

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 19 комбинированного вида»

Сборник подвижных игр для детей раннего возраста

Составитель:
воспитатель Гаппель К.А.

Пояснительная записка

В раннем возрасте возможно интенсивное физическое, речевое, сенсорное развитие малышей. Однако, чтобы эти возможности реализовались, взрослым необходимо специально заниматься развитием ребенка. В игре, игровых упражнениях развивающее взаимодействие взрослого и ребенка особенно эффективно.

Все предлагаемые игры направлены на решение одной из этих задач. Ранний возраст – период, благоприятный для общего психического и физического развития ребенка, именно в этом возрасте зарождается личность человека.

Большинство подвижных игр и упражнений разнообразны по содержанию и, по существу, охватывают все виды естественных движений, свойственных ребенку.

В подвижных играх дети не только учатся правильно двигаться, но и уточняют знания об окружающей жизни, свойствах предметов, знакомятся с новыми словами и учатся произносить их.

В подвижных играх развивается память, внимание, воображение. Малыши учатся ориентироваться в пространстве, согласовывать свои действия с действиями сверстников. Они приобретают опыт общения со взрослыми и детьми.

Дети раннего возраста играют не вместе, а рядом. Главное назначение подвижной игры – вовлечение детей в совместную активную деятельность, доставляющую им «мышечную радость» и вызывающую эмоциональный подъем. Подвижные игры, как правило, коллективные, поэтому дети учатся согласовывать свои действия с действиями других играющих.

Игра и двигательная активность являются необходимым условием полноценного, гармоничного развития ребенка. Играя и двигаясь, дети становятся физически более крепкими, сообразительными, уверенными и самостоятельными.

Многократное повторение игровых действий требует внимания, волевых и физических усилий, координации движений. Подвижная игра – важный источник детского творчества. Игры способствуют развитию фантазии, будят инициативу.

Цель сборника: развивать физические качества детей посредством подвижных игр.

Данный сборник подвижных игр строится по следующим принципам:

- принцип доступности и учету возрастных особенностей детей;
- принцип систематичности и последовательности проведения подвижных игр;
- принцип прогрессирования.

«Мишка косолапый»

Цель: учить действовать согласно словам текста; имитировать движения медведя; обогащать двигательный опыт детей.

Мишка косолапый (идем, переваливаясь с ноги на ногу)

По лесу идет.

Шишки собирает, (собираем с пола воображаемые шишки)

Песенки поет.

Вдруг упала шишка -

Прямо мишке в лоб! (хлопаем себя рукой по лбу)

Мишка рассердился

И ногою - топ! (топаем ножкой)

«Зайчик серенький сидит»

Цель: учить действовать согласно словам текста; упражнять в прыжках на двух ногах; имитировать движения зайцев; обогащать двигательный опыт детей.

Зайка серенький сидит

И ушами шевелит. (делает ручками ушки на голове и ими шевелит)

Вот так, вот так

И ушами шевелит. (2 строки 2 раза)

Зайке холодно сидеть

Надо лапочки погреть. (хлопает в ладоши)

Вот так, вот так

Надо лапочки погреть..(2 строки 2 раза)

Зайке холодно стоять

Надо зайке поскакать. (прыгает)

Вот так, вот так

Надо зайке поскакать. (2 раза)

Волк зайчишку испугал.

Зайка прыг и убежал.

«У медведя во бору»

Цель: учить действовать согласно словам текста; развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга.

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру.

А медведь не спит,

И на нас рычит.

Как только дети произнесли эти слова, «медведь» выбегает из берлоги и ловит детей. Тот, кто не успел добраться до дома, и был пойман «медведем», становится водящим («медведем»).

⊕ «По ровненькой дорожке»

Цель: учить детей выполнять движения в соответствии с текстом (ходьба, прыжки, приседания); обогащать двигательный опыт. Дети, свободно группируясь, идут вместе с воспитателем. Воспитатель в определённом темпе произносит следующий текст, дети выполняют движения согласно тексту:

По ровненькой дорожке,

Шагают наши ножки:

Раз – два, раз – два.

По камешкам, по камешкам,

По камешкам, по камешкам...

В ямку – бух!

Стихотворение повторяется снова. После нескольких повторений воспитатель произносит другой текст:

По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке

Устали наши ножки, устали наши ножки,

Вот наш дом – здесь мы живём.

По окончании текста дети бегут в «дом» - заранее обусловленное место за кустом, под деревом и т.п.

«Соберём мячи в корзину»

Цель: учить выполнять действия, называемые взрослым, обогащать двигательный опыт детей. Развивать внимание, координацию движений.

Взрослый рассыпает мячи и предлагает детям собрать их.

*Наш весёлый яркий мяч,
Ты куда помчался, вскач.
Догоню тебя быстрей
И спрячу я скорей.*



«Солнышко и дождик»

Цель: учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. Приучать их действовать по сигналу воспитателя. Упражнять детей в беге.

Дети присаживаются на корточки за чертой, обозначенной воспитателем. Воспитатель говорит: «На небе солнышко! Можно идти гулять». Дети бегают по площадке. На сигнал: «Дождик! Скорей домой!» - бегут за обозначенную линию и присаживаются на корточки. Воспитатель снова говорит: «Солнышко! Идите гулять», и игра повторяется.

«Птички летают»

Цель: развивать координацию движений, упражнять в беге, учить ориентироваться в пространстве.

Дети становятся на небольшое возвышение – доску, кубики, бруски (высота 5-10 см) – по одной стороне комнаты или площадки. Воспитатель говорит: «Солнышко светит!». Все птички вылетают, ищут зернышки. Когда воспитатель

говорит: «Пошел дождик», дети убегают на свои места.

«Мы топаем ногами»

Цель: развивать координацию движений, учить действовать в соответствии с текстом игры.

Мы топаем ногами.

Мы хлопаем руками,

Киваем головой.

Мы руки поднимаем,

Мы руки опускаем.

Мы руки подаем. (Берут друг друга за руки.)

И бегаем кругом,

И бегаем кругом.

По сигналу взрослого «Стой!» малыш должен остановиться.

Игру можно повторить с выполнением бега в другую сторону



«Снежки»

Цель: упражнять детей в метании мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой, формировать умение энергично выполнять бросок, развивать координацию движений.

Педагог предлагает детям поиграть в снежки: «Смять большой лист бумаги получился снежок, а теперь попади в цель (на ковре лежит обруч)».

«Курочка хохлатка»

Цель: выполнять игровые действия в соответствии с текстом, выполнять имитационные движения курочки, цыплят, развивать внимание.

Вышла курочка гулять,

Свежей травки пощипать.

А за ней ребятки,

Жёлтые цыплятки.

Ко-ко-ко да ко-ко-ко

Не ходите далеко

Лапками гребите,

Зёрнышки ищите.

Съели толстого жука,

дождевого червяка

Вытили водицы

Полное корытце.

(Выполняется движение в соответствии с текстом).

«Самолёты»

Цель: учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, приучать внимательно слушать сигнал и начинать движение по словесному сигналу.

Воспитатель предлагает детям подготовиться к «полёту», показав предварительно, как «заводить» мотор и как «летать». Воспитатель говорит: «К полёту приготовиться. Завести моторы!» - дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук: «Р-р-р». После сигнала

воспитателя: «Полетели!». Дети разводят руки в стороны (как крылья у самолёта) и «летят»,

разбегаются в разные стороны. По сигналу воспитателя: «На посадку!» - дети садятся на скамейку.



«Воробушки и автомобиль»

Цель: учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить своё место, развивать координацию движений, ловкость, обогащать двигательный опыт.

Дети – «воробушки» садятся на скамейку – «гнёздышки». Воспитатель изображает «автомобиль». После слов воспитателя: «Полетели, воробушки, на дорожку» - дети поднимаются и бегают по площадке, размахивая руками – «крылышками». По сигналу воспитателя: «Автомобиль едет, летите, воробушки, в свои гнёздышки!» - «автомобиль» выезжает из «гаража», «воробушки» улетают в «гнёзда» (садятся на скамейки). «Автомобиль» возвращается в «гараж».

⊕ «Где же наши ручки?»

Цель: стимулировать двигательную активность детей, закреплять названия частей тела, обогащать двигательный опыт детей.

У меня пропали руки.

Где вы, рученьки мои?

(руки за спиной)

Раз, два, три, четыре, пять —

Покажитесь мне опять.

(показывают руки)

*У меня пропали уши.
Где вы, ушеньки мои?
(уши закрывают ладошками)
Раз, два, три, четыре, пять —
Покажитесь мне опять.
(показывают уши)
У меня пропали глазки.
Где вы, глазоньки мои?
(глаза закрывают ладошками)
Раз, два, три, четыре, пять —
Покажитесь мне опять.
(убирают ладошки от глаз)*



«Вот как мы умеем»

Цель: учить детей выполнять движения под музыку, подпевать, развивать у детей чувство ритма, интерес к музыкально – художественной деятельности, поддерживать у детей хорошее настроение.

*Зашагали ножки — топ, топ, топ!
Прямо по дорожке — топ, топ, топ.
Ну-ка, веселей — топ, топ, топ.
Вот как мы умеем — топ, топ, топ.
Зашагали ножки — топ, топ, топ!
Прямо по дорожке — топ, топ, топ.
Топают сапожки — топ, топ, топ.
Это наши ножки — топ, топ, топ*



«Снег идёт»

Цель: учить соотносить собственные действия с действиями участников игры, упражнять детей в беге, делать повороты вокруг себя.

Белый снег пушистый в воздухе кружится,

И на землю тихо, падает, ложится.

Дети бегают по кругу, кружатся.

«Мороз Красный нос»

Цель: развивать умения выполнять характерные движения, упражнять детей в беге.

Воспитатель стоит напротив детей на расстоянии 5 метров и произносит слова:

Я – Мороз Красный Нос. Бородою весь зарос.

Я ищу в лесу зверей. Выходите поскорей!

Выходите, зайчики! Девочки и мальчики!

(Дети идут навстречу воспитателю.)

- Заморожу! Заморожу!

Воспитатель пытается поймать ребят – «зайчат». Дети разбегаются.

«Зайцы и волк»

Цель: учить детей внимательно слушать воспитателя, выполнять прыжки и другие действия в соответствии с текстом, ориентироваться в пространстве, находить своё место.

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 начинает ловить зайцев.

«Карусели»

Цель: развивать у детей равновесие в движении, навык бега, повышать эмоциональный тонус, выполнять движения в соответствии с текстом.

Воспитатель предлагает детям покататься на карусели. Держит в руках обруч (находясь в середине обруча) с привязанными к нему разноцветными ленточками. Дети берутся за ленточки, воспитатель двигается с обручем. Дети идут, а затем бегут по кругу. Воспитатель говорит:

*Еле-еле, еле-еле завертелась карусели,
А потом, а потом всё бегом, бегом, бегом!
Тише, тише, не бегите, карусель остановите,
Раз и два, раз и два, вот и кончилась игра!*

Дети останавливаются.

«Попади в цель»

Цель: упражнять детей в метании мешочеков в горизонтальную цель правой и левой рукой, формировать умение энергично выполнять бросок, развивать координацию движений.

Дети стоят по кругу на расстоянии 2-3 шагов от лежащего в центре большого обруча или круга (из веревки или начертенного на полу, диаметр 1-1,5 м). В руках у детей мешочки с песком. По сигналу воспитателя «Бросай!» все дети бросают мешочки в круг. Затем воспитатель говорит: «Поднимите мешочки».

Дети поднимают мешочки и становятся на место. Указания. Мешочек надо бросать обеими руками.

«Лохматый пёс»

Цель: учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения, бегать, стараясь не попадаться ловящему и не толкаясь.

Дети стоят на одной стороне площадки. Один ребёнок, находящийся на противоположной стороне, изображает «пса». Дети тихонько подходят к нему, а воспитатель в это время произносит:

*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?»*

Дети приближаются к «псу». Как только воспитатель заканчивает чтение стихотворения, «пёс» вскакивает и громко «лает». Дети разбегаются, «пёс» старается поймать кого-нибудь. Когда все дети спрячутся, «пёс» возвращается на место.

«Вороны и собачка»

Цель: учить детей подражать движениям и звукам птиц, бегать, не мешая друг другу, совершенствовать основные виды движений.

*Возле елочки зеленой
Скачут, каркают вороны:*

Kap! Kap, Kap»- дети прыгают, издают звукоподражание.

« Тут собачка прибежала

И ворон всех разогнала:

Aв! Ав! Ав!- дети разбегаются в разные стороны.



«Хоровод»

Цель: учить детей водить хоровод, упражнять в приседании.

Дети за воспитателем проговаривают слова. Взявшись за руки, ходят по кругу.

Вокруг розовых кустов, среди травок и цветов

Кружим, кружим хоровод, ох, весёлый мы народ!

До того мы закружились, что на землю повалились.

Бух!

При произнесении последней фразы выполняют приседания.

«Птички летают»

Цель: развивать координацию движений, упражнять в беге, учить ориентироваться в пространстве.

Дети становятся на небольшое возвышение – доску, кубики, бруски (высота 5-10 см) – по одной стороне площадки. Воспитатель говорит: «На улице солнышко светит, все птички вылетают из гнёздышек, ищут зёрнышки, крошки». Дети спрыгивают с возвышений, «летают» (бегают, размахивая руками – «крыльями»), приседают, «клюют» зёрнышки (стучат пальчиками по земле). Со словами воспитателя: «Дождик пошёл! Все птички спрятались в гнёздышки!» -дети бегут на свои места. Перед игрой воспитатель должен приготовить невысокие скамейки или такое количество кубиков, брусков, чтобы хватило всем желающим играть. Расположить их надо в одной стороне

площадки на достаточном расстоянии друг от друга, чтобы дети не толкались и могли свободно занять свои места. Нужно показать детям, как мягко спрыгивать, помочь им подняться на возвышение после бега. При повторении игры сигнал можно давать одним словом: «Солнышко!» или «Дождик!» дети должны знать, по какому сигналу что нужно делать.



«Найди флагсок»

Цель: учить детей ориентироваться в пространстве, выполнять просьбу взрослого.

Дети (6—8 человек) сидят на стульях или на траве. По сигналу воспитателя дети закрывают глаза, а воспитатель тем временем прячет флаги (по числу детей) в разных местах. «Пора искать флаги! » — говорит воспитатель. Дети открывают

глаза и идут искать. Тот, кто находит, возвращается на свое место. Когда все дети найдут флаги, они встают друг за другом и идут вдоль площадки. Впереди колонны идет тот, кто первым нашел флагок. По сигналу «на места! » дети садятся на стулья, и игра начинается снова. Указание к игре. Воспитатель должен следить за тем, чтобы дети брали один флагок. Хорошо проводить эту игру в лесу, на полянке: можно прятать флаги в траве, в кустах, за деревьями.



«Кошки и котята»

Цель: учить детей по-разному выполнять движения (легкий бег, прыжки на двух ногах), имитировать кошку и котят.

*«Кошка Мурка крепко спит,
На котяток не глядит.
Кошку Мурку не будите,
За ней внимательно следите».*

Дети бегают по залу в разных направлениях.

«Кошка глазки открывает

И котяток догоняет».

По сигналу воспитателя, дети бегут от кошки в свои домики.



«Пузырь»

Цель: учить детей становиться в круг, делать его то шире, то уже, согласовывать свои движения с произносимыми словами.

Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют небольшой круг, стоя близко друг к другу. Воспитатель произносит:

Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой,

Оставайся такой да не лопайся.

Играющие отходят назад и держатся за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Лопнул пузырь!», тогда они опускают руки и приседают на корточки, говоря при этом: «Хлоп!» Можно также предложить детям после слов: «Лопнул пузырь» двигаться к центру круга, по-прежнему держась за руки и произнося при этом звук: «Ш-ш-ш» (воздух выходит). Затем дети снова «надувают» пузырь – отходят назад, образуя большой круг.

«Догони меня»

Цель: учить детей быстро действовать по сигналу, развивать ориентировку в пространстве, ловкость.

Дети сидят на стульях на одной стороне площадки. «Догоните меня!» - предлагает воспитатель и бежит к противоположной стороне площадки. Дети

бегут за воспитателем, стараясь его поймать. Затем воспитатель говорит «догоните меня!»,

и бежит в противоположную сторону. Дети снова его догоняют. После двух раз дети садятся на стулья и отдыхают, затем продолжают игру.

«Птички в гнёздышках»

Цель: учить детей правильно выполнять игровые действия, совершенствовать выполнение основных видов движений, обогащать двигательный опыт.

С одной стороны площадки свободно раскладывают обручи («гнёздышки») по количеству детей. Каждый ребёнок («птичка») стоит в своём «гнёздышке». По сигналу воспитателя дети – «птички» выбегают из обручей – «гнёзд» - и разбегаются по всей площадке. Воспитатель имитирует кормление «птиц» то в одном, то в другом конце площадки: дети присаживаются на корточки, ударяя кончиками пальцев по коленям – «клюют» корм. «Полетели птички в гнёзда!» - говорит воспитатель, дети бегут к обручам и становятся в любой свободный обруч. Игра повторяется.



«Лиса и зайцы»

Цель: способствовать совершенствованию беговых движений, имитировать движения лисы и зайца.

Примерять на себя определённую роль. На лесной лужайке разбегались зайки. Вот какие зайки, зайки-побегайки. (Прыгают.) Сели зайки на лужок, роют лапкой корешок. Вот какие лапки, лапки-царапки. (Сидят, делают движения руками, прячутся.) Вдруг бежит лисичка – рыжая сестричка. Ребёнок ищет зайцев и поет:

«Где же, где же зайки? Зайки-побегайки? Ах, вот вы где!» (Догоняет.)

«Воробушки и кот»

Цель: учить детей мягко спрыгивать, сгиная ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убегать, находить свое место, быть осторожными, занимая место, не толкаясь.

Дети – «воробушки» сидят в своих «гнёздышках»(в кругах, обозначенных на земле, или нарисованных на асфальте) на одной стороне площадки. На другой стороне площадки – «кот». Как только «кот» задремлет, «воробушки» «вылетают» на дорогу,«перелетают» с места на место, ищут крошки, зёрнышки (дети приседают, стучат пальцами по коленям, как будто клюют). Но вот «просыпается» «кот», «мяукает» и бежит за «воробушками», которые «улетают» в свои «гнёзда». Сначала роль «кота» выполняет воспитатель, а затем кто-нибудь из детей.

«Мышки и кот»

Цель: учить детей бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга. Ориентироваться в пространстве, менять движения.

По сигналу воспитателя. Дети – мышки сидят в норках, которые определены геометрической формой (круг, квадрат, треугольник). Кот Васька (взрослый) прогуливается перед ними, нюхает, мяукает.

Воспитатель:

*Ходит Васька беленький,
Хвост у Васьки серенький,
А бежит стрелой,
А бежит стрелой!*

Кот Васька бежит и садится на стул в конце групповой комнаты.

Воспитатель:

*Глазки закрываются,
Спит иль, притворяется?
Зубы у кота
Острия игла.*

Воспитатель подходит к коту смотрит спит ли он, приглашает мышек погулять.

Дети подбегают к стулу на котором сидит кот и гладят его.

Воспитатель:

*Только мыши заскребут,
Серый Васька тут как тут.*

Всех поймает он!

Мышки убегают в свою норку, а кот догоняет их.

«Гуси-гуси»

Цель: развивать у детей координацию движений, быстроту реакции.

*Гуси, гуси!
— Га-га-га!
— Есть хотите?
— Да, да, да!
— Ну летите же домой!
— Серый волк под горой, не пускает нас домой.
— Что он делает?
— Зубы точит, нас съесть хочет.
— Ну, летите, как хотите, только крылья берегите!*

Гуси растопыривают руки-крылья и летят домой в гусятник, а волк рычит и пытается их поймать. Пойманные гуси из игры выбывают, и игра продолжается. Побеждают те, кто ни разу не попался в лапы волку.

«Мой весёлый звонкий мяч»

Цель: учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убегать только тогда, когда будут произнесены последние слова.

Дети стоят с одной стороны площадки, около них воспитатель с мячом в руках. Он показывает, как легко и высоко подпрыгивает мяч, если его отбивать рукой, сопровождая действия словами:

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

Затем воспитатель предлагает детям выполнить прыжки, при этом отбивая мяч о землю. Прочитав снова стихотворение, он говорит: «Сейчас догоню!» Дети перестают прыгать и убегают. Воспитатель делает вид, что ловит их. Воспитатель, не пользуясь мячом, предлагает детям выполнить прыжки, сам же при этом поднимает и опускает руку над головами детей, как будто отбивает мячи.



«Лягушки»

Цель: стимулировать двигательную активность детей, упражнять в прыжках на двух ногах, учить имитировать движения лягушат, обогащать двигательный опыт детей.

На середине площадки или зала воспитатель раскладывает толстый шнур в форме круга, дети стоят за кругом. Воспитатель говорит:

*«Вот лягушка по дорожке
Скачет, вытянувши ножки.*

Ква-ква, ква-ква-ква!

Скачет, вытянувши ножки».

Дети, повернувшись друг за другом, подпрыгивают на двух ногах, продвигаясь вперед по кругу. По окончании четверостишья воспитатель хлопает в ладоши — пугает лягушек; малыши перепрыгивают через черту и присаживаются на корточки лягушки прыгают в болото. Игра повторяется 2—3 раза.