

## **Консультация для родителей**

### **Игры и игровые упражнения малой подвижности для детей дошкольного возраста**

Малоподвижные игры используются как самостоятельная форма работы по физическому воспитанию. Целью малоподвижных игр и игровых упражнений является:

- снижение физической нагрузки, т. е. постепенный переход от возбужденного состояния к более спокойному;
- снятие общего утомления, моторной напряженности мышц рук, гибкости и подвижности пальцев, координации движений руки ног;
- развитие внимательности, сообразительности, памяти, наблюдательности, ловкости, быстроты реакции;
- укрепление сердечно-сосудистой, мышечной, дыхательной и других систем организма;
- ориентировка в пространстве;
- формирование и закрепление двигательных умений;
- получение удовольствия и создание хорошего настроения;
- сохранение и укрепление здоровья дошкольников;
- повышение интереса к физической культуре и здоровому образу жизни.

В малоподвижных играх движения выполняются в медленном темпе, интенсивность их незначительна.

Спецификой данного вида игр являются: способ организации детей (круг, врассыпную, шеренга и др.), движения, которые включаются в игру, методика проведения игры (выбор игры, место проведения, подготовка к игре, сбор детей на игру, объяснение игры, проведение игры, окончание игры), темп, в котором она ведется (медленный), количество повторений движений (3–6 раз).

Игры малой подвижности способствуют развитию памяти, сообразительности и наблюдательности, координации движений, ориентировки в пространстве и двигательных умений. Кроме того, они доставляют детям удовольствие, создают хорошее настроение, что немаловажно. Игры малой подвижности проводятся со всеми детьми одновременно на физкультурном занятии (в третьей его части), досугах и праздниках, дневной и вечерней прогулках, в процессе физкультурных минуток и физкультурных пауз, самостоятельной двигательной деятельности детей.

#### **Игры и игровые упражнения малой подвижности для младшей группы.**

##### **1. «Зайка»**

Один из играющих назначается зайкой. Все остальные становятся в круг.

Зайка, зайка, что с тобой?

Ты сидишь совсем больной,

Ты вставай и попляши,

Вот, морковку получи.

На последнюю фразу «зайка» берет морковку (это может быть нарисованная морковка, ленточка итд.) и исполняет танцевальные движения, все остальные хлопают. Затем «зайка» меняется.

## 2. «Найди игрушку»

Воспитатель заранее прячет в каком-либо месте игрушку и предлагает поискать его. Тот, кто заметит, где находится игрушка, подходит к воспитателю и тихо ему об этом говорит. Когда большинство детей справятся с заданием, воспитатель разрешает подойти к игрушке и принести ее.

## 3. «Тишина».

Ход игры. Ходьба в колонне по одному в обход по залу, произносят следующее:

Тишина у пруда,  
Не колышется трава.  
Не шумите камыши,  
Засыпайте малыши.

По окончанию стихотворения дети останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза. Через несколько секунд педагог произносит: «Ква-ква- ква!»- и поясняет, что лягушки разбудили ребят, они проснулись, поднялись и потянулись. Игра начинается сначала.

## 4. «Пузырь».

Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют небольшой круг, становясь близко друг к другу, затем говорят:

Раздувайся, пузырь,  
Раздувайся, большой,  
Оставайся такой,

Да не лопайся. Одновременно с этим все расширяют круг и держатся за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Лопнул пузырь!» Дети опускают руки и приседают на корточки, говоря: «Хлоп».

## 5. «Ты медведя не буди!»

Дети образуют круг, взявшись за руки. Хороводом идут по кругу вместе с педагогом, который произносит текст. Как на горке снег, снег и под горкой снег, снег. (Поворачиваются в обратную сторону, идут хороводом.) И под елкой снег, снег, И на елке снег, снег. (Идут к центру круга.) А под елкой спит медведь. Тише, тише! Не буди, Сядь на место, не шуми!

(Присаживаются на корточки.)

## 6. «Котик к печке подошел»

Дети образуют круг, взявшись за руки. Вместе с педагогом идут по кругу. Котик к печке подошел, Котик к печке подошел. Горшок каши он нашел, Горшок каши там нашел. (Идут по кругу в другую сторону, взявшись за руки.) А на печке калачи, Ох, вкусны и горячи! (Останавливаются, поворачиваются лицом к центру круга, хлопают в ладоши.) Пирог в печи пекется(выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх), Они в руки не даются. (Выпрямляются, прячут руки за спину.)

7. «Шел король по лесу»

Дети становятся в круг, взявшись за руки. Шел король по лесу, По лесу, по лесу. (Ходьба по кругу.) Нашел себе принцессу, Принцессу, принцессу. Давай с тобой попрыгаем, Попрыгаем, попрыгаем. (Прыжки на двух ногах на месте.) И ножками подрыгаем, Подрыгаем, подрыгаем. (Выбрасывают прямые ноги вперед.) И ручками похлопаем, Похлопаем, похлопаем. (Хлопают в ладоши.) И ножками потопаем, Потопаем, потопаем. (Топают ногами на месте.)

8. «Летает – не летает»

Дети садятся или становятся полукругом. Ведущий называет различные предметы. Если это то, что летает, дети поднимают руки вверх или в стороны; если то, что не летает, опускают руки. Ведущий может сознательно ошибаться в движениях, многие, подражая ему, тоже могут ошибаться. Задача детей – удержаться и не допустить ошибки.

9. «Это я!»

Воспитатель показывает детям, как надо выполнять движения, выразительно произносит текст. Дети выполняют движения, подражая взрослому. Это глазки. Вот! Вот! (Показывают сначала левый, потом правый глаз.) Это ушки. Вот! Вот! (Берутся сначала за левое ухо, потом за правое.) Это нос! Это рот! (Левой рукой показывают рот, правой нос.) Там спинка! Тут живот! (Левую ладошку кладут на спину, правую на живот.) Это ручки! Хлоп, хлоп! (Протягивают обе руки, два раза хлопают.) Это ножки! Топ, топ! (Кладут ладони на бедра, два раза топают.) Ой, устали! Вытрем лоб. (Правой ладонью проводят по лбу.)

10. «Жили-были зайчики»

Дети стоят в кругу или в рассыпную. Воспитатель показывает движения и читает текст, дети повторяют движения.

Жили-были зайчики *(Показывают руками заячьи ушки.)*

На лесной опушке, *(Разводят руками.)*

Жили-были зайчики *(Приседают и показывают руками над головой крышу дома.)*

В маленькой избушке, Мыли свои ушки, *(Трут ушки.)*

Мыли свои лапочки *(Поглаживающие движения рук.)*

Наряжались зайчики, *(Руки на пояс, повороты вправо-влево.)*

Надевали тапочки. *(Поочередно выставляют ноги на пяточки.)*

11. «Повстречались»

На каждую строчку соединять поочередно пальцы правой и левой рук, начиная с мизинца.

На последнюю строку показать рога, вытянув указательные пальцы и мизинцы.

Повстречались два котенка: «Мяу-мяу!»,

Два щенка: «Гав-гав!»,

Два жеребенка: «Иго-го!»,

Два тигренка: «Р-р-р!»,

Два быка: «Му-у!».

Смотри, какие рога!

12. «Кошка выпускает коготки»

На счет «один» прижать подушечки пальцев к верхней части ладони и прошипеть, как рассерженная кошка: «Ш-ш-ш!»

На счет «два» быстро выпрямить и растопырить пальцы, промякать, как довольная киска: «Мяу!».

Повторить игру, всякий раз превращаясь то в рассерженного, то в добродушного котенка.

**Игры и игровые упражнения малой подвижности для средней группы.**

1. «Где постучали».

Дети стоят по кругу, руки у всех за спиной. Водящий выходит на середину и закрывает глаза. Педагог бесшумно обходит позади детей, останавливается возле кого-нибудь из ребят, 2 раза ударяет в барабан и кладет в руки ребенка платок, отходит в сторону говорит: «Пора!». Стоящий в кругу должен отгадать, у кого спрятан платок. Выбирается новый водящий, игра возобновляется.

2. «Зеваки»

Дети идут по кругу друг за другом. По сигналу ведущего «Стоп!» останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются на 180 градусов и начинают движение в обратную сторону. Сделавший ошибку выходит из игры.

3. Игровое упражнение «Метелица».

Дети строятся в колонну по одному. Воспитатель – «Метелица» становится впереди колонны. Все берутся за руки и, не разрывая цепочки, в умеренном темпе передвигаются за воспитателем. «Метелица» ведет детей между игровыми постройками на участке, различными предметами. Через некоторое время все останавливаются и отдыхают; упражнение повторяется.

4. «Шарик».

Дети сидят в кругу на ковре (диаметр круга 2 м) и перекатывают через круг шарик (мячик). Стоящий на середине ребенок старается перехватить шарик. Если ему это удастся, тот, кто неудачно прокатил шарик, идет вместо него на середину.

5. «Съедобное-несъедобное»

Дети стоят в кругу. Водящий говорит задуманное им слово и бросает мяч одному из детей. Если задумано что-нибудь съестное (фрукты, овощи, сладости, молоко и др.), то ребенок, которому бросили мяч, должен поймать его («съесть»). Если слово обозначает что-нибудь несъедобное, мяч ловить нельзя. Ребенок, не справившийся с заданием, становится водящим, и игра повторяется.

6. «Давайте вместе с нами!»

Дети стоят врассыпную. Воспитатель вместе с детьми произносит текст и показывает движения. Давайте вместе с нами (поднимают руки в стороны) Потопаем ногами (топают ногами, стоя на месте), Похлопаем в ладоши (хлопают в ладоши). Сегодня день хороший! (Поднимают прямые руки вверх – в стороны.)

### 7. «Низко-высоко»

Дети стоят по кругу. Взрослый. Украсили мы елочку разными игрушками, а в лесу елочки разные растут: широкие, низкие, высокие, тонкие. Я скажу: высокие – поднимайте руки вверх; низкие – приседайте и руки опускайте; широкие – делайте круг шире; тонкие – делайте круг уже. Игра пойдет веселее, если взрослый будет стараться запутать детей.

### 8. «Делай наоборот!»

Дети стоят врассыпную по залу. Воспитатель показывает движения, дети должны повторить их, но в противоположную сторону. Например, воспитатель наклоняется вправо, дети – влево; воспитатель делает шаг вперед, дети – шаг назад и т.д.

### 9. «Овощи и фрукты»

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

### 10. «Флюгер»

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

### 11. «Воздушный шар»

Дети образуют круг, взявшись за руки. Вместе с педагогом идут по кругу. С мамой в магазин ходили, Шар воздушный там купили. Будем шарик надувать, Будем с шариком играть. (Останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга, держатся за руки, выполняют «пружинку».)

Шар воздушный, надувайся! Шар воздушный, раздувайся! (Идут назад маленькими шагами – надувают шар.) Надувайся большой Да не лопайся! (Хлопают в ладоши.) Шар воздушный улетел, Да за дерево задел И... лопнул! Поднимают руки, покачивают ими из стороны в сторону; затем ставят руки на пояс, медленно приседают, произнося: «Ш-ш-ш-ш».

12. «Угадай, чей голосок» Играющие стоят по кругу; водящий выходит в середину, закрывает глаза. Дети идут по кругу, читая стихотворение: Мы составили всех в круг, повернемся разом вдруг. А как скажем: скок – скок – скок, угадай, чей голосок. Слова «скок – скок – скок» произносит, тот ребенок до которого дотронулся педагог. Если ребенок ошибается – снова закрывает глаза. Игра повторяется. Дети идут по кругу в другую сторону.

## **Игры и игровые упражнения малой подвижности для старшей группы.**

### 1. «Пропавшие ручки»

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

У меня пропали ручки. (*Прячут руки за спину.*)

Где вы, рученьки мои? (*Смотрят по сторонам.*)

Раз, два, три, четыре, пять,

Покажитесь мне опять. (*Показывают руки, вытягивают вперед, вертят ими.*)

У меня пропали ножки. (*Присаживаются.*)

Где вы, ноженьки мои? *(Охватывают ноги руками.)*

Раз, два, три, четыре, пять,

Покажитесь мне опять. *(Встают, прыгают на месте.)*

2.«Две подружки»

Дети стоят в кругу или врассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

На лужайке две подружки: *(Хлопают по коленям.)*

«Ква-ква-ква, ква-ква-ква». *(Хлопают в ладоши.)*

Две зеленые лягушки: *(Хлопают по коленям.)*

«Ква-ква-ква, ква-ква» *(Хлопают в ладоши.)*

«Ква!» *(Притопывают одной ногой.)*

Хором песни распевают: *(Складывают ладони и чуть-чуть «приоткрывают» их – это ротик.)*

«Ква-ква-ква», *(Хлопают в ладоши.)*

«Ква-ква-ква», *(Несколько раз притопывают ногой.)*

И спокойно спать мешают. *(Грозят пальцем.)*

«Ква-ква-ква-ква-ква» *(Хлопают в ладоши.)*

«Ква!» *(Делают один притоп.)*

3.«Дерево, кустик, травка»

Дети образуют круг и двигаются по кругу.

Воспитатель объясняет правила игры: на слово «дерево» дети поднимают руки вверх, на слово «кустик» – разводят в стороны, на слово «травка» опускают руки вниз, касаясь пола.

Взрослый вразнобой произносит слова, дети выполняют соответствующие движения. Тот, кто ошибается, выходит из игры.

4.«Дом»

Дети стоят в кругу или врассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

На опушке дом стоит, *(Складывают ладони «домиком» над головой.)*

На дверях замок висит, *(Смыкают ладони «в замок».)*

За дверями стоит стол, *(Накрывают правой ладонью кулачок левой руки.)*

Вокруг дома частокол. *(Руки перед собой, пальцы растопыривают.)*

«Тук-тук-тук – дверь открой!» *(Стучат кулачком по ладони.)*

«Заходите, я не злой!» *(Руки в стороны, ладони вверх.)*

5.«Елочка»

Дети стоят в кругу или врассыпную.

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

Наша елочка – краса, *(Идут по кругу, взявшись за руки.)*

Поднялась под небеса, *(Останавливаются, тянутся руками вверх.)*

Стройная красавица, *(Опять идут по кругу, взявшись за руки.)*

Всем ребятам нравится. *(Останавливаются.)*

6.«Капуста – редиска»

Воспитатель объясняет правила игры: на слово «капуста» нужно поднять руки вверх, а на слово «редиска» – хлопнуть в ладоши. Затем взрослый в

произвольном порядке произносит эти слова, а дети выполняют движения. Усложнить игру можно ускорением или добавлением еще одного слова (например, на слово «морковка» – прыжок на месте).

#### 7.«Котик к печке подошел»

Дети образуют круг, берутся за руки. Педагог становится в круг вместе с играющими. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

Котик к печке подошел,

Котик к печке подошел. *(Идут по кругу, взявшись за руки.)*

Горшок каши он нашел,

Горшок каши там нашел. *(Идут по кругу в другую сторону, взявшись за руки.)*

А на печке калачи,

Ох, вкусны и горячи! *(Останавливаются, поворачиваются лицом к центру круга, хлопают в ладоши.)*

Пироги в печи пекутся, *(Выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх.)*

Они в руки не даются. *(Выпрямляются, прячут руки за спину.)*

#### 8.«Овощи и фрукты»

Дети стоят в шеренге или врассыпную.

Воспитатель называет различные овощи и фрукты. Если назван овощ, то дети должны быстро присесть, а если фрукт – поднять руки вверх. Игроки, которые ошиблись, делают шаг вперед.

Побеждают игроки, сделавшие меньше ошибок.

#### 9.«По дорожке»

Дети стоят в кругу или врассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

Раз, два, три, четыре, пять,

Будем ноги разминать.

Мы шагаем по дороге,

Поднимаем выше ноги. *(Ходьба на месте.)*

И по этой же дорожке

Скачем мы на правой ножке. *(Подскоки на правой ноге.)*

А теперь еще немножко

На другой поскачем ножке. *(Подскоки на левой ноге.)*

По тропинке побежим,

До лужайки добежим. *(Бег на месте.)*

На лужайке, на лужайке

Мы попрыгаем, как зайки. *(Прыжки на месте на двух ногах.)*

Мы похлопаем в ладошки,

Пусть попляшут наши ножки. *(Произвольные танцевальные движения.)*

Стоп. Присядем – отдохнем. *(Приседание.)*

И назад пешком пойдем. *(Ходьба на месте.)*

#### 10.«Ручки – ножки»

Дети стоят врассыпную.

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

Все захлопали в ладоши – *(Хлопают в ладоши.)*

Дружно, веселее! *(Стучат ножками.)*

Застучали наши ножки

Громче и быстрее.

По коленочкам ударим – *(Хлопают по коленкам.)*

Тише, тише, тише.

Ручки, ручки поднимаем – *(Медленно поднимают руки.)*

Выше, выше, выше!

Завертелись наши ручки, *(Поворачивают кисти рук то вправо, то влево.)*

Снова опустились. *(Опускают руки.)*

Покружились, покружились

И остановились. *(Останавливаются.)*

11.«Светофор»

Для игры нужны бумажные кружки (диаметр 10 см) – красный, зеленый и желтый, – прикрепленные к палочкам.

Дети стоят в шеренге и выполняют упражнения согласно сигналам ведущего: на красный сигнал приседают, на желтый – встают, на зеленый – маршируют на месте.

Далее во время движения в колонне по одному в обход площадки (зала) упражнения изменяются: красный – все стоят на месте, желтый – продвигаются в присяде, зеленый – прыгают на носках.

За каждую ошибку играющим начисляются штрафные очки. Выигрывает тот, кто наберет меньше штрафных очков.

12.«Три медведя»

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

Три медведя шли домой. *(Маршируют на месте.)*

Папа был большой-большой, *(Поднимают руки вверх.)*

Мама чуть поменьше ростом, *(Вытягивают руки вперед на уровне груди.)*

А сынок – малютка просто. *(Ставят руки на пояс.)*

Очень маленький он был,

С погремушками ходил. *(Имитируют игру с погремушкой.)*

13.«Тук-тук»

Воспитатель показывает движения и читает текст, дети повторяют движения за воспитателем:

– Тук-тук-тук! *(Три удара кулаками друг о друга.)*

– Да-да-да. *(Три хлопка в ладоши.)*

– Можно к вам? *(Три удара кулаками друг о друга.)*

– Рад всегда! *(Три хлопка в ладоши.)*

14.«У меня, у тебя»

Дети стоят в кругу или в рассыпную.

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.



У меня, *(Показывают руками на себя.)*  
У тебя *(Разводят руки, показывая на соседей.)*  
Блестящие глазки, *(Показывают глазки.)*  
У меня, у тебя – чистые ушки. *(Показывают ушки.)*  
Мы с тобой, мы с тобой хлопаем в ладошки. *(Хлопают в ладоши.)*  
Мы с тобой, мы с тобой прыгаем на ножке. *(Прыгают на месте.)*  
У меня, у тебя аленькие губки, *(Показывают глазки.)*  
У меня, у тебя розовые щечки.  
Мы с тобой, мы с тобой хлопаем в ладошки.  
Мы с тобой, мы с тобой прыгаем на ножке.

16. «У меня есть все»

Перед началом игры дети ложатся на ковер, руки вдоль тела, вытягиваются. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

Есть у кровати спинка, *(Приподнимают голову и плечи, носки ног смотрят строго вверх.)*

А у чайника – носик, *(Садятся, приставляют два кулачка к носу, один за другим.)*

А у тумбочки – ножки, *(Садятся на корточки.)*

А у кастрюли – ручки. *(Руки ставят на пояс или к плечам.)*

А в этой большой кастрюле *(Встают и показывают кастрюлю, сомкнув руки перед грудью в круг.)*

Есть очень вкусный компот. *(«Заглядывают» в кастрюлю.)*

А у меня —

И ножки, *(Показывают ножки.)*

И ручки, *(Показывают ручки.)*

И носик, *(Показывают носик.)*

И спинка, *(Показывают спинку.)*

И вот еще что —

Очень голодный живот! *(Показывают живот.)*

### **Игры и игровые упражнения для подготовительной группы.**

1. «Угадай, что делали» Воспитатель выбирает водящего, который отходит от детей на расстояние 8-10 шагов и поворачивается к ним спиной. Он должен отгадать, что делают остальные играющие. Дети договариваются, какое действие будут изображать. По команде воспитателя «Пора!» отгадывающий поворачивается, подходит к играющим и говорит: Здравствуйте, дети! Где вы бывали? Что вы видали? Дети отвечают: Что мы видели – не скажем, А что делали – покажем. Дети изображают какое-нибудь действие, например играют на гармонии, скачут на лошадках и т.д. Водящий отгадывает. Если он ошибается, то проигрывает. Дети говорят, что они делали, и придумывают новое действие. Водящий отгадывает снова. Затем на его место выбирается другой ребенок, и игра повторяется.

2. «Колечко» Дети стоят в кругу, а водящий внутри круга. В ладонях он держит колечко, которое незаметно пытается передать кому-то из детей: ладошками, сложенными лодочкой, по очереди раскрывает

ладошки детей. Дети внимательно следят за действиями водящего и своих товарищей. Тот, кому досталось колечко, не должен выдать себя. По сигналу водящего: «Колечко, колечко, выйди на крылечко!» – ребенок с колечком выбегает в центр круга и становится водящим. Если дети заметили у него колечко до сигнала, то не пускают в круг. Тогда игру продолжает прежний водящий.

4.«Ручки-ножки» Дети стоят врассыпную по залу. Воспитатель произносит слова текста и показывает движения. Дети выполняют. Все захлопали в ладоши Дружнее, веселее! (Хлопают в ладоши.) Застучали наши ножки Громче и быстрее! (Стучат ногами.) По коленочкам ударим Тише, тише, тише! (Хлопают по коленкам.) Ручки, ручки поднимаем Выше, выше, выше! (Медленно поднимают руки.) Завертелись наши ручки (поворачивают кисти вправо-влево), Снова опустились. Покружились, покружились И остановились (опускают руки).

5.«Запрещенное движение» Играющие образуют круг. Воспитатель заранее уславливается с ними, какое движение нельзя делать, например приседать, хлопать в ладоши, махать руками. Затем под музыку показывает различные движения, которые дети должны в точности повторить. Чем разнообразнее и забавнее эти движения, тем интереснее игра. Педагог может показать запрещенное движение – тот, кто по невнимательности повторит его, должен сплясать, спеть или прочесть стихотворение. Игру можно усложнить: договориться о том, что есть два движения, которые повторять нельзя, а вместо них надо делать другие. Например, когда педагог кладет руку на затылок, дети должны присесть, скрестив ноги, а когда он наклоняется вперед – два раза хлопнуть в ладоши.

6.«Три, тринадцать, тридцать» Игроки выбирают водящего, становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. Водящий – в середине круга. Когда игра проводится впервые, желательно, чтобы водящим был педагог. Педагог объясняет: «Если я скажу: три, все разводят руки в стороны; если тринадцать – ставят руки на пояс; если тридцать – поднимают руки» (можно выбрать любые движения). Педагог быстро называет то одно, то другое движение. Ребенок, допустивший ошибку, садится на пол. Когда останутся один-два игрока, игра заканчивается. Оставшиеся – победители.

7.«Вершки и корешки» Дети образуют круг или шеренгу. В центре круга или перед шеренгой стоит взрослый (водящий) с большим мячом в руках (игру может вести кто-нибудь из детей). Водящий бросает мяч, называя какой-нибудь овощ, а дети ловят мяч, называют съедобную часть и бросают мяч водящему. Водящий. Баклажаны. 1-й ребенок. Вершки. Водящий. Редька. 2-й ребенок. Корешки. Водящий. Капуста. 3-й ребенок. Вершки. Водящий. Картофель. 4-й ребенок. Корешки. Водящий. Клубника. 5-й ребенок. Вершки. Водящий. Чеснок. 6-й ребенок. Корешки. Водящий. Огурцы. 7-й ребенок. Вершки. Отмечаются дети, которые ни разу не ошиблись. «Ворота» Дети идут по площадке парами, держась за руки. На сигнал воспитателя «Ворота!» останавливаются и поднимают руки. Последняя пара проходит под воротами и становится впереди. Игра продолжается.

8. «Стоп!» Все играющие становятся на линии, проведенной вдоль одной стороны площадки. На противоположной стороне кружком (диаметр два-три шага) обозначается дом водящего, который стоит спиной к детям и говорит: «Быстро шагай! Смотри не зевай! Стоп!». Пока он говорит, дети шагают вперед. Как только произнесет: «Стоп!» – останавливаются. Водящий смотрит: кто не успел замереть на месте и шевельнулся? Называет этих детей – они возвращаются на исходную линию. Затем водящий снова поворачивается спиной к играющим и говорит: «Быстро шагай!». Все продолжают шагать вперед, начиная 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.

9. «Кто ушел?» Дети стоят кругом или полукругом. Педагог предлагает одному ребенку запомнить тех, кто находится рядом (пять-шесть человек), а затем выйти из комнаты или отвернуться и закрыть глаза. Кто-то из детей прячется. Воспитатель спрашивает: «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.

10. «Найди мяч!» Все играющие встают в круг вплотную друг к другу лицом к центру. Один ребенок (по выбору педагога) становится в центр – это водящий. Играющие держат руки за спиной. Одному из них педагог дает в руки мяч. С этого момента дети начинают передавать его друг другу за спиной. Играющий, стоящий внутри круга, старается угадать, у кого мяч. Для этого он может попросить любого показать свои руки, сказав ему: «Руки!». Ребенок мгновенно протягивает обе руки вперед ладонями кверху. Тот, у кого оказался мяч или кто уронил его, становится в центр, а на его место идет водящий.

11. «Тик-так-тук!» Дети стоят врассыпную по залу. По сигналу «Тик!» все делают наклоны влево- вправо, по сигналу «Так!» останавливаются, а по сигналу «Тук!» подпрыгивают на месте. Все сигналы повторяются 5-8 раз. Тот, кто ошибся, выходит из игры. Последовательность сигналов должна меняться. По окончании игры нужно отметить самого внимательного игрока.

12. «Хлопки» Дети свободно двигаются по комнате. На один хлопок ведущего они должны подпрыгнуть, на два – присесть, на три – встать с поднятыми руками (допустимы любые другие варианты движений).

13. «Четыре стихии» Играющие выполняют движения в соответствии с сигналами: «Земля!» – руки вниз; «Вода!» -руки вперед, «Воздух!» – руки вверх; «Огонь!» – вращать руками в лучезапястных и локтевых суставах. Кто ошибается, считается проигравшим.

14. «Как живёшь?»

Мы играем целый день. Цель день играть е лень. Ты смотри, не отставай. Всё за нами повторяй.

Как живёшь? Вот так!

Как идёшь! – маршировать на месте. Вот так!  
Как бежишь? – бег на месте. Вот так!  
Ночью спишь? – присесть, руки под щеку. Вот так!  
Как в ладоши хлопаешь? Вот так!  
Как ногами топаешь? Вот так!  
Как скачешь на носочках? Вот так!  
Руки ниже опусти И достанешь до земли, как? – гуськом. Вот так!  
Шире рот откроем как? Вот так!  
И гримасы все состроим как? Вот так!  
Как скажу я 1, 2, 3, Все с гримасами замри Вот так!

Список используемой литературы:

- 1. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет.** Сборник игр и упражнений
2. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Младшая группа.
3. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа.
4. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа.
5. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа.
6. Степаненкова Э.Я. Сборник Подвижных игр.