|  |  |
| --- | --- |
| Игры, направленные на **р**азвитие **о**бщих **м**оторных **ф**ункций ребенка.  (картотека РОМФ)  *Зарядка.png* | РОМФ-№ 1  Ах, как Ванечку, да хорошего, люблю.  Ах, как Ванечку, да хорошего, *Взрослый гладит*  Я люблю, *малышу ручки,*  Я на Ванечку, на пригожего, *ножки.*  Посмотрю,  Какие у Ванечки глазки! *Малыш показывает*  *глазки.*  Какие у Ванечки ручки! *Малыш показывает*  *ручки.*  Какие у Ванечки ножки! *Малыш показывает*  *ножки.*  Побежали по дорожке. *Ребенок и взрослый бегут,*  *взявшись за руки.*  © Составила Сошникова Л. А. |
| РОМФ-№ 2  Где же наши ручки?  Где же, где же наши ручки, *Спрятать кисти рук*  Где же наши ручки? *за спину .*  Вот, вот наши ручки, *Показать* *кисти рук,*  Вот где наши ручки. *поиграть с ними.*  Где же, где же наши ножки, *Присесть и спрятать*  Где же наши ножки? *ступни ног руками.*  Вот, вот наши ножки, *Открыть ножки,*  Вот где наши ножки. *потопать ими.*  Где же, где же наши детки, *Воспитатель и дети*  Где же наши детки? *закрывают лицо руками.*  Вот, вот наши детки, *Хлопают в ладоши.*  Вот где наши детки.  © Составила Сошникова Л. А. | РОМФ-№ 3  Дождик.  Дождик капал понемножку. *Дети протягивают*  Протянули мы ладошку. *ладошки.*  Дождь пошел сильней, сильней, *Дети убегают*  Убегайте в дом скорей. *на стульчики.*  РОМФ-№ 4  Подарки осени   |  |  | | --- | --- | | **Осень добрая пришла,**  **Нам подарки**  **принесла:**  **Яблоки душистые,**  **Персики пушистые,**  **Груши золотистые**  **Осень принесла.** | *Ходьба по кругу, взяв-шись за руки.*  *Развести руки в сто-роны.*  *Поставить руки на пояс, повороты туло-вища влево-вправо.*  *Развести руки в сто-роны.*  *Хлопки в ладоши.* |   © Составила Сошникова Л. А. |
| РОМФ-№ 5  Натягиваем сапожки.  Мокрые дорожки,  Лужи на дворе.  Достаем сапожки  Нашей детворе,  Натянули крошки *Имитационные движения*  *«натягиваем сапожек»*  Сапожки на ножки. Уф! *Напряжение мышц рук,*  *расслабление.*  Побежали, побежали  Прямо по дорожке. *Бег.*  © Составила Сошникова Л. А. | РОМФ-№ 6    Солдатики-куклы.  Воспитатель: «Играем в солдатиков и кукол».  Солдатики из дерева *Дети стоят, прижав*  Как столбики стоят. *руки к туловищу, напря-*  *гая все мышцы.*  А куколки из тряпочек *Полное расслабление с*  На гвоздике висят.  *наклоном вперед.*  © Составила Сошникова Л. А. |
| РОМФ-№ 7  *.*  Ну-ка, ну-ли.  Ну-ка, нули, *Круговые движения*  Ну-ка, нули,  *с напряжение мышц.*  Будем чистить мы кастрюли,  Мы почистим их песочком,  Обольем их кипяточком.  Посмотрели на кастрюлю,  В ней увидели чистюлю. *Дети строят рожицы*  © Составила Сошникова Л. А. | РОМФ-№ 8  Ладошки.  Подними ладошки выше  И сложи над головой.  Что же вышло?  Крыша вышла.  А под крышей мы с тобой.  Подними ладошки выше,  Поскорее помаши.  Что же вышло?  Птички вышли.  Птички очень хорошо.  Подними ладошки выше  Изогни скорей дугой.  Что же вышло?  Гуси вышли.  Вот один, а вот другой.  © Составила Сошникова Л. А. |

|  |  |
| --- | --- |
| РОМФ-№ 9  Как на елке снег.  Дети стоят в кругу, в середине круга спит «медведь».  Как на елке снег, снег. *Поднять руки вверх.*  И под елкой снег, снег. *Опустить руки.*  И на горке снег, снег. *Поднять руки вверх*  И под горкой снег, снег. *Опустить руки.*  А под горкой спит медведь. *Присесть. Похлопать*  Тихо-тихо, не шуметь. *Тихо, похлопать*  *громко.*  *Медведь просыпается и догоняет детей, которые разбегаются.*  © Составила Сошникова Л. А. | РОМФ-№ 10  *Елка.*  Дети стоят вокруг маленькой елочки с воспитателем, повторяют действия за воспитателем.  Блестят на елке бусы, *Ручки играют.*  Хлопушки и звезда. *Дети хлопают в ладошки.*  Мы любим нашу елку.  ДА! ДА! ДА! *Приговаривают: «Да-да-да».*  Снегурка в белой шубке *Делают пружинку.*  Приходит к нам всегда,  Мы с ней поем и пляшем.  ДА! ДА! ДА! *Приговаривают: «Да-да-да».*  И Дед Мороз веселый,  *Идут друг за другом, изоб-*  Седая борода, *ражая Деда Мороза с*  Приносит нам подарки. *мешком..*  ДА! ДА! ДА! *Останавливаются, говоря*  *слова.*  © Составила Сошникова Л. А. |
| РОМФ-№ 11  Сколько снегу навалило.  Сколько снегу навалило! *Дети идут, перешаги-*  Не проехать, не пройти. *вая расставленные*  Мы в сугробы провалились, *воспитателем кубики*  Как дорожку нам найти? *высоким шагом.*  РОМФ-№ 12  *А посреди двора — гора.*  А посреди двора— гора, *Воспитатель показывает*  А на горке детвора. *на стремянку.*  Заберемся высоко, *Дети забираются на*  А спускаться нам легко. *горку; спускаются.*  © Составила Сошникова Л. А. | РОМФ-№ 13  *Лед да лед.*  Лед да лед, *Ходьба на внешней стороне*  Лед да лед. *стопы.*  А по льду пингвин идет.  Скользкий лед,  Скользкий лед.  Но пингвин не упадет.  РОМФ-№ 14  *Вот под елкой запушенной.*    Вот под елкой запушенной *Дети прыгают на*  Скачут по снегу вороны. *месте или с неболь-*  Вот так, вот так, вот так. *шим продвижение*  *вперед.*  © Составила Сошникова Л. А. |

|  |  |
| --- | --- |
| РОМФ-№ 15  *Паровоз гудит ду-ду.*  Паровоз гудит: ду-ду, *Дети встают друг за*  Я иду, иду, иду. *другом, кладут преды-*  А вагоны стучат, *дущему руку на пояс*  А вагоны говорят: *и двигаются топающим*  Так-так-так-так (4 раза). *шагом.*  РОМФ-№ 16  Плывет, плывет кораблик.  Плывет, плывет кораблик, *Дети встают парами,*  Кораблик золотой. *берутся за руки, перес-*  Везет, везет подарки, *тупают с одной ноги*  Подарки нам с тобой. *на другую с раскачива-*  Ведет кораблик утка, *нием.*  Испытанный моряк.  «Земля!» — сказалаутка,  Причаливайте, кряк!  © Составила Сошникова Л. А. | РОМФ-№ 17  *Самолет летит.*  Самолет летит, *Дети легко бегают в*  Самолет гудит: УУУ, *свободной орентиров-*  Мы летим в Москву.  *ке с разведенными*  *в стороны руками.*  РОМФ-№ 18  *Машина, машина идет.*  Машина, машина идет, гудит, *В руках детей разно-*  В машине, в машине *цветные круги-рули.*  Шофер сидит. *Дети двигаются то-*  Би-би-би, би-би-би. *пающим шагом в сво-*  бо*дной ориентировке*.  *На сигнал «би-би» нажимают на середину круга.*  © Составила Сошникова Л. А. |
| РОМФ-№ 19  *С мамой будем мы играть.*  С мамой будем мы играть, *Дети скачут на двух*  Будем прыгать и скакать. *ногах с продвижением*  Кто сильнее? *вперед, допрыгивают*  Кто ловчее? *до мамы.*  Кто доскачет всех быстрее?  Мама с детками играет,  Ребятишек догоняет.  РОМФ-№ 20  *Доктор, доктор, как нам быть?*  Доктор, Доктор, как нам быть?  Уши мыть или не мыть? *Дети показывают уши.*  Отвечает доктор гневно: *Дети выполняют имита-*  Уши моем ежедневно!  *ционные* *движения -*  *моют уши.*  © Составила Сошникова Л. А. | РОМФ-№ 21    *Вот построен новый дом.*  Вот построен новый дом. *Дети тянутся вверх*  *за поднятыми руками,*    В новом доме мы живем. *разводят руки в стороны*    Мы по лестнице бежим *берутся за руки, бегут*  *по кругу.*  И считаем этажи*, Прыгают вперед в круг,*  Раз — этаж,  *опустив руки.*  Два — этаж,  Три, четыре, мы в квартире. *Берутся за руки.*  © Составила Сошникова Л. А. |

|  |  |
| --- | --- |
| РОМФ-№ 22  *Бежит ручеек.*  Бежит ручеек,  *Воспитатель кладет два прал-*  Журчит ручеек. *лельных шнура.*  Как же нам пройти,  Воду обойти?  Дети через ручеек скок! *Дети перепрыгивают*  *ручеек.*  РОМФ-№ 23  *Змейка просыпается.*  Змейка просыпается, *Дети идут друг за*  Головка поднимается: «Ш-ш...» *другом, огибая рас-*  Между камешков ползет, *ставленные на пути*  За собою нас зовет. *движения стулья*  *(кегли).*  © Составила Сошникова Л. А. | РОМФ-№ 24    *Запели капели.*  Запели капели: кап-кап-кап! *Дети потряхивают*  *кистями рук.*  И птицы запели: чив-чив-чив! *Помахивают руками,*  Ручьи зазвенели: *бегут друг за другом.*  Дзинь-дзинь-дзинь!  Жучки налетели: ж-ж-ж! *Бегают по комнате.*  Упали на спинки. *Ложатся на спинки,*  *шевелят руками,*  *ногами.*  РОМФ-№ 25  *Светит, светит солнышко.*  Светит, светит солнышко,  *Дети изображают солныш-*  *ко пальчиками..*  Мы сажаем зернышки, *Имитационные движения,*  Поливаем их водой,  Засыпаем их землей.  Светит, светит солнышко, *Дети изображают солныш-*  *ко пальчиками..*  Проросли все зернышки, *Движения руками снизу*  Стали травкой луговой, *вверх, покачивание руками,*  Пахнет солнцем и весной. *втягивание воздуха,*  Ах! *вдох на слово «Ах!»*  © Составила Сошникова Л. А. |
| РОМФ-№ 26  *Просыпается листва.*  Просыпается листва,  *Встряхивать кистями рук,*  И проснулся паучок.  *ритмично разводить пальцами*  *в стороны,*  Просыпайся, голова, *кивать головой,*  Просыпайся, язычок. *Совершать движения языком*  Ля-ля-ля... *вперед-назад. Приплясывать.*  Вот проснулся муравей  *Движения, имитирующие ходь-*  И сороконожки. *бу, указательным и среднем*  *пальцами правой руки по левой..*  *Те же движения левой рукой по*  *правой руке.*  Просыпайтесь, пяточки, *Поочередно постукивать*  Просыпайтесь, ножки. *пяточками правой и левой*  Ля-ля-ля... *ноги, поочередно притопывать.*  *Приплясывать.*  Прыгают кузнечики, *Прыгать.*  Полетели мухи. *Помахивать руками..*  Просыпайтесь, плечики, *Поднимать и опускать плечики.*  Просыпайтесь, руки. *Поднимать руки вверх,*  Ля-ля-ля... *приплясывать (пружинка).*  © Составила Сошникова Л. А. | РОМФ-№ 27  Овощи.  **Как-то вечером на грядке** *Присесть*  *несколько раз.*  **Репа, свекла, редька, лук**  **Поиграть решили в прятки,** *Закрыть лицо*  *руками.*  **Но сначала встали вкруг,** *Встать в круг,*  *движение по кругу,*  **Обежали все вокруг.** *держась за руки.*  РОМФ-№ 28  Морковь.  **Вот марковка-невеличка,** *Сесть на корточки.*  **Из земли торчик косичка.** *Поворачивать*  *голову вправо-влево.*  **Носа высунуть не смеет,** *Прыжки.*  **Под землей сидит, краснеет.** *Сесть на*  *корточки.*  © Составила Сошникова Л. А. |
| РОМФ-№ 29  Грибочки.  **В лесу под сосною грибочки** *«Маленькая*  **росли** *пружинка»*  **Веселую пляску они завели.** *(не отрывая стопы*  *от пола, сгибать*  *ноги в коленях.*  **Шапочкой красной кивают** *Наклоны головой*  **грибки -** *вправо - влево.*  **Понравиться очень хотят**  **нам они.**  РОМФ-№ 30  Грибок.  **Мы в лесок пойдем,** *Маршировать на месте.*  **Мы грибок найдем.** *Наклонить туловище*  *(имитация «срываем*  *гриб») .*  **В шапочке нарядной,** *Положить кисти рук на*  *голову.*  **Светло-шоколадной.**  **Ты не прячь, грибок,** *Погрозить указательным*  *пальцем.*  **Под листок свой бок!**  **Ты ребятам нужен** *Имитировать «едим*  *ложкой».*  **К вечеру на ужин**  © Составила Сошникова Л. А. | РОМФ-№ 31  В лесу.  **Утром дети в лес пошли.** *Маршировать на месте,*  *высоко*  *поднимая ноги.*  **И в лесу грибы нашли.** *Равномерные*  *приседания.*  **Наклонились, собирали, -** *Наклоны вперед.*  **По дороге растеряли!**  *Ритмичное разведение*  *рук в стороны.*  РОМФ-№ 32  Корова.  **«Му-му-му» - мычит** *Ходьба по кругу, имити-*  **корова.**  *ровать «рога», держа*  *руки на голове.*    **«Забодаю Катю с Вовой.** *Повороты туловища*  *вправо- влево, ноги*  *«приклеены» к полу,*  *имитировать «рога»,*  *держа руки на голове.*  **Вы не пьете молоко?**  *Поставить руки на*  *пояс, сделать*  *сердитое лицо.*  **Убегайте далеко!»** *Игра «Ловишки».*  © Составила Сошникова Л. А. |
| РОМФ-№ 33  *Конь.*  **Конь меня в дорогу ждет***,* *Сцепить руки в*  *«замок».*  **Бьет копытом у ворот***, Поднимать ритмично*  *поочередно*  **На ветру играет гривой** *согнутые в колене*  *ноги.*  **Пышной, сказочной**  **красивой.**  **Быстро на седло вскочу,** *Подскоки на месте,*  *согнуть руки*  **Не поеду – полечу.** *В локтях перед собой.*  **Цок, цок, цок, цок,**  **Цок, цок, цок, цок.**  **Там за дальнею рекой** *Помахать рукой.*  **Помашу тебе рукой.**  © Составила Сошникова Л. А. | РОМФ-№ 34  Зайка.  **Зайка в травке скок-скок.** *Прыжки на двух ногах*  *с продвижением впе-*  *ред, имитировать*  *«ушки зайки», держа*  *руки на голове.*    **Зайка прыг за кусток.** *Присесть.*  **Смелый зайка не боится -** *Прыжки на двух*  *ногах с продвижением*  *вперед*  **Не поймать его лисице.** *Игра «Ловишки»:*  *«зайки» убегают в*  *«домик».*  © Составила Сошникова Л. А. |
| РОМФ-№ 35  Медвежата.  **Медвежата в чаще жили***, Покачивать головой*  **Головой своей крутили** *вправо- влево без резких*  **Вот так, вот так** *движений.* **Головой своей крутили***.*    **Медвежата мед искали,**  *Наклонять туловище*  **Дружно дерево качали.** *вперед, руки вперед.*  **Вот так, вот так**  **Дружно дерево качали.**  **Вперевалочку ходили** *Наклонять туловище*  *вправо- влево (ходьба*  *«по- медвежьи»)*  **И из речки воду пили.***Наклонять туловище*  **Вот так, вот так**  *вперед имитировать*  **И из речки воду пили***. «пить воду».*  **А потом они плясали,** *Подскоки на* *месте.*  **Выше лапы поднимали.**  **Вот так, вот так**  **Выше лапы поднимали.**  © Составила Сошникова Л. А. | РОМФ-№ 36  Медвежонок   |  |  | | --- | --- | | **Медвежонок Жак**  **простужен-**  **Мед ему сегодня нужен.**  **Мед дадим ему на ужин,**  **Потому что мы с ним**  **дружим.** | *Ходьба по кругу, взявшись за руки.*  *Остановиться, про-тягивая руки вперед.*  *Ходьба по кругу, взявшись за руки.* |   РОМФ-№ 37  Платье   |  |  | | --- | --- | | **Это платье для**  **Наташки –**  **Красные горошки.**  **А на платье два**  **кармашка,**  **Спрячем в них**  **ладошки.** | *Повороты туловищем влево-вправо.*  *Прыжки на месте.*  *Имитация указатель-ными пальцами двух рук«рисуем карманы» на животе.*  *Имитировать двумя руками «опускаем руки в карманы»* |   © Составила Сошникова Л. А. |
| РОМФ-№ 38  Настя   |  |  | | --- | --- | | **Настя, Настенька,**  **Шубка красненькая,**  **Шапка бобровая,**  **Сама чернобровая.** | *Кружиться на месте.*  *Повороты туловищем влево-вправо, руки на поясе.*  *Поднять руки над головой, хлопки.*  *Приседать на месте «пружинки».* |   РОМФ-№ 39  Сапожки   |  |  | | --- | --- | | **Папа в сапожищах:**  **Топ-топ-топ!**  **Мамочка в сапожках:**  **Шлеп-шлеп-шлеп.**  **А я, детка-крошка,**  **В маленьких сапожках**  **Быстро по дорожке**  **Топ-топ-топ-топ!** | *Ходьба по кругу, высоко поднимая ноги в коле-нях.*  *Ходьба по кругу, не вы-соко поднимая ноги в коленях.*  *Присесть на корточки, показать ноги.*  *Бег на носках врассып-ную.* |   © Составила Сошникова Л. А. | РОМФ-№ 40  Тапочки   |  |  | | --- | --- | | **Это тапки для**  **Антошки,**  **Чтобы в них не**  **мерзли ножки.**  **Топ-топ-топотушки,**  **Что за тапки! Как**  **игрушки!** | *Топать ногами на месте.*  *Прыгать на месте.*  *Ходьба по кругу, топая ногами.*  *Ставить ногу на пятку поочередно.* |   РОМФ-№ 41  Ботинки   |  |  | | --- | --- | | **Вот ботинки для**  **Маринки,**  **Не ботинки, а**  **картинки.**  **Чтобы в них гулять**  **ходить,**  **Бегать, …прыгать…**  **и шалить.** | *Топать ритмично но-гами на месте.*  *Прыжки на месте.*  *Ходьба по кругу друг за другом, взявшись за руки.*  *Легкий бег,… прыжки.*  *Топать ногами на месте.* |   © Составила Сошникова Л. А. |