Картотека подвижных игр для второй младшей группы

Пузырь

Цель: научить детей становиться в круг, делать его то шире, то уже, приучать их согласовывать свои движения с произносимыми словами.

Описание: дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют небольшой кружок, стоя близко друг к другу. Воспитатель произносит:

Раздувайся, пузырь,

Раздувайся большой,

Оставайся такой,

Да не лопайся.

Играющие отходят назад и держатся за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Лопнул пузырь!». Тогда они отпускают руки и приседают на корточки, говоря при этом «Хлоп!».

Указания: сначала в игре принимают участие 6-8 детей. При повторении могут играть 12-15.

Птички в гнездышках

Цель: учит детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.

Описание: дети сидят на стульях, расставленных по углам комнаты – это гнездышки. По сигналу птички вылетают из своих гнездышек в середину комнаты и летают. По сигналу «Птички, в гнездышки!» дети возвращаются на свои места.

Указания: для гнездышек можно использовать большие обручи, положенные на пол, а на участке это могут быть круги, начерченные на земле, в которых дети приседают на корточки.

Мыши и кот

Цель: приучать детей бегать легко, на носках; ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя.

Описание: дети сидят на скамейках или стульчиках – это мыши в норках. В противоположном углу комнаты сидит кот – воспитатель. Кот засыпает (закрывает глаза) и мыши разбегаются по всей комнате. Но вот кот просыпается и начинает ловит мышей. Мыши быстро убегают и прячутся в свои места – норки. Пойманных мышек кот уводит к себе. После кот еще раз проходит по комнате и снова засыпает.

Лохматый пес

Цель: учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения, бегать, стараясь не попадаться ловящему.

Описание: дети стоят или сидят в одной стороне площадки. Один ребенок находится в другой стороне и изображает пса. Дети все вместе подходят к нему, а воспитатель в это время произносит:

Вот лежит лохматый пес,

В лапы свой уткнувший нос,

Тихо, смирно он лежит,

Не то дремлет, не то спит.

Подойдем к нему, разбудим

И посмотрим: «Что-то будет?»

Дети приближаются к псу. Как только стихотворение заканчивается, пес встает и лает. Дети разбегаются, пес гонится за ними и старается поймать кого-нибудь из них и увести к себе. Когда все дети спрячутся, пес возвращается на место.

Трамвай

Цель: учит детей двигаться парами, согласовывая свои движения с движениями других играющих, учить распознавать цвета.

Описание: 3-4 пары детей становятся в колонну, держа друг друга за руку. Свободными руками они держаться за шнур, концы которого связаны, т.е. одни держат шнур правой рукой, а другие левой. Воспитатель держит в руках 3 флажка: желтый, зеленый, красный. Зеленый сигнал – трамвай движется, желтый – замедляет движение, красный – останавливается. Воспитатель поочередно поднимает флажки.

Указания: если детей много, можно сделать 2 трамвая; при остановке одни пассажиры выходят из трамвая, а другие заходят, приподнимая шнур.

Воробушки и кот

Цель: учить детей мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях, увертываться от ловящего, быстро убегать, находить свое место.

Описание: дети становятся на высокие скамеечки (10-12 см), положенные на полу одной стороне площадки – это воробушки на крыше. В другой стороне спит кот. Воспитатель говорит: «Воробушки вылетают на дорогу» – дети спрыгивают со скамеек и разбегаются в разные стороны. Просыпается кот «мяу-мяу» и бежит ловить воробушков, которые прячутся на крыше. Пойманных уводит к себе.

Догони меня

Описание: дети сидят на стульях или скамейках в одной стороне комнаты. Воспитатель предлагает им догнать его и бежит в противоположную сторону. Дети бегут за воспитателем, стараясь поймать его. Когда они подбегают, воспитатель говорит: «Убегайте, убегайте, догоню!». Дети возвращаются на свои места.

Указания: количество играющих 10-12 человек.

Найди свой цвет

Описание: воспитатель раздает детям флажки 3-4 цветов: красные, синие, желтые, зеленые. Дети с флажками одного цвета стоят в разных местах комнаты возле флагов определенных цветов. После слов воспитателя «Идите гулять» дети расходятся по площадке в разные стороны. Когда воспитатель скажет «Найди свой цвет», дети собираются у флага соответствующего цвета.

Указания: флажки можно заменить квадратиками, кружочки разного цвета.

Не опоздай

Описание: воспитатель раскладывает на полу по кругу кубики (колечки, погремушки). Дети становятся у кубиков. По сигналу воспитателя они разбегаются по комнате, по сигналу «Не опоздай!» бегут к кубикам.

В воротики

Описание: дети располагаются на стульях. Впереди на расстоянии 2,5 м стоит дуга – воротики. Дальше, еще на расстоянии 2 м, находится стойка с сеткой, у стойки на полу лежит мяч. Воспитатель вызывает кого-нибудь из детей и предлагает на четвереньках доползти до дуги, подлезть под нее, подползти к мячу, затем встать, поднять мяч двумя руками и опустить его в сетку.

С кочки на кочку

Описание: дети стоят в одной стороне зала. Воспитатель раскладывает на полу на расстоянии 20 см один от другого обручи. По сигналу дети переходят на другую сторону зала через обручи.

Указания: вместо обручей можно использовать фанерные или резиновые круги на расстоянии 30-35 см. На участке круги можно начертить на земле.

Пройди – не задень

Описание: на полу в один ряд расставляют несколько кеглей или кладут кубики на расстоянии не менее 1 м один от другого. Дети должны пройти на другую сторону комнату, огибая кегли змейкой и не задевая их.

Проползи – не задень

Описание: дети располагаются по одной стороне комнаты. На расстоянии 3-4 м от них ставятся стулья, на сиденья которых положены гимнастические палки или длинные рейки. Двое или трое детей должны проползти под палками, стараясь не задеть их, доползти до скамейки, на которой лежат флажки, встать, взять флажки и помахать ими, затем бегом возвратиться обратно.

Указания: можно увеличит расстояние для ползания.

Пройди мишкой, проползи мышкой

Описание: дети располагаются у одной стены комнаты. Воспитатель напротив располагает друг за дружкой две дуги разного размера. Первая – 50 см, вторая – 30-35 см (на расстоянии 2-3 м от первой). Вызывается ребенок и ему предлагается пройти под первой дугой на четвереньках, как мишка, то есть опираясь на ступни ног и ладони, а под второй – проползи, как мышка (на коленях и ладонях), затем подняться и пробежать бегом на свое место.

Кто дальше бросит (мяч, мешочек)

Описание: дети стоят по одной стороне за начерченной линией или положенной веревкой. Все получают мешочки и по сигналу бросают их вдаль. Каждый должен заметить куда упал его мешочек. По сигналу воспитателя дети бегут к своим мешочках и становятся возле них; двумя руками они поднимают мешочки вверх над головой. Воспитатель отмечает тех детей, которые дальше бросили мешочек.

Указания: дети бросают то левой, то правой рукой. Количество играющих может быть разным, но не более 10-12 человек. Вес мешочка 150 грамм.

Попади в круг

Описание: дети стоят по кругу на расстоянии 2-3 шагов от лежащего в центре большого обруча или круга. В руках у них мешочки с песком, которые они по сигналу воспитателя бросают в круг, по сигналу же подходя, берут свои мешочки и возвращаются на место.

Указания: можно увеличит расстояние от круга до детей.

Подбрось повыше

Описание: один ребенок или несколько детей берут по мячу и становятся на свободное место. Каждый подбрасывает мяч вверх, прямо над головой двумя руками и старается его поймать.

Указания: мячи берутся диаметром 12-15 см. Одновременно выполняют 10-15 человек.

Поймай мяч

Описание: напротив ребенка на расстоянии 1,5-2 м от него становится воспитатель. Он бросает мяч ребенку, а тот возвращает его.

Сбей кеглю

Описание: на земле чертят линию. На расстоянии 1-1,5 м от нее ставят 2-3 большие кегли (расстояние между кеглями 15-20 см). Дети по очереди подходят к этому месту, берут в руки лежащие мячи, катят их, стараясь сбить кеглю. Прокатив 3 мяча, ребенок бежит, собирает их и передает следующему играющему.

Указания: мячи диаметром 15-20 см.

Поймай комара

Описание: дети стоят в кругу на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру круга. Воспитатель находится в середине круга. В руках у него прут длинной 1-1,5 м с привязанным на шнуре комаром из бумаги или материи. Воспитатель кружит шнур немного выше голов играющих – комар пролетает над головой; дети подпрыгивают, стараясь поймать его обеими руками. Тот, кто поймает комара, говорит «Я поймал!».

К флагу!

Цель: упражнять детей в беге, быстрому построению по сигналу, учить ходить друг за другом.

Описание: дети стоят лицом к воспитателю. Он берет в руки флажок и предлагает подойти поближе и посмотреть на него. Затем говорит «Флаг опускается – дети разбегаются», и флаг опускается. Дети бегут в разные стороны. Через 10-15 секунд воспитатель поднимает флаг и продолжает «Флаг поднимается – дети собираются!». Все подбегают к воспитателю. Игр повторяется несколько раз и заканчивается ходьбой. Впереди идет один из детей с флагом.

Карусель

Описание: положив на пол длинный шнур, воспитатель говорит детям, что это будет карусель, на которой можно покататься. Он предлагает обойти карусель вокруг, побегать около нее, медленно походить. Затем дети, остановившись, берут шнур двумя руками. Воспитатель показывает, как нужно заводить карусель – поднимать шнур и опускать его. Затем, предложив крепче держать за шнур одной рукой, воспитатель ведет карусель, произнося слова:

Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели.

Скорость шага увеличивается, постепенно переходит на бег:

А потом кругом, кругом

Да бегом, бегом, бегом!

Заканчивается:

Тише, тише, не спешите,

Карусель остановите!

Указания: Ира повторяется до 6 раз то вправо, то влево.