**ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

(средняя группа)

|  |  |
| --- | --- |
| ***«Мышеловка»***  ***Цель:***  *Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге и приседание, построение в круг и ходьбе по кругу.*  ***Описание игры:***  *играющие  делятся на две неравные команды, большая образует круг – «мышеловку», остальные – мыши. Слова:*  *Ах, как мыши надоели,*  *Все погрызли, все поели.*  *Берегитесь же плутовки,*  *Доберемся мы до вас.*  *Вот расставим мышеловки,*  *Переловим всех сейчас!*  *Затем дети опускают руки вниз, и «мыши» оставшиеся в кругу встают в круг и мышеловка увеличивается.* | ***«Катай мяч»***  ***Цель:***  *развивать выдержку, внимание, ловкость. Упражнять в катании мяча.*  ***Описание игры:***  *играющие образуют круг, опускаются на колени и садятся на пятки. Воспитатель катит мяч кому – нибудь из детей. Тот, отталкивает от себя рукой, не давая коснуться ног, другому играющему. Если мяч коснулся ног, ребенок делает шаг из круга. Сидя за кругом, проигравший принимает участие в игре если он отталкивает мяч случайно посланный ему. Продолжительность игры 4 – 5 минут.* |

|  |  |
| --- | --- |
| ***«Перелет птиц»***  ***Цель:***  *развивать у детей выдержку, умение двигаться по сигналу. Упражнять в беге, лазании.*  ***Описание игры:***  *дети стоят врассыпную на одном конце площадки – «птицы». На другом конце – вышка для влезания или гимнастическая стенка с несколькими пролетами. По сигналу «птицы улетают»  птицы летят, расправив крылья. По сигналу «буря» птицы летят на вышку – скрываются от бури. По сигналу «буря прекратилась», птицы летают. Продолжительность 5-7 минут* | ***«Гори, гори ясно!»***  ***Цель:***  *развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.*  ***Описание игры:***  *играющие становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. «Ловящий» становится на эту линию. Все говорят:*  *Гори, гори ясно, Чтобы не погасло.*  *Глянь на небо- Птички летят,*  *Колокольчики звенят! Раз, два, три – беги!*  *После слова «беги» дети, стоящие в последней паре, бегут вдоль колонны (один слева, другой – справа), стремясь схватить за руки впереди ловящего, который старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и соединить руки. Если ловящему это удается сделать, то он образует пару и становится впереди колонны, а оставшийся – ловящий.* |

|  |  |
| --- | --- |
| *«****Хитрая лиса»***  ***Цель:***  *развивать у детей выдержку и наблюдательность. Упражнять в быстром беге, в построении в круг, в ловле.*  ***Описание игры:***  *играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга очерчивается «дом лисы». Дети закрывают глаза, а воспитатель обходит круг и дотрагивается до одного из играющих, который становиться «хитрой лисой». Дети открывают глаза. Играющие три раза спрашивают хором сначала тихо, а затем громче: «Хитрая лиса, где ты?» Хитрая лиса выходит на середины круга, поднимает руку и говорит: «Я здесь!» Дети разбегаются, а «лиса» ловит. Пойманного- в дом. Продолжительность 6-8 минут.* | *«****Спрячь руки за спину»***  ***Цель:***  *развивать у детей быстроту реакции на сигнал. Упражнять в беге, в ловле, закреплять правильную осанку.*  ***Описание игры:***  *выбирают водящего – «ловишка», стоит в середине площадки. Остальные стоят в разных местах площадки и держат руки за спиной. По слову воспитателя «начинай» играющие опускают руки и начинают бегать в любом направлении, но только в пределах границ площадки, обозначенной флажками. Задача ловишки – поймать кого – либо из играющих, но касаться можно только тех, у кого руки опущены. Если играющий успел заложить руки за спину и сказать «не боюсь», ловишка не может его трогать. Если ловишка не сумел поймать никого – назначается другой. Продолжительность 5-7 минут.* |

|  |  |
| --- | --- |
| ***«Угадай, что делали»***  ***Цель:***  *развивать у детей выдержку, инициативу, воображение.*  ***Описание игры:***  *выбирают одного ребенка, который отходит на 8 – 10 шагов от остальных и поворачивается спиной. Дети договариваются, какое действие они будут изображать. По слову «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.*  *Все дети изображают какое – нибудь действие (играют на гармошке, скачут на лошадях и т.д.) Водящий должен отгадать это действие. Продолжительность игры 4-6 минут.* | ***«Два мороза»***  ***Цель:***  *развивать у детей торможение, наблюдательность, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге*  ***Описание игры:***  *играющие располагаются по две стороны площадки, двое водящих становятся по середине (Мороз – Красный нос и Мороз – Синий нос) и говорят:*  *Мы два брата молодые,*  *Два мороза удалые:*  *Я мороз – Красный нос,*  *Я Мороз – Синий нос,*  *Кто из вас решится*  *В путь – дороженьку пуститься?*  *Все играющие хором отвечают:*  *Не боимся мы угроз, И не страшен нам мороз.*  *После слова «мороз» все играющие перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а морозы стараются их «заморозить» (коснуться рукой). Продолжительность игры 5-7 минут.* |

|  |  |
| --- | --- |
| ***«Ловишки из круга»***  ***Цель:***  *развивать у детей умение согласовывать движения со словами. Упражнять в ритмической ходьбе, в беге с увертыванием и в ловле, в  построении в круг*  ***Описание игры:***  *дети стоят по кругу, взявшись за руки. Ловишка – в центре круга,  на руке повязка. Играющие двигаются по кругу и говорят:*  *Мы, веселые ребята, Любим бегать и скакать*  *Ну, попробуй нас догнать. Раз, два, три – лови!*  *Дети разбегаются, а ловишка догоняет. Пойманный временно отходит в сторону. Игра продолжается, пока ловишка не поймает 2-3 детей. Продолжительность 5-7 минут.* | ***.«Ловишки с мячом»***  ***Цель:***  *развивать умение выполнять движения по слову. Упражнять в метании в движущуюся цель и в беге с увертыванием.*  ***Описание игры:***  *площадка ограничивается линиями. В центре площадки играющие образуют круг, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых в стороны рук. Один ребенок становится в центр (водящий). У его ног лежат 2 небольших мяча. Водящий проделывает ряд движений, играющие повторяют. По сигналу воспитателя: «Беги из круга», дети разбегаются, а водящий старается попасть мячом в одного из детей. По сигналу «раз, два, три в круг беги» дети снова образуют круг. Водящий меняется. Продолжительность 5-7 минут.* |

|  |  |
| --- | --- |
| ***«Лягушки и цапля»***  ***Цель:***  *развивать у детей умение действовать по сигналу, ловкость. Упражнять в прыжках в высоту с места*  ***Описание игры:***  *очерчивается квадрат – «болото», где живут «лягушки». В углах вбиваются колышки или кладутся кубики. Высота 10 – 15 см. По сторонам квадрата протягивается веревка. За пределами квадрата «гнездо цапли». По сигналу «цапля» она, поднимая ноги, направляется к болоту и перешагивает через веревку. Лягушки выскакивают из болота, прыгая через веревку, отталкиваясь двумя ногами.  Перешагнув через веревку, цапля ловит лягушек. Продолжительность 5-7 минут* | ***.«Найди, где спрятано?»***  ***Цель:***  *развивать у детей выдержку, наблюдательность, четность.*  ***Описание игры:***  *дети сидят вдоль стены. Воспитатель показывает детям флажок и говорит, что он его спрячет. Затем воспитатель предлагает детям встать и отвернуться к стене. Убедившись, что никто из детей не смотрит, воспитатель прячет флажок, после чего говорит «пора». Дети начинают искать спрятанный флажок. Кто первый найдет – тот его прячет. Повторить игру 3-4 раза.* |

|  |  |
| --- | --- |
| ***.«Волк во рву»***  ***Цель:***  *развивать смелость и ловкость, умение действовать по сигналу. Упражнять в прыжках в длину с разбегу.*  ***Описание игры:***  *на площадке проводятся две параллельные прямые на расстоянии 80 – 100 см – «ров». По краям площадки очерчивается  «дом коз». Воспитатель назначает одного играющего «волком», остальные – «козы». Все козы располагаются на одной стороне площадки. Волк становиться в ров. По сигналу воспитателя «волк во рву» козы бегут на противоположную сторону площадки, перепрыгивая через ров, а волк   -  старается их поймать (коснуться). Пойманных отводит в угол рва. Продолжительность игры 5-7 минут.* | ***.«Свободное место»***  ***Цель:***  *развивать у детей умение выполнять движение по сигналу. Упражнять в быстром беге.*  ***Описание игры:***  *играющие сидят на стульях по кругу. Воспитатель вызывает пру детей сидящих рядом. По сигналу «раз, два, три – беги!» бегут в разные стороны за кругом, добегают до своего места и садятся. Воспитатель и все играющие отмечают, кто первый занял свободное место. Продолжительность игры 5-7 минут.* |

|  |  |
| --- | --- |
| *«****Совушка»***  ***Цель:***  *развивать у детей торможение, наблюдательность, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять детей в беге.*  ***Описание игры:***  *на расстоянии 80 – 100 см проводятся две прямые – это «ров». На расстоянии одного – двух шагов от границы очерчивается «дом козы».  Все козы располагаются на одной стороне площадки. Волк становится в ров. По сигналу «волк во рву» козы бегут на противоположную сторону, перепрыгивая ров, а волк в это время ловит коз. Пойманных отводит в угол рва. Продолжительность 6-8 минут.* | ***.«Бездомный заяц»***  ***Цель:***  *развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге*  ***Описание игры:***  *из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки – «свой домик». Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой кружок; тогда заяц, стоявший в кружке – становится бездомным зайцем. Если охотник поймает, то меняются ролями. Продолжительность игры 5-7 минут.* |

|  |  |
| --- | --- |
| ***.«Пожарные на ученье»***  ***Цель:***  *развивать у детей чувство коллективизма, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в лазании и в построении в колонну.*  ***Описание игры:***  *дети строятся лицом к гимнастической стенке на расстоянии 5 – 6 шагов в 3 – 4 колонны. Против каждой колонны на одной и той же высоте подвешивается колокольчик. По сигналу «1, 2, 3 – беги» дети, стоящие первыми, бегут к стенке, влезают и звонят в колокольчик. Затем спускаются и становятся в конец своей колонны. Повторить игру 6-8 раз.* | ***.****«****Ловля бабочек»***  ***Цель:***  *развивать у детей выдержку и умение действовать по сигналу. Упражнять в беге с увертыванием и в ловле, в приседании.*  ***Описание игры:***  *выбрать четырех играющих – «дети с сачками». Остальные играющие – «бабочки». На слово «летите» дети разбегаются по площадке. По сигналу «лови» двое детей выбегают ловить бабочек. они ловят, смыкая руки вокруг пойманного, затем отводят его в условное место. на слова «Бабочки сели на цветы». бабочки присаживаются и отдыхают. Когда поймано 3-5 бабочек, отмечают, какая пара поймала больше.*  *Повторить игру 6-8 раз.* |

|  |  |
| --- | --- |
| ***.«Рыбаки и рыбки»***  ***Цель:***  *развивать у детей ловкость, сообразительность, умение действовать по сигналу. Упражнять в быстром беге с увертыванием и в ловле.*  ***Описание игры:***  *площадка – «пруд». Вдоль площадки ходит рыбак, а на противоположной стороне – его помощник. В руках старшего рыбака «сеть» (веревка), на конце – мешочек с песком. Старший рыбак говорит помощнику: «Лови!», и бросает ему конец веревки с грузом, затем рыбаки окружают веревкой  рыбок, которые не успели уплыть в глубокое место (отчерченное место на площадке). по сигналу «рыбки, плывите» рыбки снова выплывают из глубокого места. Продолжительность игры 6 – 8 минут.* | ***.«Ловля обезьян»***  ***Цель:***  *развивать у детей инициативу, наблюдательность, память, ловкость. Упражнять в лазании, в беге.*  ***Описание игры:***  *дети, изображающие обезьян, размещаются на одной стороне площадки, где имеются приборы для лазания или скамейки. На другой стороне 4 – 6 человек – это ловцы обезьян. Обезьяны подражают всему, что видят. Ловцы сговариваются, какие движения они будут делать. Как только ловцы выходят на середину площадки, обезьяны влезают на вышку и оттуда наблюдают. Проделав движения, ловцы уходят, обезьяны приближаются к тому месту, где были ловцы и повторяют их движения. По сигналу «ловцы»  ловцы ловят обезьян.  Продолжительность игры 5-7 минут.* |