Игровые упражнения позволяют научить дошкольников самостоятельно создавать условия для двигательной деятельности, подвести к самостоятельному выполнению сложных двигательных действий, сформировать и развить навыки самоорганизации в использовании различных движений и воспитать интерес и стремление к активным действиям, тем самым обеспечивая основу для интересной и содержательной деятельности в повседневной жизни.

Вниманию коллег я бы хотела предложить несколько комплексов игровых упражнений под общим названием «игралочки – забавлялочки», используемые в нашем образовательном учреждении для развития интереса малышей к физкультуре в первые месяцы их пребывания в детском саду.

Игровые упражнения можно проводить как в физкультурном зале, так и в групповой комнате.

***Игровые упражнения с использованием гимнастической палки.***

***«Поймаем кошечку».***

**Задачи:**

- вызывать у детей желание проявлять физическую активность в игровом упражнении;

- учить поднимать и опускать руки, стараясь поймать кукольный персонаж;

- создавать условия для проявления речевого отклика в игровых действиях.

Оборудование: гимнастическая палка (1м), перчаточная кукла Кошка.

\*\*\*

*Инструктор подзывает к себе детей и показывает им гимнастическую палку, на которой вверху «сидит кошечка».*

Высоко на палочке

Кошечка сидит.

Тихо мяукает,

На деток глядит.

Показ имитации «Кошечка мяукает»

Кошечка, к нам, спустись.

Все (вместе) Кис, кис, кис.

Показ имитации «Кошечка лениво мяукает и качает головой».

*Инструктор*. Кошечка, не ленись.

*Все* (вместе). Кис, кис, кис.

Показ имитации «Кошечка спускается вниз по палке и быстро поднимается вверх».

*Инструктор.* С кошечкой, ребятки, поиграйте, её попробуйте поймайте.

Показ имитации «Кошечка спускается вниз по палке и быстро поднимается вверх» (5-6 раз).

Дети поднимают руки вверх и пытаются поймать кошечку. Игровое упражнение повторяется 2-3раза.

***«Убеги от кошечки».***

**Задачи:**

- развивать у детей желание изображать сказочных персонажей (мышек) в игровом упражнении;

- учить ходить врассыпную и разбегаться в разные стороны от кукольного героя.

Оборудование: гимнастическая палка (длина 1м), перчаточная кукла Кошка, мышиные шапочки – маски (для каждого ребёнка).

\*\*\*

*Инструктор подзывает к себе детей и показывает им гимнастическую палку, на которой вверху «сидит кошечка».*

Кошечка на палочке сидит и мышат сторожит.

Показ имитации «Кошечка смотрит по сторонам».

А мышата рядом гуляют, Кошечку не замечают.

Дети в мышиных шапочках – масках ходят врассыпную вокруг палки, на которой «сидит кошечка».

Кошка с палочки слезает.

Показ имитации «Кошечка спускается вниз по палке».

И мышат догоняет.

Показ имитации «Кошечка догоняет мышат».

*Инструктор поворачивает куклу в разные стороны, имитируя «погоню кошки за мышками». Свободной рукой держит палку.*

Дети разбегаются в разные стороны.

Игровое упражнение повторяется 2-3 раза.

***Игровые упражнения с мячиком***

***Веселый мячик***

**Задачи:**

- стимулировать инициативу к участию в игровой деятельности, сопровождаемой речевым откликом;

- развивать реакцию, согласовывая совместные действия, в процессе ловли мячика;

- поощрять попытки детей к игровому взаимодействию со взрослым.

Оборудование: маленький мягкий мячик (диаметром 5 см), к которому привязана тонкая резинка с петелькой на конце (петелька надевается на указательный палец руки); детский столик.

*Инструктор стоит у столика и подзывает к себе детей. Он показывает им маленький мячик в своих руках.*

Мячику на месте не лежится,

Очень любит он повеселиться.

*Инструктор поворачивает мячик в разные стороны.*

Прыгает мячик высоко

Поймать его нелегко.

*Инструктор подкидывает мячик на резинке вверх, мячик ударяется об стол и снова подскакивает вверх.*

С мячиком поиграйте,

Его попробуйте поймайте.

Показ имитации «мячик прыгает».

*Инструктор совершает рукой движения вверх- вниз и захватывает мячик в кулак. Дети тянутся к мячику, пытаясь поймать его своими ручками.*

Куда мячик пропал?

*Инструктор осматривает свой кулак, в котором находится мячик.*

Все (вместе). В кулачок ускакал.

Дети рассматривают кулачок взрослого, в котором находится мячик.

*Инструктор: Пальчики разжимаем.*

Взрослый разгибает пальчиками свободной руки пальчики, сжатые в кулак. Или же один – два ребёнка подходят к взрослому и помогают ему разжать пальцы.

Мячик выпускаем.

Взрослый показывает детям мячик на ладони своей руки. Игровое упражнение повторяется 2-3 раза.

***Где мячик?***

**Задачи:**

- учить ориентироваться в помещении и согласованно действовать в игровой ситуации;

- вызывать желание включаться в речевое взаимодействие средствами игры;

- создавать игровые условия для обучения прыжкам на месте;

- стимулировать желание перемещаться за взрослыми в заданном направлении (парами, подгруппой);

- приучать брать мяч и отдавать его взрослому.

Оборудование: резиновый мяч (диаметр 20-25 см).

\*\*\*

Дети стоят около взрослого.

*Инструктор.*

Мячик круглый и большой,

Посмотрите, вот какой (показывает детям мячик)

Мячик прыгал и скакал (показ имитации «мячик прыгает». Инструктор кидает и ловит двумя руками мяч.

Все (вместе).

Прыг-скок, прыг-скок (дети приседают, стараясь подпрыгивать).

И куда – то вдруг пропал (взрослый прячет мячик за спину).

*Инструктор:* Где мячик? (взрослый и дети осматриваются по сторонам)

Мячик быстро покатился (взрослый отталкивает мячик вперёд).

И в уголочке притаился (показ имитации «мячик укатился в уголок группы».

Кто за мной пойдёт?

Кто же мячик найдёт?

Дети выражают желание – идти искать мячик. Взрослый называет имена этих детей. Далее дети по желанию идут за взрослым искать мячик.

Как варианты: взрослый называет по именам детей, которые пойдут искать мячик; дети по желанию берутся за руки и идут за взрослым искать мячик; дети по желанию идут за взрослым искать мячик, высоко поднимая ноги, и т.д.

Все (вместе) Вот он мячик!

Кто – то из детей поднимает мяч и отдаёт его взрослому. Игровое упражнение повторяется 2-3 раза.

***Грустный мячик.***

Оборудование: резиновый мячик (диаметром 30-40 см).

*Инструктор обращает внимание детей на мячик, который лежит на полу.*

Лежит мячик на полу и вздыхает (берёт мячик в руки)

Мячик. Никто со мной не играет. Показ имитации «мячик говорит». Взрослый покачивает мячик в такт своим словам.

Все (вместе)

Мячик не надо скучать, Мы с тобой будем играть.

**Вариант 1**. Друг другу мячик катаем.

**Задача:** учить катать мяч двумя руками взрослому в игровой ситуации.

Дети садятся на ковёр полукругом, вытягивают ножки вперёд и расставляют их в стороны.

Все (вместе)

Друг другу мячик катаем,

Весело играем.

*Инструктор откатывает поочерёдно мячик каждому ребёнку.* Ребёнок ловит катящийся к нему мяч двумя руками, отталкивает мячик другому ребёнку. Игровое упражнение повторяется 5-6 раз.

**Вариант 2**. Прыгаем с мячиком.

**Задача:** учить приседать и подпрыгивать, взаимодействуя игровым персонажем.

*Инструктор*: Прыг – скок, малыши,

Прыг – скок, хороши.

Прыг – скок, прыг- скок,

Дети слегка приседают и выпрямляются, стараясь подпрыгивать.

Прыг – скок, прыг – стоп!

Дети останавливаются по команде взрослого.

Постоим и опять

Все (вместе). Будем весело скакать (игровое упражнение повторяется 2-3 раза).

**Вариант 3.** Мячик догоняем! От мяча убегаем.

**Задача**: учить бежать в медленном темпе (подгруппой) за игровым персонажем.

Мячик. Согласен! Я буду от вас убегать, а вы меня попробуйте догнать!

*Инструктор в умеренном темпе передвигается вперёд, одновременно кидая и ловя мяч двумя руками. Дети следуют за ним, «догоняя мяч»*

**Задача**: учить убегать в медленном темпе (подгруппой) от игрового персонажа.

Мячик: Продолжаем играть, Я вас буду догонять.

Дети разбегаются от мяча в разные стороны, взрослый в умеренном темпе передвигается за детьми, одновременно кидая и ловя мяч двумя руками.

Игровое упражнение повторяется 2-3 раза.

***Поможем обезьянке собрать мячики в корзинку.***

**Задача:** учить детей по команде собирать вместе с кукольным персонажем мячики в корзинку.

Оборудование: маленькие мячики, корзиночка и ручная кукла – обезьянка.

\*\*\*

Дети сидят на ковре. Инструктор обращает внимание детей на раскиданные на ковре мячики и рядом с ними корзиночку.

Инструктор:

Кто тут с мячиками играл

И в корзиночку убрал?

Взрослый заглядывает в корзиночку, из которой «выглядывает» обезьянка.

Это обезьянка.

Все (вместе)

Обезьянка, ай – яй – яй, Мячики в корзиночку убирай.

Показ имитации «обезьянка собирает в корзинку мячики.

Обезьянка. Мячики раскатились, вы поможете мне их собрать?

Дети. Да!

Показ имитации «Дети помогают обезьянке собрать мячики в корзиночку». Игровое упражнение повторяется 2-3 раза.

***Игровое упражнение с верёвочкой.***

Прыгаем с верёвочкой.

Задача: развивать желание проявлять двигательную активность в игровой ситуации.

Оборудование: верёвочка – скакалка.

\*\*\*

Дети сидят на скамейке. Инструктор показывает детям верёвочку – скакалку.

Инструктор: Верёвка прыгучая,

Верёвочка – скакучая.

Прыгала – скакала,

Ребяток забавляла.

Прыг – скок, прыг – скок,

Прыг – скок, прыг – скок.

Показ имитации «Верёвочка прыгает». Инструктор прыгает через верёвочку – скакалку. Дети делают попытки прыгать рядом со взрослым.

И вдруг упала.

Показ имитации «Верёвочка падает на пол».

Инструктор выпускает из рук верёвочку.

Полежала, отдохнула.

Инструктор поднимает верёвочку – скакалку или же кто – то из детей по желанию поднимает её с пола и подаёт взрослому.

Подлетела и опять.

Все (вместе). Стала весело скакать.

Показ имитации «Верёвочка прыгает». Инструктор прыгает через верёвочку – скакалку. Дети прыгают рядом со взрослым. Игровое упражнение повторяется 2-3 раза.

**Клубочек.**

Задачи:

- приобщать к участию в игровой ситуации с использованием спортивного оборудования;

- развивать умение ритмично двигаться подгруппой, держась за верёвочку, в заданном направлении;

- стимулировать речевую активность в процессе игры.

Оборудование: верёвочка – канатик (длиной 2.2м, диаметром 2-3см).

\*\*\*

Дети стоят около взрослого.

Инструктор: Что это? (Показывает детям клубочек.) Дети отвечают:

Это клубочек – мягкий моточек.

Дети гладят клубочек.

Катится клубочек по дорожке (показ имитации « катится клубочек по дорожке»). Инструктор кидает клубочек и тянет его за ниточку.

Все (вместе). А за ним бегут наши ножки.

Инструктор и дети бегут за клубочком.

Только где же клубочек?

Инструктор и дети смотрят по сторонам.

Он раскрутился

И в верёвочку превратился,

А мы её в ручки возьмём.

Инструктор и дети берут в руки верёвочку.

Все (вместе). И гулять пойдём.

Дети идут за взрослым, держась за верёвочку.

Весело шагаем, ножки поднимаем.

Высоко – высоко, ножки поднимаем.

Дети идут, высоко поднимая колени.

Инструктор. Хорошо мы потрудились, а потом домой пришли и в клубочек дружно верёвочку смотали. Дети помогают инструктору сматывать верёвочку в клубочек. Игровое упражнение повторяется 2-3 раза.

***Игровые упражнения с колечком (обручем)***

**Раскрутим колечко.**

Задача: учить идти маленькими группами за взрослым и помогать ему раскручивать колечко.

Оборудование: колечко – обруч (диаметром 60 см).

\*\*\*

Дети стоят в разных сторонах группы. Инструктор раскручивает колечко.

Инструктор: Колечко завертелось

Колечко закрутилось

И остановилось.

Показ имитации «Колечко остановилось».

А мы колечко возьмём.

Инструктор берёт в руки колечко и переходит с ним в другое место, увлекая за собой детей.

Все (вместе). И крутить его начнём.

Дети помогают инструктору раскрутить колечко. Игровое упражнение повторяется 2-3 раза.

**Покатаемся на лошадке.**

Задачи:

- развивать умение ритмично двигаться подгруппой. Держась за колечко, в заданном направлении;

- стимулировать желание повторять слова за кукольным персонажем.

Оборудование: колечко – обруч (диаметром 60 см), перчатка кукла – лошадка.

\*\*\*

Дети стоят около инструктора.

Инструктор: За колечко все держитесь,

На лошадке прокатитесь.

Взрослый показывает детям на своей руке куклу – лошадку, а второй рукой держится колечко. Показ имитации «дети скачут на лошадке». Дети держатся за колечко и идут за взрослым.

Все (вместе) Цок – цок – цок – цок

Ехали – ехали

Цок – цок – цок –цок.

И домой приехали!

Тпр –у –у –у! Игровое упражнение повторяется 2-3 раза.

**Догони колечко.**

Цель: учить детей бежать в медленном темпе (подгруппой) за колечком.

Оборудование: колечко (диаметром 60 см).

\*\*\*

Дети сидят на скамеечке.

Инструктор: Вы знаете, что случилось?

Дети: Нет.

Инструктор: наше колечко укатилось.

Показ имитации «колечко катится». Инструктор катит вперёд колечко.

Вы за колечком бегите,

Его скорее догоните.

Дети бегут за колечком и приносят его инструктору. Игровое упражнение повторяется 2-3 раза.