Пройди по дорожке (тропинке)

Задачи. Упражнять детей в ходьбе по ограниченной площади, развивать чувство равновесия, ловкость, глазомер.

Описание упражнения. Воспитатель проводит по полу две параллельные линии (или кладёт две верёвки; длина 2,5 – 3м) на расстоянии 25 – 30 см и говорит детям, что это дорожка, по ней они пойдут гулять. Дети идут друг за другом, стараясь не наступать на линии. В том же порядке возвращаются обратно. Идти нужно осторожно, не мешать друг другу и не наталкиваться на впередиидущего. Это упражнение хорошо проводить на участке. Осенью можно направлять дорожку к дереву и предложить детям пройти по ней и принести листья, желуди, семена клёна, что оживит игру.

Если игровое упражнение проводится в помещение, можно в конце дорожки разместить флажки, игрушки и дать задание принести их.

Пройди через ручеек.

Задачи. Развивать у детей чувство равновесия, ловкость, глазомер.

Описание упражнения. Воспитатель чертит две линии (в помещении можно использовать шнур) и говорит детям, что это река, затем кладёт через неё доску (длина 2,5 – 3 м, ширина 25 -30 см) – мостик.

«На этом берегу речки растут красивые цветы (на ковре разбросаны разноцветные лоскутки), давайте соберём их, — обращается воспитатель к детям. – Но сначала мы пройдём по мостику». Дети друг за другом переходят на ту сторону речки (ручейка), собирают цветы (приседают, наклоняются), затем возвращаются на места. Упражнение выполняются 2-3 раза. Воспитатель следит, чтобы малыши шли по доске осторожно, не наталкиваясь друг на друга: «Будьте внимательны. Не упадите в речку».

Где звенит?

Задачи. Развивать у детей внимание и ориентировку в пространстве.

Описание игры. Дети стоят лицом к стене. Няня прячется в другом конце комнаты и звенит колокольчиком. «Послушайте внимательно, где звенит колокольчик, найдите его», — обращается воспитатель к детям. Когда они находят колокольчик, воспитатель хвалит малышей. Игра повторяется.

Кто тише?

Задачи. Упражнять детей в ходьбе на носках в указанном направлении.

Описание игры. Дети идут гурьбой вместе с воспитателем. Неожиданно он говорит: «Ну, а теперь посмотрим, кто из вас умеет ходить тихо – тихо, на носочках» — и показывает. Дети идут за воспитателем. Незаметно он отходит в сторону и говорит: «А теперь все

бегом ко мне». Дети бегут, педагог хвалит малышей, делает вид, что всех обнимает. Можно дать задание идти тихо к мишке или зайке, которые сидят на стульях и по сигналу бегом дети должны вернуться назад.

Некоторые дети 2 – 3 лет при ходьбе на носках неестественно держат голову, втягивая её в плечи. Им кажется, что они в этом случае тише идут. Надо следить за этим, указывая на ошибки, и исправлять их. Ходьба на носках укрепляет свод стопы. Однако не следует утомлять детей чрезмерно длительным выполнением этого упражнения. Игра повторяется 3-4 раза.

Пузырь

Задачи. Закреплять у детей умение становится в круг, постепенно расширять и сужать его.

Описание игры. Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют большой круг, становясь близко друг к другу, затем говорят:

Раздувайся, пузырь,
Раздувайся, большой,
Оставайся такой,
Да не лопайся.

Одновременно с этим все постепенно расширяют круг и держатся за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Лопнул пузырь!». Дети опускают руки и приседают на корточки, говоря: «Хлоп». Можно после слов «лопнул пузырь» предложить детям, по-прежнему держась за руки, двигаться к центру круга, произнося «ш-ш-ш». малыши вновь надувают пузырь, отходят назад, образуя большой круг.

Произносить текст надо медленно, чётко, привлекая детей к повторению слов за воспитателем. Вместо четверостишия можно произносить звуки, имитирующие надувание шара: «пф-пф-пф». Когда шар лопнет, хлопнуть в ладоши и присесть.

Самолёты

Задачи. Упражнять детей в умении бегать, не наталкиваясь друг на друга, выполнять движения по сигналу.

Описание игры. Дети сидят на стульях, расположенных на одной стороне комнаты, площадки. Воспитатель делает вращательные движения рук перед грудью и произносит : «р-р-р», показывает, как завести мотор у самолёта. Затем обращается к детям : «Встали, приготовились к полёту, завести моторы!». Все повторяют движения рук. По сигналу «полетели» дети разводят прямые руки в стороны (крылья у самолёта) и бегают в разных направлениях по комнате, площадке. По сигналу «на посадку» все направляются к своим стульям и садятся на них. Игра повторяется.

Воспитатель сначала показывает движения, а затем всё игровое задание выполняет вместе с детьми.

Поезд

Задачи. Упражнять детей идти вперёд небольшими группами. Сначала держась друг за друга, затем свободно двигая руками, согнутыми в локтях, начинать и заканчивать движение точно по сигналу воспитателя.

Описание игры. Воспитатель помогает нескольким детям стать друг за другом и говорит: «Поиграем в поезд. Я буду паровоз, а вы вагончики», затем встаёт впереди детей. Паровоз даёт гудок, и поезд начинает двигаться сначала медленно, потом быстрее. Воспитатель ведёт колонну детей в одном направлении, затем в другом, наконец останавливается и говорит: «Остановка». Через

Некоторое время паровоз вновь даёт гудок и поезд отправляется в путь.

Роль паровоза сначала выполняет воспитатель, лишь после нескольких повторений он привлекает к роли ведущего наиболее активного ребёнка. Паровоз двигается медленно, чтобы вагончики-дети не отставали друг от друга. Первое время каждый ребёнок держится за одежду впередистоящего, а затем дети свободно идут друг за другом и двигают руками, подражая движению колёс паровоза, в такт произносимых слов «чу-чу-чу». Дети могут строиться друг за другом произвольно. При неоднократном повторении игры малышам предлагают выйти на остановке: собрать ягоды, грибы, попрыгать, погулять. Услышав гудок, дети должны быстро построиться в колонну за паровозом.

Солнышко и дождик

Задачи. Развивать у детей умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, быстро реагировать на сигнал.

Описание игры. Вначале при ознакомлении с игрой даётся упрощённый вариант. Дети сидят на стульях или гимнастической скамейке. По сигналу воспитателя «солнышко» все идут гулять, бегают, играют и т.д. По сигналу «дождик» быстро возвращаются на свои места.

В игре можно использовать зонт, воспитатель раскрывает его на втором сигнале – «дождик». Дети бегут к воспитателю прятаться под зонт.

После неоднократного повторения игру можно усложнить: на некотором расстоянии от края площадки или стены комнаты расставляют стулья, дети присаживаются на корточки сзади и смотрят в окошко (в отверстие спинки), воспитатель говорит: «На небе солнышко! Можно идти гулять». Малыши бегают по всей площадке. На сигнал «дождик, скорей домой» бегут на свои места и присаживаются сзади стульев. Воспитатель снова говорит: «Солнышко! Идите гулять!» игра повторяется.

Догони мяч

Задачи. Развивать у детей умение сохранять во время ходьбы и бега необходимое направление и изменять его в зависимости от сложившейся ситуации, приучать бегать в

разных направлениях, не задевать друг друга, ловить мяч, развивать внимание и выдержку.

Описание игры. Воспитатель показывает детям корзину с мячами и предлагает встать рядом с ним вдоль одной из сторон комнаты или площадки. «Догоните мяч»,- говорит воспитатель и выбрасывает мячи (по количеству детей) из корзины, стараясь, чтобы они покатились в разные стороны как можно дальше. Дети бегут за мячами, берут их (каждый один мяч), несут воспитателю и кладут в корзину. Игра повторяется.

В игре можно использовать разноцветные деревянные или пластмассовые шары. Сложив их в корзину, воспитатель приглашает детей посмотреть, какие красивые шары, называет, какого они цвета. Затем высыпает их: «Вот как покатились шарики. Догоните их и положите в корзину». Воспитатель следит, чтобы каждый ребёнок старался догнать один шарик. Первое время игра проводится с небольшой группой детей, постепенно число играющих увеличивается.

Птички в гнёздышках

Задачи. Упражнять детей в беге в разных направлениях, в умении слышать сигнал воспитателя, ориентироваться в пространстве.

Описание игры. С одной стороны площадки или комнаты свободно раскладывают обручи по количеству детей. Каждый ребёнок стоит в своём обруче – это гнёздышко, в нём живёт птичка. По сигналу птички вылетают из гнёзд и разлетаются по всей площадке. Воспитатель кормит то в одном , то в другом конце площадки: дети присаживаются на корточки, ударяя кончиком пальцев по коленям – клюют корм. «Полетели птички в гнёзда!» — говорит воспитатель, дети бегут к обручам и становятся в любой свободный обруч. Игра повторяется.

Когда игра будет усвоена детьми, можно ввести новые правила – разложить 3-4 больших обруча – «в гнезде живёт несколько птиц». На сигнал «полетели птички в гнёзда» дети бегут, в каждый обруч встают 2 – 3 малышей. Воспитатель следит, чтобы они не толкались, а помогали друг другу встать в обруч, использовали всю площадь, выделенную для игры.

Воробышки и автомобиль

Задачи. Упражнять детей в беге в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, в умении начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить своё место.

Описание игры. Дети садятся на стулья или скамейки с одной стороны комнаты или площадки – это воробышки в гнёздышках. На противоположной стороне становится воспитатель с обручем в руках. Он изображает автомобиль. По сигналу «полетели воробышки на дорожку» дети бегают по площадке, легко размахивая руками. Воспитатель говорит: «Автомобиль едет. Летите, воробышки, в свои гнёзда!» Выезжает

автомобиль, воробышки улетают – дети бегут и садятся на свои места, автомобиль возвращается в гараж.

Предварительно воспитатель показывает, как летают воробышки, как они клюют зёрнышки. Все движения дети повторяют за воспитателем, а затем в игру включается автомобиль. Только после многократных повторений эту роль можно поручить наиболее активному ребёнку. Автомобиль движется спокойно, чтобы дать детям возможность найти своё место.

Лохматый пёс

Задачи. Приучать детей слушать текст и быстро реагировать на сигнал.

Описание игры. Ребёнок изображает собаку, он сидит на стуле в одном конце площадки и делает вид, что спит. Остальные дети находятся в другом конце помещения за чертой – это дом. Они тихо подходят к собаке, и воспитатель говорит:

Вот лежит лохматый пёс,
В лапы свой уткнувши нос,
Тихо, смирно он лежит,
Не то дремлет, не то спит.
Подойдём к нему, разбудим
И посмотрим, что – то будет.

Собака просыпается, встаёт и начинает лаять. Дети убегают в дом, встают за черту. Затем роль собаки поручают другому ребёнку. Игра повторяется.

Курочка – хохлатка

Задачи. Упражнять детей быстро реагировать на сигнал, бегать с увёртыванием.

Описание игры. Воспитатель выполняет роль курицы, дети – цыплят. Один ребёнок (более активный) – кошка. Кошка садится на стул в сторонке. Воспитатель ходит с детьми по всей площадке и говорит:

Вышла курочка – хохлатка,
С нею жёлтые цыплятки,
Квохчет курочка: «Ко – ко,
Не ходите далеко».

Приближаясь к кошке, воспитатель говорит:
На скамейке у дорожки
Улеглась и дремлет кошка…
Кошка глазки открывает
И цыпляток догоняет.

Кошка открывает глаза, мяукает и бежит за цыплятами, они убегают в противоположную сторону комнаты, где чертой обозначен их дом. Кошка не ловит цыплят. Воспитатель

защищает их, разводит руки в стороны и говорит: «Уходи, кошка, не дам тебе цыплят». Затем назначается новая кошка, и игра повторяется.

Жуки

Задачи. Упражнять детей в беге врассыпную, по сигналу менять движение, быть внимательными.

Описание игры. Игра проводится под бубен, музыкальное сопровождение. По сигналу «жуки полетели» (исполняется музыка для бега или воспитатель легко, ритмично ударяет в бубен) дети бегут врассыпную по всей комнате или площадке. По сигналу «жуки упали» меняется ритм ударов (можно просто трясти бубен) или изменяется музыка – дети ложатся на спину, делают свободные движения рук и ног – жуки барахтаются. По сигналу «жуки полетели» дети встают. Игра повторяется. Когда игра будет усвоена детьми, смена движений происходит в соответствии с характером музыкального сопровождения или с изменением ритма ударов в бубен.

Кошка и мышки

Задачи. Упражнять детей в пролезании (или подлезании), умении реагировать на сигнал, выполнять движения в соответствии с текстом стихотворения.

Описание игры. Игра проводится с подгруппой детей (8 – 10) в комнате (на ковре) или лужайке, покрытой мягкой травой. На середине комнаты (на ковре) или лужайке на ребро ставят гимнастическую лестницу или натягивают шнур. С одной стороны отгорожено пространства – домик мышек. Выбирают кошку. Они садятся на стул или пенёк. Мышки сидят в норках, за лестницей. Воспитатель говорит:

Кошка мышек сторожит,
Притворилась, будто спит.

Мышки вылезают из норок (пролезают между рейками лестницы или подлезают под шнур) и бегают. Через некоторое время воспитатель говорит:

Тише, мышки, не шумите,
Кошку вы не разбудите…

Кошка слезает со стула, встаёт на четвереньки, выгибает спину, громко произносит: «мяу» — и ловит мышей, они бегут в свои норки (не подлезать под шнур или рейки лестницы). Роль кошки вначале поручается наиболее активному ребёнку, затем к этой роли привлекаются и другие дети. Игра повторяется каждый раз с новой кошкой.

Мой весёлый звонкий мяч

Задачи. Приучать детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать четверостишие и убегать только тогда, когда будет произнесено последнее слово.

Описание игры. Дети сидят на стульях с одной стороны комнаты или площадки. На некотором расстоянии перед ними – воспитатель, у него мяч. Он показывает, как легко и высоко прыгает мяч, если отбивать его рукой, и приговаривает:

Мой весёлый звонкий мяч,
Ты куда пустился вскачь?
Красный, жёлтый, голубой,
Не угнаться за тобой!

Затем воспитатель вызывает 2 – 3 детей, предлагает им попрыгать одновременно с ударом мяча об пол и снова повторяет упражнение, сопровождая его чтением четверостишия. После этого педагог быстро говорит: «Сейчас догоню!» малыши убегают, а воспитатель вызывает других детей. Постепенно в игру включаются все дети. Они – мячики.

Куры в огороде

Задачи. Упражнять детей в подлезании, беге, приседании, учить ориентироваться в пространстве и быстро реагировать на сигнал.

Описание игры. На середине комнаты ограничивают небольшую площадь – огород. Недалеко от него с одной стороны комнаты ставят стул – это дом сторожа, с другой стороны на уровне груди ребёнка на стойках укрепляют рейку или натягивают ленту – дом для кур.

Роль сторожа вначале выполняет воспитатель, а затем более активные дети. Остальные – куры. По сигналу воспитателя «идите, курочки, гулять» куры подлезают под ограду (рейку), пробираются в огород, бегают, ищут корм, кудахчут. Сторож замечает кур и гонит их – хлопает в ладоши, приговаривая: «кыш, кыш!» Куры убегают, подлезают под рейку и прячутся в дом. Сторож обходит огород и снова садится. Игра повторяется.

Если игра проводится в начале года, то площадь огорода не обозначается. Дети бегают, используя всё помещение.

Воздушный шар

Дети образуют круг, взявшись за руки. Вместе с педагогом идут по кругу.

С мамой в магазин ходили,
Шар воздушный там купили.
Будем шарик надувать,
Будем с шариком играть.

(Останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга, держатся за руки, выполняют «пружинку».)

Шар воздушный, надувайся!
Шар воздушный, надувайся!

(Идут назад маленькими шагами – надувают шар.)

Надувайся большой
Да не лопайся!

(Хлопают в ладоши.)

Шар воздушный улетел,
Да за дерево задел
И… лопнул!

Поднимают руки, покачивают ими из стороны в сторону; затем ставят руки на пояс, медленно приседают, произнося: «Ш-ш-ш-ш»

Ровным кругом

Дети взявшись за руки, ритмично идут по кругу, читая стихотворение.

Ровным кругом
Друг за другом
Мы идём за шагом шаг.
Стой на месте!
Дружно вместе
Сделаем вот так!

С окончанием этих слов останавливаются и повторяют движение, которое показывает воспитатель, например поворачиваются, наклоняются, приседают и т.п.

Давайте вместе с нами!

Дети стоят врассыпную. Воспитатель вместе с детьми произносит текст и показывает движения.

Давайте вместе с нами
(поднимают руки в стороны)
Потопаем ногами
(топают ногами, стоя на месте),
Похлопаем в ладоши
(хлопают в ладоши).
Сегодня день хороший!
(поднимают прямые руки вверх- в стороны.)

Это я!

Воспитатель показывает детям, как надо выполнять движения, выразительно произносит текст. Дети выполняют движения, подражая взрослому.

Это глазки. Вот! Вот!
(показывают сначала левый, потом правый глаз.)
Это ушки. Вот! Вот!

(берутся сначала за левое ухо, потом за правое.)
Это нос! Это рот!
(левой рукой показывают рот, правой – нос.)
Там спинка! Там живот!
(левую ладошку кладут на спину, правую на живот.)
Это ручки! Хлоп, хлоп!
(протягивают обе руки, два раза хлопают.)
Это ножки! Топ, топ!
(кладут ладони на бёдра, два раза топают.)
Ой, устали! Вытрем лоб.
(правой ладонью проводят по лбу.)

Ручки – ножки

Дети стоят врассыпную по залу. Воспитатель произносит слова теста и показывает движения. Дети выполняют.
Все захлопали в ладоши
Дружнее, веселее!
(хлопают в ладоши.)
Застучали наши ножки
Громче и быстрее!
(стучат ногами.)
По коленочкам ударим
Тише, тише, тише!
(хлопают по коленкам.)
Ручки, ручки поднимаем
Выше, выше, выше!
(медленно поднимают руки.)
Завертелись наши ручки
(поворачивают кисти вправо – влево),
Снова опустились.
Покружились, покружились
И остановились
(опускают руки).
Петушок стоит на ножке
И клюёт в саду горошки
(стоят на одной ноге, руками изображают, как петушок клюёт).
— Ой, устала ножка,
Похожу немножко
(ходьба на месте; то же другой ногой).
Мама — слониха топает тихо (шагает тихо),
А слонёнок Ромка топает громко (шагают, высоко поднимая колени).

Топает, пляшет (пляшут вприсядку),
Хоботочком машет (машут рукой).
Медведь весной проснулся (далее движения по тесту),
Потянулся, улыбнулся,
Повертелся, огляделся,
Почесался, причесался.
Наклонился,
Водой из ручья умылся (тянутся вверх на носках, руки в стороны. Далее движения по тексту).
Нарядился
И пошёл по лесу
Куролесить.
Берегись, лесной народ,
Зверь голодный идёт! (ходьба по – медвежьи.)

Автор: Чулкова Ольга Анатольевна,
воспитатель I кв. категории
МКДОУ «Детский сад №24»
г.о. Дегтярск, Свердловская область

Статья размещена в авторской редакции.