



Ольга Игоревна Кокорина,

инструктор по физической культуре МАДОУ № 86 «Жемчужина»,
г. Северодвинск

ИГРЫ МАЛОЙ ПОДВИЖНОСТИ

Младшая — средняя группа

«Тишина»

Тишина у пруда,
Не колышется вода,
Не шумят камыши,
Засыпайте малыши.

Ход игры

Дети идут в колонне по одному.

После слов дети останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза. Тот, кто пошевелится, встаёт в конце колонны.

«Раки»

Тики-таки, тики-таки,
Ходят в нашей речке раки.
Ходят задом наперёд,
Ищут раки в речке брод,
Стали раки воду пить —
Выходи, тебе водить!

Ход игры

Играющие разбиваются по парам, становятся по кругу. Каждый в паре поворачивается спиной друг к другу и подаёт руки. С нача-

лом текста все пары двигаются в одном направлении по кругу так, что первый в паре идёт прямо по направлению движения и ведёт за руки второго, идущего задом наперёд (это *рак*). По окончании текста игра повторяется со сменой направления.

Вариант игры проводится небольшими подгруппами по 4–5 человек. Играющие строятся в одну шеренгу у проведённой заранее черты (или у стены комнаты). У черты стоит один из участников (*речка*). С началом текста шеренга поворачивается спиной к направлению движения и начинает ходьбу, проходя назад 16 шагов (на строки 1–4). Далее раки обращаются к *речке* со словами: «*Речка, речка, где тут брод? Вот!*»

С этими словами *речка* ставит в любом месте площадки обруч, к которому *раки* должны подойти также задом наперёд.

«Медведь»

Как под ёлкой снег, снег,
И на ёлке снег, снег,
И под горкой снег, снег,
И на горке снег, снег,
А под снегом спит медведь.
— Тише, тише, не шуметь!

Ход игры

Дети стоят по кругу. Выбирается *медведь*, он садится в середину круга, закрывает глаза.

На 1-ю и 3-ю строчки дети идут в круг, на 2-ю и 4-ю — из круга, на 5-ю строчку дети осторожно подходят к *медведю*, 6-ю строчку произносит один ребёнок по указанию воспитателя. *Медведь* должен узнать его по голосу.

«Зайка серый умывается»

Зайка серый умывается,
Видно в гости собирается.
Вымыл носик, вымыл хвостик,
Вымыл ухо, вытер сухо.

Ход игры

Дети стоят в кругу, *зайка* в середине, он обыгрывает текст и подходит к кому-нибудь из детей, тот и становится *зайкой*.

«Узнай по голосу»

Ваня, ты сейчас в лесу.
Мы зовём тебя: «А-у!»
Ну-ка глазки закрывай,
Не робей,
Кто позвал тебя?
Узнай поскорей!

Ход игры

Дети идут по кругу и произносят текст, водящий стоит в середине круга. Водящий закрывает глаза и угадывает, кто из детей его позвал.

«У ребят порядок строгий»

У ребят порядок строгий,
Знают все свои места.
Ну, трубите веселей:
«Тра-та-та, тра-та-та!»

Ход игры

Дети ходят по залу враспынную. По сигналу дети строятся в колонну.

«Воздушный шар»

Раздувайся наш шар,
Раздувайся большой,
Оставайся такой,
да не лопайся!

Ход игры

Дети образуют тесный круг, держатся за руки, небольшими шагами отходят назад, расширяя круг. По сигналу воспитателя: «Шарик лопнул!» дети приседают или медленно идут к центру круга и произносят: «Ш-ш-ш-ш».

«Солнышко и дождик»

Смотрит солнышко в окошко,
Светит в нашу комнату.
Мы захлопаем в ладоши,
Очень рады солнышку.
Топ, топ, топ, топ / 2р.
Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп / 2р.

Ход игры

Дети идут по кругу.
 Дети хлопают в ладоши.
 Дети ритмично топают.
 Дети ритмично хлопают.
 На сигнал воспитателя «дождь идёт» дети приседают — «прячутся».

«Тёпики»

Тёпики-тёпики,
 По водице хлопки,
 Хлопки ладошками
 Да босыми ножками.

(Г. Лагздынь)

Дети стоят свободно. Игровое упражнение выполняется по показу воспитателя.

Под чтение потешки дети встряхивают кистями обеих рук, как бы ударяя по воде.

На последнюю строчку притопывают ногами, переступая с одной ноги на другую.

«Волк-волчок»

Волк — волчок, шерстяной бочок
 Через ельник бежал,
 В можжевельник упал,
 Зацепился хвостом,
 Ночевал под кустом.

Ход игры

Дети стоят по кругу. По считалке выбирают *волка*. *Волк* идёт широкими шагами за кругом, на последние слова приседает кому-либо за спину, тот и становится *волком*. Игра повторяется. Можно выбрать двух волков.

«Лето»

Основные движения: умение выполнять движения в соответствии с текстом

По лужайке
 Босиком,
 Солнышком согрето,
 За цветистым мотыльком

Пробежало лето.
Искупалось в реке,
Полежало на песке,
Загорело,
Пролетело
И исчезло вдалеке.

(В. Данько)

Ход игры

Дети стоят по кругу. С началом чтения стихотворения двигаются поскоком в одну сторону, а *лето* скачет противоходом внутри круга.

На строки 6–7 останавливаются, *лето* выполняет прыжки на месте с маховыми движениями рук («мельница»). На последние 3 строки *лето* выбегает за круг и присаживается за кем-либо из игроков. С окончанием текста дети ищут, куда спряталось *лето*. Кто найдёт его за своей спиной, выходит в середину. Это новое *лето*.

«Флажок»

Дети стали в кружок,
Увидали флажок,
Кому дать, кому дать,
Кому флаг передать?
Выйди, Оля, в кружок,
Возьми, Оля, флажок!
Выйди, выйди, возьми,
Выше флаг подними!

Ход игры

Дети стоят по кругу, в центре один ребёнок с флажком. После слов: «выйди, выйди...» названный ребёнок выходит в середину и берёт флажок. Первый ребёнок встаёт в круг, игра повторяется.

Старшая — подготовительная группа

«Как живёшь?»

— Как живёшь? Вот так!	Показать большие пальцы обеих рук, направленные вверх
— Как идёшь? — Вот так!	Маршировать
— Как бежишь? — Вот так!	Бег на месте
— Ночью спишь? — Вот так!	Ладони соединить и положить на них голову (щекой)
— Как берёшь? — Вот так!	Прижать ладонь к себе
— А даёшь? — Вот так!	Выставить ладошку вперёд
— Как шалишь? — Вот так!	Надуть щеки и кулачками мягко ударить по ним
— Как грозишь? — Вот так!	Погрозить пальцем вперёд, или друг другу

«Скажи наоборот»**Ход игры**

Дети стоят по кругу, бросают и ловят мяч с названием слов-антонимов. Под спокойную музыку дети выходят из зала.

«Вьюшки-вьюшки»

Вьюшки, вьюшки, вьюшки вью.	Руки сжаты перед собой в кулаки. Вращать кулаки друг вокруг друга. Текст произносить низким голосом
Колотушки колочу. Приколачиваю. Заколачиваю	Стучать кулаком о кулак (чередовать 2 удара — сверху правая рука, 2 удара — сверху левая рука)
Оп!	Показать указательные пальцы обеих рук
Вьюшки, вьюшки, вьюшки вью	Вращать указательные пальцы перед собой друг вокруг друга. Текст произносить нормальным голосом (средняя высота)
Колотушки колочу. Приколачиваю. Заколачиваю	Стучать указательным пальцем правой руки по указательному пальцу левой руки (сверху вниз) и наоборот
Оп!	Сжать руки в кулаки и показать мизинцы
Вьюшки, вьюшки, вьюшки вью	Вращать мизинцы друг вокруг друга перед собой. Текст произносить тонким голосом
Колотушки колочу. Приколачиваю. Заколачиваю	Стучать мизинцем правой руки по мизинцу левой руки (сверху вниз) и наоборот
Дзынь	Нажать на кончик носа указательным пальцем

«Маланья»

У Маланьи, у старушки	Хлопки в ладоши: то правая, то левая рука сверху
Жили в маленькой избушке	Сложить руки углом, показывая «избушку»
Семь сыновей,	Показать семь пальцев
Все без бровей,	Очертить брови пальцами
Вот с такими ушами,	Ладони с растопыренными пальцами поднести к ушам
Вот с такими носами,	Показать длинный нос, поставив ладони с растопыренными пальцами друг за другом
Вот с такой головой,	Очертить большой круг вокруг головы
Вот с такой бородой!	Показать руками большую бороду
Они не пили и не ели,	Одной рукой поднести ко рту «чашку», другой — «ложку»
На Маланью всё глядели	Держа руки у глаз, похлопать пальцами, как ресницами
И все делали вот так...	Дети показывают загаданные действия

«Кораблик»

По реке плывёт кораблик, Он плывёт издалика	Ладони соединить лодочкой. Выполнять волнообразные движения руками
На кораблике четыре очень храбрых моряка	Показать одновременно по 4 пальца на каждой руке
У них ушки на макушке	Сложить обе ладони к макушке
У них длинные хвосты	Пальцы рук сложить в щепотку и развести в стороны
И страшны им только кошки, Только кошки да коты	Растопыренными пальцами обеих рук совершать царапающие движения

«Любопытная Варвара»

Любопытная Варвара	Дети поднимают и опускают плечи
Смотрит влево,	Поворачивают корпус влево
Смотрит вправо,	Поворачивают корпус вправо
Смотрит вверх,	Поднимают голову вверх
Смотрит вниз,	Опускают голову
Чуть присела на карниз,	Выполняют лёгкие полуприседания
А с него свалилась вниз!	Резко приседают

«Мартышки»

Мы — весёлые мартышки, мы играем громко слишком,
 Мы в ладоши хлопаем, мы ногами топаем,
 Надуваем щёчки, скачем на носочках.
 И друг другу даже, языки покажем.
 Дружно прыгнем к потолку, оттопырим ушки,
 Ногу поднесём ко рту, хвостик на макушку.

«Брёвнышко»

Туки, туки, туки, тук, Топором срубили дуб	Ладони сложены в замок. Совершать рубящие движения руками (сгибая локти и отводя замок то влево, то вправо)
Мы рубанок в руки взяли И сучки все обстрогали	Ладони сложены и выпрямлены. Согнутые локти (ладони у живота) выпрямить вперёд. И опять согнуть, приближая ладони к животу
Вышло гладкое бревно. Ох, тяжёлое оно	Поглаживать себя по бокам, прижимая руки к телу
Что нам делать? Как нам быть? Будем мы бревно катить. От Пети к Маше, От Маши к Илюше, От Илюши к Паше...	Все садятся на корточки в кружок. Кто-то из детей изображает бревно, ложится, прямые руки прижаты к телу. Ребёнок, которого называют по тексту, катит «бревно», соседи по кругу слева и справа могут ему помочь

«Челночок»

Правила: дети держат друг друга за руки, между ними нужно пройти так, чтобы не задеть ворота.

Ход игры

Все играющие встают парами лицом друг к другу и берутся за руки — это ворота. Дети из последней пары проходят под воротами и встают впереди колонны, за ними идёт следующая пара.

«У оленя дом большой»

У оленя дом большой,	Руки над головой изображают крышу дома
А у зайки маленький.	Руки изображают крышу, но опущены вниз
Олень сидит, В окошко глядит	Правым кулаком подпереть щёку; левая рука поддерживает правую

Зайка по полю бежит,	Бег на месте
В дверь к нему стучит:	Топать ногами, руки на пояс
«Тук-тук, дверь открой,	Имитация стука в дверь поочерёдно правой и левой рукой
Там в лесу охотник злой!»	Руки на пояс, поочерёдно поворачиваться вправо и влево, одновременно поворачивая голову назад
Зайка, зайка, забегай!	Зазывные движения рукой
Лапку мне давай!	Протянуть руку с открытой ладонью

«Снеговик»

Среди нашего двора
Снеговик стоял вчера.
Сами мы его слепили,
Нос-морковку не забыли,
А сегодня за окном
Потекли ручьи кругом.

Ход игры

Дети обыгрывают стихотворение, а затем показывают, как таял снеговик.

«Сокол»

Пролетал высоко сокол.
Уронил перо в осоку.
Соколиного пера
Не найти нам до утра.
Утром солнышко взойдёт —
Вова перышко найдёт.

Ход игры

Дети сидят на стульях по кругу. Выбирается сокол. С началом стихотворения, которое произносят все дети, сокол пробегает за кругом и роняет перо (бутафорское) за спиной одного из детей. Со словами: «Утром солнышко взойдёт...» сокол садится на свободный стул в круг с детьми. Последние три слова произносят все дети, называя имя того ребёнка, за спиной которого оказалось перо сокола. Он и становится соколом. Игра повторяется.

«Колобок»

Ход игры

Мяч для этой игры может быть любого размера. Участники становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. В центре круга — водящий. Игроки один другому ногами передают мяч, а водящий старается перехватить его. Покидать своё место игрокам

нельзя. Они могут плавно перекатывать мяч, отбивать, делать обманные движения. Нельзя только брать его в руки. А водящий может поступать как угодно; задержать мяч ногой, рукой, выбить за круг, достаточно даже слегка прикоснуться к нему.

Если водящему удастся задержать мяч, он становится на место того игрока, от которого к нему попал мяч.

«Щука»

Мимо леса, мимо дач,
Плыл по речке
Красный мяч.
Увидала щука: —
Что это за штука?
Хвать, хвать.
Не поймать.
Мячик вынырнул опять.
Он пустился
дальше плыть.
Выходи, тебе водить!

Ход игры

Игра проводится с мячом. Дети стоят по кругу. Выбирается *щука*. Она выходит на середину круга. На первые четыре строки стихотворения дети перекатывают мяч от одного к другому через центр круга (мимо *щуки*). На пятую строку стихотворения мяч перекатывается *щуке*, которая берёт мяч, произнося текст шестой строки, и как бы разглядывает мяч.

На первые три строки второй строфы стихотворения *щука* ударяет мячом об пол, произнося этот текст, на четвертую строку она перекатывает мяч снова детям, которые продолжают перекатывать его снова от одного к другому через середину. Тот ребёнок, на которого пришлось слова «*Тебе водить*», выходит с мячом в середину. Он становится *щукой*. Игра повторяется.

«Кто ушёл?»

Ход игры

Дети строятся в круг. Водящий встаёт в центре круга и закрывает глаза. Учитель дотрагивается до одного из играющих, стоящих в круге, и он тихо выходит из зала. Учитель разрешает водящему открыть глаза и спрашивает у него: «Отгадай, кто ушёл?» Если водящий отга-

дал, то он встаёт в круг и выбирает другого водящего. Если не отгадал, то снова закрывает глаза, а вышедший из зала занимает своё прежнее место в кругу. Водящий открыв глаза, должен назвать его.

«Летает — не летает»

Ход игры

Дети идут в колонне по одному. Учитель называет различные предметы. Если предмет летает, например самолёт, птица, то дети должны поднять в стороны руки и взмахнуть ими, как крыльями, если предмет не летает, то они не должны поднимать рук.

Тот, кто неправильно поднял руки, считается проигравшим.

«Хоровод»

Ход игры

Играющие образуют два круга, один внутри другого, и берутся за руки. По сигналу учителя они начинают движение в заданную сторону (ходьба или медленный бег). Можно предложить ритмическую ходьбу под песню или музыкальное сопровождение.

«Ручеёк»

Ход игры

Дети идут в колонне по двое. По команде учителя «Ручеёк» дети останавливаются, берутся за руки и поднимают руки вверх. Каждая пара, начиная с последней, одна за другой пробегает внутри (под руками) и становится впереди, поднимая руки вверх.

«Холодно — горячо»

Ход игры

Водящий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого водящий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят:

«Холодно...тепло...горячо...», помогая найти спрятанный предмет.

«Водяной»

Дедушка Водяной!
Что сидишь ты под водой?

Выйди, выйди хоть на час.
Угадай кого из нас!

Ход игры

Дети стоят в кругу, водяной в центре. Дети идут по кругу и говорят слова, после слов: «Выйди, выйди...» водяной идёт с закрытыми глазами, руки вперёд, кого заденет, того и угадывает.

«Находка»

По лугу шёл,
Моток нашёл,
Моток нашёл,
За ним пошёл.
Катись, находочка моя!
Куда моток, туда и я.

Ход игры

Играющие стоят по кругу и перекатывают мяч от одного к другому (по два перекатывания на каждую строку). По окончании текста мяч перекатывается в обратном порядке, без слов, пока снова не вернётся к тому, с кого началась игра. Следует обратить внимание детей на то, что, играя, они должны запомнить, от кого получали мяч.

«Шмель»

Правила игры: мяч откатывать только руками, нельзя его ловить и задерживать.

Ход игры

Играющие сидят по кругу. Внутри круга по земле перекатывается мяч. Играющие руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребёнок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг.

«Узнай по голосу»

Правила игры: водящему не открывать глаза, пока не назовет позвавшего. В это время всем соблюдать тишину.

Мы немножко порезвились,
По местам все разместились.

Ты, (имя), отгадай,
Кто позвал тебя, узнай.

Ход игры

Водящий закрывает глаза. Дети идут по кругу, водящий стоит в середине круга. С окончанием слов дети останавливаются. Воспитатель показывает на кого-нибудь из играющих.

«Топор»

Взял Егор в углу топор,
С топором пошёл во двор.
Стал Егор чинить забор,
Потерял Егор топор.
Вот и ищет до сих пор,
Поищи и ты топор!

Ход игры

Ведущий (сначала взрослый) прячет в ладонях одного из играющих маленький предмет (топорик). Стихотворение произносят хором. Тот из играющих, на кого пришлось слово *топор*, идёт его искать.

«Царь Горох»

Ход игры

По считалке выбирается водящий — *Царь Горох*, он отходит от детей на 8–10 шагов и поворачивается спиной. Остальные дети договариваются, какое действие они будут изображать. *Царь Горох* подходит к детям и говорит:

— Здравствуйте, дети!

Дети:

— Здравствуй, Царь Горох!

Царь Горох:

— Где вы бывали? Что вы видали?

Дети:

— Что мы видели — не скажем,
А что делали — покажем.

Дети выполняют задуманное движение (стирают, играют на гармошке, подметают пол...), *Царь Горох* отгадывает. Если он не отгадал, то проигрывает, дети говорят ему, что они делали и придумывают новое действие.

«Найдите различия»

Ход игры

Все садятся в круг. Игроки должны внимательно смотреть друг на друга. Когда ведущий выходит из комнаты, участники должны произвести небольшие перемены в своём облике: заколоть волосы, забинтовать палец, расстегнуть пуговицу и т. п. Ведущий должен определить, что изменилось у игроков. Тот, у кого он нашёл больше всего изменений, и будет водить.

«Угадай, чей голосок?»

Ход игры

Дети образуют круг. Водящий встаёт в центре круга и закрывает глаза. Не держась за руки, дети идут по кругу вправо (влево) и говорят:

Мы собрались в ровный круг,
Повернёмся разом вдруг,
А как скажем «Скок-скок-скок»,
Угадай, чей голосок.

Слова «скок-скок-скок» произносит один из детей по указанию воспитателя. Водящий должен узнать, кто сказал эти слова. Если он отгадал, он встаёт на место произносившего слова. Если водящий не узнал голос, игра повторяется, а дети идут по кругу в другую сторону.

«Фигуры»

Ход игры

Игроки образуют круг. В центре круга встаёт водящий. Взявшись за руки, все начинают передвигаться по кругу в заданную сторону. По сигналу воспитателя все останавливаются и принимают самые различные позы — фигуры, например, изображают бегущего спортсмена, летящую птицу, прыгающего зайца и т. п. Водящий выбирает фигуру, которая ему больше всего понравилась, и меняется с этим игроком местами.

«Статуи»***Ход игры***

В эту игру лучше играть большим мячом. Игроки становятся по кругу и перебрасывают мяч друг другу руками. Кто не поймает мяч, получает наказание: продолжает игру, стоя на одной ноге. Если в такой позе ему удаётся поймать мяч, то наказание снимается: он становится на обе ноги. Если же совершается ещё одна ошибка, игрок становится на одно колено. При третьей ошибке он опускается на оба колена. Если в этом положении игрок поймает мяч, ему прощаются все наказания, и он продолжает игру, стоя на обеих ногах. А если постигнет неудача, придётся выбыть из игры.

«Эхо»***Ход игры***

Дети идут в колонне по одному. Учитель, произносит какую-либо фразу, а дети, как эхо, повторяют последнее слово. Например, учитель говорит: «Кукареку» — дети отвечают протяжно: «Ку-ку».