьте ящик или большую корзину (расстояние от цели до детей не более 0,5-1,5м). Предложите детям бросать мяч (снежок), который находится у них в руках, в ящик (корзина, сетка).

## КОМПЛЕКС ПОДВИЖНЫХ ИГР

### Поезд

Цель: упражнять детей идти вперед, небольшими группами. Сначала держась друг за друга, затем свободно двигая руками, согнутыми в локтях, начинать и заканчивать движение по сигналу

#### Правила:

1. Двигаться можно только после гудка, т.е. по сигналу воспитателя.

Дети строятся в колонну по одной стороне площадки. Первый – паровоз, остальные вагоны.

Воспитатель даёт гудок, дети начинают двигаться вперёд (без сцепления). Вначале медленно, затем – быстрее, постепенно переходя на бег, произносят «Чу – чу – чу!».

«Поезд подъезжает к станции» - говорит воспитатель.

Дети постепенно замедляют темп и останавливаются.

Воспитатель вновь даёт гудок, движения поезда возобновляется.

Варианты: Ввести остановку. Дети выбегают на полянку. Собирают «грибы и ягоды», танцуют

### Самолёты

Цель: упражнять детей в умении бегать, не наталкиваясь друг на друга, выполнять движения по сигналу

Дети сидят на стульчиках.

Воспитатель даёт сигнал (бубен) и команду: «Самолёты на старт!» (дети встают), «Завели моторы!» (выполняют круговые движения руками вперёд, согнутыми в локтях)

«Полетели!» (Дети разводят руки в стороны на уровне плеч и бегают в разных направлениях.)

«На посадку!» - Дети садятся на свои места.

**Игра повторяется 2-3 раза.**



## КОМПЛЕКС ПОДВИЖНЫХ ИГР

### Лохматый пёс

Цель: приучать детей слушать текст и быстро реагировать на сигнал

Одного ребёнка назначают собакой, которая садится в конце площадки на стульчик и притворяется, будто спит (закрывает глаза).

Все дети вместе с воспитателем идут к псу с противоположной стороны площадки **из-за черты** и говорят:

Вот лежит лохматый пёс,  
В лапы свой уткнул он нос.  
Тихо, смиренно он лежит,  
Не то дремлет, не то спит,  
Подойдем к нему поближе  
И услышим, как он дышит.

После этих слов пес просыпается и бежит, лая, за детьми. Дети убегают за линию. Игра повторяется 2-3 раза.

### Мой весёлый звонкий мяч

Цель: учить детей прыгать на двух ногах, учить внимательно слушать текст, действовать по сигналу, вызвать чувство радости от активных действий

Правила:

1. Убегать можно только после слов: «Догоню!»

Дети сидят на стульях, поставленных в разных местах комнаты.

Воспитатель находится в центре. Берёт большой мяч и начинает отбивать его рукой о землю, говоря: «Мой весёлый, звонкий мяч...».

Воспитатель подзывает к себе детей и предлагает им попрыгать, как мячики. Дети прыгают в том же темпе.

Воспитатель кладёт мяч и повторяет стихотворение, делая движение рукой, так, как будто отбивает мяч, а дети прыгают.

Закончив стихотворение, воспитатель говорит: «Догоню!». Дети убегают.

## КОМПЛЕКС ПОДВИЖНЫХ ИГР

### Догони мяч

Цель: совершенствовать бег в разных направлениях, вызвать оживление, радость у детей, поощрять самостоятельность

### Мыши-трусички

Цель: побуждать детей действовать в соответствии со словами, учить согласовывать свои действия с действиями других детей

Дети изображают мышек-трусичек.

На слова взрослого (*дети могут повторять*)

«Вышли мышки как-то раз посмотреть, который час»  
*мышки идут по комнате, по кругу.*

«Раз-два, три-четыре, мышки дернули за гири» —  
*мышки имитируют движение руками.*

«Вдруг раздался страшный звон  
(*позвонить в колокольчик, ударить в бубен, ладоши*),  
убежали мышки вон»

*- дети убегают.*

Дети должны стараться действовать в соответствии со словами воспитателя.

## КОМПЛЕКС ПОДВИЖНЫХ ИГР

### Маленькие ножки

Цель: учить детей слушать текст и выполнять движения в соответствии с содержанием, особое внимание уделять выполнению поскоков

Маленькие ножки,  
Шли по дорожке,  
Топ - топ - топ - топ.  
Шли по дорожке,  
Топ - топ - топ - топ  
*(ходьба за воспитателем)*

Маленькие ножки,  
Скакали по дорожке,  
Скок - скок - скок - скок.  
Скакали по дорожке,  
Скок - скок - скок - скок.  
*(прыжки на месте на двух ногах)*

Маленькие ножки,  
Бежали по дорожке  
Топ - топ - топ - топ  
*(бег за воспитателем)*  
Шли по дорожке,  
Топ - топ - топ - топ  
*(ходьба за воспитателем)*

Вот устали наши ножки.  
*(дети останавливаются и поглаживают свои ножки)*

### Лошадки

Цель: учить детей слушать текст и выполнять движения в соответствии с содержанием, дружно играть в паре

Воспитатель распределяет детей по парам: один – лошадка, другой всадник. На лошадку надевают вожжи (шнур, верёвку или скакалку, пропуская их под мышками).

По сигналу воспитателя: «Лошадки поскакали!» дети скачут на лошадке до противоположного края площадки и обратно.