|  |  |
| --- | --- |
| Игры, направленные на **р**азвитие **о**бщих **м**оторных **ф**ункций ребенка.(картотека РОМФ)*Зарядка.png* | РОМФ-№ 1Ах, 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-№ 2Где 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-№ 4Подарки 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-№ 5Натягиваем сапожки.Мокрые дорожки,Лужи на дворе.Достаем сапожкиНашей 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-№ 8Ладошки.Подними ладошки вышеИ 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 вышеИзогни скорей дугой.Что же вышло?Гуси вышли.Вот один, а вот другой.© Составила Сошникова Л. А. |

|  |  |
| --- | --- |
| РОМФ-№ 9Как 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-№ 11Сколько 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-№ 16Плывет, 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-№ 27Овощи.**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-№ 29Грибочки.**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-№ 30Грибок.**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-№ 31В 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-№ 32Корова.**«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-№ 34Зайка.**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-№ 35Медвежата.**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-№ 36Медвежонок

|  |  |
| --- | --- |
| **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-№ 37Платье

|  |  |
| --- | --- |
| **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-№ 38Настя

|  |  |
| --- | --- |
| **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-№ 39Сапожки

|  |  |
| --- | --- |
| **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-№ 40Тапочки

|  |  |
| --- | --- |
| **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-№ 41Ботинки

|  |  |
| --- | --- |
| **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. |