|  |
| --- |
| **Картотека**  **Подвижные игры для детей 4-5 лет (средняя группа)** |

|  |
| --- |
| **№ 1 «Найди себе пару»**  **(бег)**  **Цель:** Учить детей бегать врассыпную, действовать по сигналу.  **Описание:** Для игры требуются флажки по количеству участников. Половина флажков одного цвета, остальные – другого цвета. Каждый ребенок получает флажок. По сигналу инструктора дети разбегаются по площадке. По другому сигналу дети, имеющие одинаковые флажки, становятся рядом. В игре принимает участие нечетное количество детей, чтобы один оказался без пары. Обращаясь к нему, играющие говорят:  Ваня, Ваня, не зевай  Быстро пару выбирай.  **Примечание:** Во время бега дети должны держать свои флажки поднятыми вверх. |

|  |
| --- |
| **№ 2 «Пробеги тихо»**  **(бег)**  **Цель:** Учить детей бегать бесшумно, выполнять правила игры.  **Описание:** Дети делятся на две группы по 5-6 человек. Они стоят за чертой на одном конце площадки. Выбирается водящий, он садится посередине площадки, закрывает глаза. По сигналу инструктора одна группа детей бежит мимо водящего на противоположный конец площадки до условного места (черты). Дети должны бежать бесшумно. Если водящий услышит шум шагов, он говорит: «Стой», – и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, ведущий показывает, где слышит шум. Если указал правильно, дети отходят в сторону; если ошибся, они возвращаются на свои места и бегут снова. Так поочередно пробегают все группы детей. Выигрывает та группа, которую не услышал водящий. При повторении игры водящий меняется.  **Примечание:** Эту игру лучше проводить в помещении, когда дети в легкой обуви и им удобно бежать на носочках. |

|  |
| --- |
| **№ 3 «У медведя во бору»**  **(бег)**  **Цель:** Учить детей бегать не наталкиваясь друг на друга. Выполнять действия в соответствии с текстом.  **Описание:** На одном конце площадки проводится черта. Это опушка леса. За чертой, на расстоянии 2-3х шагов, очерчивается место для медведя. На противоположной стороне площадки очерчивается линия – дом детей. Воспитатель назначает одного из детей медведям. Остальные играющие – дети, они находятся дома. Воспитатель говорит: «Идите гулять». Дети направляются к опушке леса, собирая грибы, ягоды, т.е. имитируя соответствующие движения (наклон и выпрямление корпуса), и одновременно произносят хором стихи:  У медведя во бору  Грибы, ягоды беру,  А медведь сидит  И на нас рычит.  Когда играющие произносят слово «рычит», медведь с рычанием встает, а дети бегут домой. Медведь старается их поймать (коснуться). Пойманного медведь отводит к себе. Дети возобновляют сбор грибов и ягод. После того, как медведь поймает двух-трех играющих, назначается, или выбирается другой медведь, и игра продолжается. |

|  |
| --- |
| **№ 4 «Где звенит?»**  **Цель:** Развивать слух  **Описание:** Дети стоят лицом к стене. Няня прячется в другом конце комнаты и звонит в колокольчик. Инструктор говорит детям: «Послушайте, где звенит и найдите колокольчик». Когда дети находят колокольчик, воспитатель хвалит их, а затем предлагает снова повернуться к стене. Няня опять звонит в колокольчик, спрятавшись в другом месте |

|  |
| --- |
| **№ 5 «Огуречик, огуречик»**  **(прыжки, бег)**  **Цель:** Учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперед, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.  **Описание:** На одном конце площадке – инструктор (ловушка), на другом – дети. Дети приближаются у ловушке прыжками на двух ногах. Инструктор говорит:  Огуречик, огуречик,  Не ходи на тот конечик:  Там мышка живет,  Тебе хвостик отгрызет.  При последних словах дети убегают на свои места, а инструктор их догоняет |

|  |
| --- |
| **№ 6 «Цветные автомобили»**  **(бег)**  **Цель:** Учить детей бегать врассыпную, выполнять правила игры, повторить цвета.  **Описание:** Дети размещаются вдоль стены комнаты или по краю площадки. Они – автомобили. Каждому из играющих дается флажок какого-либо цвета (по желанию) или цветной круг, кольцо. Инструктор стоит лицом к играющим в центре комнаты (площадки). Он держит в руке три цветных флажка. Инструктор поднимает флажок какого-нибудь цвета. Все дети, имеющие флажок этого цвета, бегут по площадке (в любом направлении); на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда инструктор опустит флажок, дети останавливается и направляются каждый в свой гараж. Затем инструктор поднимает флажок другого цвета, и игра возобновляется.  **Примечание:** Инструктор может поднимать один, два или все три флажка вместе, и тогда все автомобили выезжают из своих гаражей. Если дети не видят, что флажок опущен, инструктор дополняет зрительный сигнал словами: «Автомобили (называет цвет) остановились». Инструктор может заменить цветовой сигнал словесным, например: «Выезжают автомобили синего цвета». «Синие автомобили возвращаются домой». |

|  |
| --- |
| **№ 7 «Кот и мыши»**  **(бег)**  **Цель:** Учить детей бегать врассыпную, выполнять правила игры.  **Описание:** Дети-мыши сидят в норках – на стульях или на скамейках, поставленных вдоль стен комнаты или по сторонам площадки. В одном из углов площадки сидит кошка, роль которой исполняет инструктор. Кошка засыпает, и только тогда мыши разбегаются по комнате. Но вот кошка просыпается, мяукает и начинает ловить мышей. Они бегут в норки и занимают свои места на стульях. (Инструктор только делает вид, что хочет поймать). После того, как все мыши вернуться в норки, кошка еще раз проходит по комнате, а затем возвращается на свое место и засыпает. Игра повторяется.  **Примечание:** Инструктор может использовать в игре игрушечную кошку. |

|  |
| --- |
| **№ 8 «Самолеты»**  **(перестроения, бег)**  **Цель:** Учить детей бегать легко, врассыпную, строится в колонны.  **Описание:** Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками. Играющие изображают летчиков. Они готовятся к полету. По сигналу инструктора: «К полету готовься!» - дети делают движения руками – заводят мотор. «Летите»» - дети поднимают руки в стороны и летят врассыпную в разных направлениях по площадке. По сигналу «На посадку!» - самолеты находят свои места и приземляются: строятся в колонны и отпускают одно колено. Инструктор отмечает, какая колонна построилась быстрее. Ведущими колонн надо назначить первое время более активных детей.  **Примечание:** Следует обращать внимание на легкость бега детей. |

|  |
| --- |
| **№ 9 «Лиса в курятнике»**  **(бег)**  **Цель:** Учить детей бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.  **Описание:** На одной стороне площадки очерчивается курятник (размер зависит от числа играющих). В курятнике на насесте (скамейках) сидят куры. На противоположной стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место – двор. Один из участников назначается лисой. Остальные куры. По сигналу инструктора куры спрыгивают с насеста, ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу инструктора: «Лиса!» - куры убегают в курятник и взбираются на насест, а лиса старается утащить курицу, не успевшую спастись, уводит ее в свою нору. Остальные куры снова спрыгивают с насеста, игра возобновляется.  **Примечание:** Игра заканчивается, когда лиса поймает 2-3х кур. Можно ее повторить с другой лисой. |

|  |
| --- |
| **№ 10 «Трамвай»**  **(ходьба, бег)**  **Цель:** Учить детей двигаться парами, согласовывая свои движения с движениями других играющих; учить их распознавать цвета и в соответствии с ними менять движение.  **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 дети держаться за шнур правой рукой, а другие левой. Это трамвай. Инструктор стоит в одном из углов комнаты, держа в руках три флажка – желтый, зеленый, красный. Он дает детям объяснение: трамвай двигается на зеленый цвет, замедляет ход на желтый и останавливается на зеленый.  **Указания к проведению:** Если детей много, можно составить два трамвая. Сюжет игры может быть более развернутым: во время остановки одни пассажиры выходят из трамвая, другие входят, приподнимая при этом шнур. Инструктор знакомит детей с правилами уличного движения. Он следит за тем, чтобы все играющие были внимательными, не пропускали остановок, следили за сменой флажков и меняли движение. |

|  |
| --- |
| **№ 11 «Зайцы и волк»**  **Цель:** Приучать детей внимательно слушать инструктора, выполнять прыжки и другие действия в соответствии с текстом. Учить ориентироваться в пространстве, находить свое место (куст, дерево).  **Описание:** Дети-зайцы прячутся за кустами и деревьями. В стороне за кустом находится волк. Зайцы выбегают на полянку, прыгают, щиплют травку, резвятся. По сигналу инструктора «Волк идет!» - зайцы убегают и прячутся за кусты, под деревьями. Волк пытается догнать их. В игре можно использовать небольшой текст:  Зайки скачут: скок, скок, скок,  На зеленый на лужок. Травку щиплют, кушают,  Осторожно слушают, Не идет ли волк?  Дети выполняют действия, о которых говорится в стихотворении. С окончанием текста появляется волк и ловит зайцев.  **Указания к проведению:** Ребенок, исполняющий роль волка должен быть подальше от зайцев. Первое время волк-инструктор, он не спешит ловить зайцев, дает возможность им убежать. |
| **№ 12 «Кролики»**  **(прыжки, подлезание)**  **Цель:** Учить детей прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед, пролезать под ножками стульев, развивать ловкость, уверенность.  **Описание:** В одной стороне комнаты полукругом расставлены стулья, сиденьями внутрь полукруга. Это клетка кроликов. На противоположной стороне – дом сторожа. Посередине находится лужайка, на которую кроликов выпускают гулять. Дети (по 2-3) становятся сзади стульев, по указанию воспитателя они присаживаются на корточки – кролики сидят в клетках. Инструктор-сторож подходит к клеткам и выпускает кроликов на лужок: дети один за другим проползают под стулом, а затем прыгают, продвигаясь вперед по всей лужайке. По сигналу «Бегите в клетки» кролики возвращаются на свои места, снова проползая под стульями.  **Указания к проведению:** Инструктор должен следить за тем, чтобы дети, подлезая под стулья, старались не задевать за них спинами. Вместо стульев можно использовать дуги для подлезания или положенные на сидения стульев палки, рейки. |

|  |
| --- |
| **№ 13 «Лошадки»**  **(бег парами)**  **Цель:** Приучать детей двигаться вдвоем один за другим, согласовывать движения, не подталкивать бегущего впереди, даже если он двигается не очень быстро.  **Описание:** Дети становятся парами: один – лошадка, другой – возчик. Для игры даются вожжи или дети держаться за поясок.  Поехали, поехали  С орехами, орехами  К дедке по репку  По пареньку, по сладеньку,  По горбатеньку.  С окончанием текста дети продолжают бежать в том же ритме под проговаривание инструктора «гоп, гоп…» или прищелкивают языком до тех пор, пока инструктор не скажет «Тпру-у..». При повторении игры дети меняются ролями. После того, как освоятся с игрой, воспитатель предлагает во время бега высоко поднимать колени  **Указания к проведению:** Начинать игру следует с одной стороны, постепенно увеличивая число участников до 3-4 пар. |

|  |
| --- |
| **№ 14 «Котята и щенята»**  **(бег, лазание)**  **Цель:** Учить детей бегать легко, мягко, перелезать через препятствия, влезать на гимнастическую стенку.  **Описание:** Играющих делят на две группы. Дети одной группы – котята, другой – щенята. Котята находятся около гимнастической стенки, щенята – на другой стороне комнаты (в будках за скамейками, за лесенкой, поставленной на ребро). Инструктор предлагает котятам пробегать легко, мягко. На слова инструктора: «Щенята!» - вторая группа детей перелезает через скамейку. Они на четвереньках бегут за котятами лают: «Ав-ав-ав». Котята, мяукая, быстро влезают на гимнастическую стенку. Инструктор находится рядом. Щенята возвращаются в свои домики. После 2-3 повторений дети меняются ролями, игра продолжается |
| **№ 15 «Бездомный заяц»**  **(бег)**  **Цель:** Учить детей бегать, выполнять правила игры.  **Описание:** Из числа играющих выбираются охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки, и каждый встает в свой. Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой кружок. Тогда заяц, стоявший в кружке должен сразу убегать, он становится бездомным и охотник может его поймать. Как только охотник пойма (осалил) зайца, он сам становится зайцем, а бывший заяц – охотником. Эту игру можно проводить не со всей группой детей. В этом случае круг образуют взявшись за руки 4-5 детей. В каждом таком кружке становится по зайцу. Игра проводится по тем же правилам. Через 2-3 минуты по сигналу воспитателя игра прерывается. Один из детей, образующий круг, меняется местами с зайцем, стоящим внутри круга. Игра возобновляется и повторяется 4-5 раз, чтобы все дети побыли в роли зайца. |

|  |
| --- |
| **№ 16 «Охотник и зайцы»**  **(прыжки, метание)**  **Цель:** Учить детей прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед, метать мяч в цель.  **Описание:** На одной стороне площадки очерчивается место для охотника. На другой стороне обозначаются кружками места для зайцев. В каждом кружке находится по 2-3 зайца. Охотник обходит площадку, как бы разыскивая зайцев, затем возвращается к себе. Инструктор командует: «Выбежали зайцы на полянку». Зайцы выбегают из своих кружков и прыгают на двух ногах, продвигаясь вперед. По команде инструктора «Охотник!» зайцы останавливаются, поворачиваются к охотнику спиной, а он, не сходя с места, бросает в них мячом. Тот заяц, в которого охотник попал мячом, считается подстреленным, и охотник уводит его к себе. После трехкратного повторения игры производится подсчет подстреленных зайцев, выбирается другой охотник, игра продолжается. |

|  |
| --- |
| **№ 17 «Перелет птиц»**  **(бег, лазание)**  **Цель:** Учить детей бегать врассыпную не наталкиваясь друг на друга, лазать.  **Описание:** Дети стоят врассыпную на одном конце площадки (зала). Они – птицы. На другом конце площадки помещается вышка для влезания или гимнастическая стенка м несколькими пролетами, пирамида, двойная лесенка. По сигналу инструктора: «Птицы улетают!» - птицы летят, расправив крылья (дети, подняв руки в стороны, бегают по всей площадке). По сигналу: «Буря!» - птицы летят на вышку – скрываются от бури на деревьях. Когда инструктор говорит: «Буря прекратилась», - птицы спускаются с вышки и снова летят.  **Указания к проведению:** Инструктор должен находиться возле оборудования для лазания, чтобы в случае необходимости помочь детям. Если гимнастическая стенка имеет мало пролетов, дети могут влезать на скамейки, на доски, положенные на стулья, или другое оборудование. |

|  |
| --- |
| **№ 18 «Ловишки»**  **(перестроения, бег)**  **Цель:** Учить детей строится в круг, бегать врассыпную, выполнять правила игры.  **Описание:** Играющие становятся в круг, выбирают ловишку. Все, кроме ловишки, получают полоску из цветного материала или ленточку, которую они закладывают сзади за пояс или за ворот. Ловишка встает в центре круга. По сигналу инструктора: «Беги!» - дети разбегаются по площадке. Ловишка бегает за играющими, стремясь вытянуть у кого-нибудь ленточку. Лишившийся ленточки временно отходит в сторону. По сигналу инструктора: «1,2,3 – в круг скорей беги!» - дети строятся в круг. Ловишка подсчитывает количество взятых ленточек и возвращает их детям. Игра возобновляется с новым ловишкой.  **Указания к проведению:** Вариант игры: перед каждым повторением игры дети могут идти по кругу со словами: «*Мы веселые ребята, любим бегать и играть. Ну попробуй нас догнать. 1,2,3 – лови!»* |

|  |
| --- |
| **№ 19 «Воробушки и автомобиль»**  **(бег, прыжки)**  **Цель:** Упражнять детей в прыжках, беге.  **Описание:** Границы площадки очерчиваются или обозначаются флажками. На одном конце площадке размещаются на стульях или на скамейках (высота 10-15 см.) воробушки. На другом конце обозначатся место для автомобиля (гараж). При команде инструктора «Воробушки вылетают из гнезда!» дети спрыгивают со скамеек, бегают в разные стороны, прыгают на двух ногах. Раздается гудок и появляется автомобиль (ребенок). Воробушки пугаются и убегают в гнезда. При этом каждый ребенок занимает свое место. Автомобиль возвращается в гараж. Игра повторяется с другим автомобилем.  **Указания к проведению:** Детям можно жать в руки руль. Инструктор следит, чтобы дети не убегали за пределы площадки. В игру можно ввести «клевание зернышек»: дети присаживаются на корточки и стучат пальцами о землю. |

|  |
| --- |
| **№ 20 «Накинь кольцо»**  **(метание)**  **Цель:** Упражнять детей в метании, воспитывать ловкость.  **Описание:** Игра заключается в набрасывании колец на различные забавные фигурки, например, на слона с поднятым вверх хоботом, гуся с вытянутой шеей, зайчика с поднятой лапой и т.п. На расстоянии 1,5 -2 м. от фигуры проводится черта – граница, с которой дети должны бросать кольцо. Инструктор показывает, как надо встать, как держать кольцо в горизонтальном положении, как бросать (от себя), чтобы оно оставалось в этом положении и во время полета.  **Указания к проведению:** У детей обычно получается правильно набрасывать кольцо не сразу, поэтому предварительно нужно побросать кольцо вместе с ребенком, направляя движение его руки. |

|  |
| --- |
| **№ 21 «Скворечники»**  **(бег)**  **Цель:** Упражнять детей в беге.  **Описание:** На площадке чертятся кружки: на один меньше играющих – это скворечники. Все дети – скворцы. Они свободно бегают – летают на площадке. На сигнал: «По домам» - все бегут к скворечникам. Кто-то из детей остается без скворечника. Игра повторяется несколько раз.  **Указания к проведению:** Заканчивая игру инструктор (пока дети бегают) чертит еще один кружок. Когда дети возвращаются, у каждого оказывается скворечник. |

|  |
| --- |
| **№ 22 «Лягушки»**  **(прыжки)**  **Цель:** Упражнять детей в прыжках.  **Описание:** Посередине площадки чертят большой круг или кладут толстый шнур в виде круга. Группка детей располагается по краю круга, остальные садятся на стулья, расставленные по одной стороне площадки. Вместе с детьми, сидящими на стульях, инструктор говорит слова: *«Вот лягушки по дорожке Скачут, вытянувши ножки, Ква-ква, ква-ква-ква. Скачут вытянувши ножки»*. Дети, стоящие в кругу, подпрыгивают, изображая лягушек. По окончании стихотворения дети, сидящие на стульях, хлопают в ладоши (пугают лягушек); лягушки прыгают в болотце – перепрыгивают через черту – и присаживаются на корточки. При повторении дети меняются ролями. |

|  |
| --- |
| **№ 23 «Через ручеек»**  **(прыжки)**  **Цель:** Упражнять детей в прыжках.  **Описание:** К игре привлекается группа детей (6-8 человек). На площадке чертятся две линии на расстоянии 1,5-2 м. одно от другой – это ручеек. Играющие стоят у черты – на берегу ручейка, они должны перейти его по камешкам (четко начерченным кружкам), не намочив ног. Расстояние между кружками должно быть таким, чтобы дети могли перепрыгивать с одного на другой. Одновременно переходят ручеек 2-3 ребенка, остальные вместе с инструктором наблюдают за ними. Те, кто оступились – намочили ноги, идут сушить их на солнышко – садятся на скамейку. Затем они снова включаются в игру, инструктор их всячески поощряет, помогает перебраться на другой берег. |

|  |
| --- |
| **№ 24 «Кони»**  **(прыжки)**  **Цель:** Упражнять детей в прыжках.  **Описание:** Дети изображают коней. Инструктор собирает их в одном конце комнаты или площадки и читает стихотворение:  *Гоп-гоп-гоп! Ты скачи в галоп!*  *Ты лети, конь, скоро-скоро*  *Через реки, через горы.*  *Все в галоп, в галоп! Гоп-гоп-гоп!*  С последними словами дети подпрыгивают, продвигаясь вперед. По сигналу инструктора: «Домой!» - дети спокойно возвращаются на место. Инструктор повторяет текст, и кони снова скачут по всей комнате.  **Указания к проведению:** Следует строго следить, чтобы дети не двигались с места, пока инструктор не закончит все стихотворение. |

|  |
| --- |
| **№ 25 «Докати мяч»**  **(метание)**  **Цель:** Упражнять детей в метании мячей.  **Описание:** Детям даются небольшие мячи или шары (диаметр 6-8 см.). Инструктор предлагает катить их до флажка (линии), находящегося на небольшом расстоянии от детей. Инструктор отмечает тех, кто хорошо докатывает мяч, поощряет не справившихся с заданием, дает возможность прокатить мяч еще и еще раз. Когда дети прокатят мячи по нескольку раз, инструктор предлагает собрать их в корзину. |

|  |
| --- |
| **№ 26 «Прокати обруч»**  **(метание)**  **Цель:** Упражнять детей в метании.  **Описание:** Трое-четверо детей становятся лицом к воспитателю на расстоянии 1,5-2 м. Инструктор катит обруч поочередно к каждому ребенку, тот ловит его и катит обратно к инструктору. Когда дети научатся хорошо катать обруч, они могут играть друг с другом самостоятельно. |

|  |
| --- |
| **№ 27 «Наседка и цыплята»**  **(лазание)**  **Цель:** Упражнять детей в подлезании под веревку.  **Описание:** Дети изображают цыплят, а инструктор – наседку. На одной стороне площадки огорожено место, это – дом (веревка с нанизанными на ней флажками натягивается между деревьями или стойками на высоте 40-50 см). В доме помещается наседка с цыплятами. Наседка направляется на поиски корма. Через некоторое время она зовет цыплят: «Ко-ко-ко-ко». По этому сигналу цыплята подлезают под веревку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют по площадке. После того, как дети побегали, инструктор командует: «Большая птица!» и все цыплята бегут домой. Игра повторяется несколько раз. |

|  |
| --- |
| **№ 28 «Птички и птенчики»**  **(бег, прыжки, приседания)**  **Цель:** Учить детей бегать, не задевая друг друга, выпрыгивать из круга на двух ногах.  **Описание:** Инструктор приглашает детей играть и объясняет: «Я буду птица, а вы – мои птенчики». Чертит большой круг и говорит: «Вот какое большое у птицы гнездо. Заходите в него!»  Дети входят в круг и присаживаются на корточки. По сигналу инструктора «Полетели за кормом», птенцы выпрыгивают из гнезда и летают по залу, птица- мать летает с ними вместе. Затем по команде «Полетели домой» - птенцы летят в круг.  **Указания к проведению:** Игра повторяется несколько раз по усмотрению инструктора. |

|  |
| --- |
| **№ 29 «Береги предмет»**  **(бег, прыжки, приседания)**  **Цель:** Закрепить умение образовывать круг, воспитывать ловкость, внимание.  **Описание:** Играющие образуют круг. Они стоят, несколько расставив ноги и держа руки за спиной. У ног каждого ребенка лежит кубик (или другой предмет). Один ребенок – водящий находится в середине круга. Водящий старается взять то у одного, то у другого ребенка кубик. Желая уберечь его, играющий, к которому устремился водящий, приседает, закрывает кубик руками и не дает дотронутся до него. Как только водящий отходит, играющий встает. Ребенок, не защитивший свой кубик, выходит из круга. Он временно не участвует в игре. Когда водящему удается взять кубик у 2-3х играющих, назначается новый водящий. При перемене водящего дети, стоявшие за кругом, возвращаются в круг, и игра повторяется  **Указания к проведению:** Игра повторяется несколько раз по усмотрению инструктора. |

|  |
| --- |
| **№ 30 «Мы топаем ногами»**  **(бег, прыжки, приседания)**  **Цель:** Учить детей выполнять движения по команде.  **Описание:**  Играющие становятся в круг на таком расстоянии друг от друга, чтобы при движении не задевать соседей. Инструктор вместе с детьми произносит текст медленно, с расстановкой, давая детям возможность сделать то, о чем говорится в стихотворении:  *Мы топаем ногами,*  *Мы хлопаем руками,*  *Киваем головой,*  *Мы руки поднимаем,*  *Мы руки опускаем Мы руки подаем.*  С этими словами дети дают руки друг другу, образуя круг. Далее они продолжают:  *И бегаем кругом,*  *И бегаем кругом.*  Через некоторое время инструктор говорит: «Стой!». Все останавливаются. Затем игра повторяется. |

|  |
| --- |
| **№ 31 «Передача шаров»**  **(бег)**  **Цель:** Упражнять детей в беге, воспитывать ловкость, внимание.  **Описание:** Дети сидят на стульчиках кружком. Инструктор дает двум рядом сидящим детям по шарику и предлагает передавать их (один вправо, другой влево). Когда шары встретятся, дети ударяют их друг об друга со словом «стукнись», затем встают и бегут по кругу в противоположные стороны, остальные играющие проговаривают: «Побежали, побежали…». Прибежав к своим стульчикам, дети говорят: «Встретились» - и отдают шары инструктору. Он передает их другим детям и игра повторяется.  **Указания к проведению:** Эту игру можно проводить на лужайке. Тогда дети садятся на травку. |