**Подвижные игры для детей младшего и среднего возраста**

**Подвижные игры для детей младшей группы**

**1.Бегите ко мне.**

Воспитатель собирает детей возле себя, напротив (на расстоянии 8-10 метров) ставит флажок или другой предмет и предлагает детям отойти к флажку. По сигналу «Бегите ко мне» дети бегут к воспитателю .

Правила: стараться не наталкиваться друг на друга.

**2.Догони мяч**

Дети стоят в шеренгу на расстоянии 1 шага друг от друга, в руках по мячу (диаметр 10-12 см.) По сигналу дети катят мячи прямо двумя руками, догоняют их и становятся на другой стороне площадки.

Правила: катить мяч всем вместе по сигналу.

**3.Найди свой домик**

Каждый ребенок выбирает себе домик (обруч, кубик, мяч, флажок). По сигналу дети бегают по площадке в разных направлениях. На сигнал «Найди свой домик» занимают домики.

Правила: бегать легко, в разных направлениях, не наталкиваться, не подбегать к домику до сигнала.

**4.Поезд**

Дети стоят друг за другом. Одной рукой они держатся за шнур. Ребенок, стоящий первым, дает гудок, «поезд» трогается. Вначале роль вожатого выполняет инструктор, позднее можно назначить кого-нибудь из детей. Правила: двигаться по сигналу дружно, не отставать.

Варианты: сделать несколько «поездов», которые могут двигаться по очереди; на пути движения «поезда» поставить какое-нибудь препятствие: доску, горку, флажки.

**5.Мыши в кладовой**

Дети-мышки находятся за чертой на одной стороне площадки – это их дом. Перед домом натянута веревка (резинка). В стороне – кошка (ребенок). По сигналу «Кошка спит» мыши бегут в кладовую, подползая под резинку. В кладовой тихо бегают, прохаживаются, ищут крошки. По сигналу «кошка проснулась» убегают из кладовой.

Правила: подползать под резинку, не задевая ее; убегать по сигналу.

**Подвижные игры для детей средней группы**

**1.Самолеты**

Дети располагаются на одной стороне площадки, инструктор , находясь в середине, показывает движения, которые дети повторяют: вращают руками перед грудью, заводят мотор, поднимают руки в стороны и покачивают ими – проверяют крылья самолета; по сигналу «Полетели!» разбегаются по площадке, по кругу в одну сторону. На сигнал «Посадка!» летят на аэродром.

**2.Перелет птиц**

Дети бегают по площадке – это птицы. На сигнал «Ветер», «Буря» подбегают к гимнастической скамейке и быстро влезают. Затем инструктор говорит: «Солнце выглянуло!» Дети слезают и начинают вновь бегать по площадке.

**3.Котята и щенята**

Девочки – котята, мальчики – щенята. Или играющие делятся на равное количество и располагаются на разных сторонах площадки. По сигналу «Котята гуляют» котята встают на четвереньки и выходят из своего дома, гуляют, играют, перекатываются на коврике. По сигналу «Щенята!» играющие - щенята выбегают на четвереньках и стараются «осалить» котят, а те убегают домой. Затем первыми выходят щенята, гуляют, играют друг с другом, подпрыгивают, кувыркаются. По сигналу: «Котята!» тоже убегают домой, а котята стараются их догнать и «осалить». После игры подсчитывается количество «осаленных». Игра повторяется.

**4.Птички в гнездышках**

С одной стороны площадки разложены обручи по количеству детей. Ребенок-птичка, занимает место в гнезде – обруче. По сигналу птички разлетаются по площадке. По другому сигналу – летят на места (в любой обруч).

**5.У медведя во бору**

Играющие располагаются по одной стороне площадки, на другой – медведь (ребенок). Дети идут к нему и говорят:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру.

А медведь не спит

И на нас рычит.

После этого медведь бежит за играющими, а те убегают от него в дом.

Правила: Доходить до берлоги медведя, не отставать; убегать по окончании слов.

**6.Воробышки и автомобиль**

Играющие – воробышки, один ребенок- автомобиль, у него в руках руль. По сигналу дети бегают, прыгают, перепрыгивают препятствия. На сигнал «Автомобиль» убегают в заранее уловленное место. В варианте «Птички и кошка» играющие – птички, один – кошка. Перед началом игры птички стоят на скамейке, бревне, на любом другом возвышении. По сигналу возвращаются на свои места, и кошка не может ловить того, кто стоит на возвышении.

**7.Зайцы и волк**

Играющие – зайцы, один – волк. Зайцы стоят в домиках (обручах), волк на противоположной стороне площадки – в овраге. Инструктор произносит:

Зайки скачут – скок, скок, скок,

На зеленый на лужок, на лужок,

Травку щиплют, слушают,

Не идет ли волк.

В соответствии с текстом зайцы прыгают на обеих ногах, прохаживаются, щиплют травку, по сигналу «Волк!» убегают в домики, а волк их ловит. Пойманных зайцев уводит к себе в овраг. Игра повторяется 2-3 раза, потом роль волка исполняет другой играющий.

Правила: каждый заяц занимает только свой домик. У зайцев может быть и один общий дом.

Малоподвижные игры для детей младшей и средней групп

**8.Найди и промолчи**

Инструктор показывает детям предмет, который он хочет спрятать. Детям предлагает отвернуться к стене и закрыть глаза, а сам в это время прячет предмет (лента, мяч, игрушка и т.д.). По сигналу «Ищите!» дети открывают глаза и расходятся по залу в поисках предмета. Тот, кто найдет, должен подойти к инструктору, тихо сказать на ухо, где он видел игрушку, и сесть на скамейку, а игра продолжается до тех пор, пока все дети не найдут предмет. Вариант: тот, кто найдет предмет, молча стоит около этого места.

Правила: нельзя кричать и брать предмет руками.

**9.Тишина**

Дети идут в колонну по одному и говорят:

Тишина у пруда, не колышется вода,

Не шумят камыши, засыпайте малыши.

Когда звучат последние слова, дети останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза (10 сек.)

Правила: присев, не шевелится, соблюдать тишину. Нарушивший это требование становится в конец колонны.

**10.Пройди тихо**

Дети идут тихо, на носках, чередую с обычной ходьбой (как мышки). Усложнение: один ребенок стоит спиной к играющим, нужно пройти мимо него так, чтобы он не услышал. Кто нарушает правила – пропускает один раз игру и смотрит, как выполняют другие.

**11.Узнай по голосу**

Играющие стоят по кругу, водящий выходит в середину зала, закрывает глаза. Дети идут по кругу и говорят:

Катя (Саша), ты сейчас в лесу,

Мы зовем тебя: - Ау!

Ты глаза не открывай,

Кто позвал тебя, узнай!

Инструктор подходит к одному ребенку. Водящий по имени не открывая глаз, пытается отгадать, кто его позвал. Если он отгадал, окликавший водящего меняется с ним местами.

Правила: во время отгадывания соблюдать тишину.

**12.Что изменилось?**

В одном конце зала инструктор расставляет в определенном порядке несколько игрушек и предлагает детям пройти и запомнить, как стоят игрушки. Затем дети отходят и отворачиваются. В это время инструктор переставляет игрушки и говорит, чтобы дети вернулись к игрушкам и посмотрели, что изменилось.