*СП ДС «Золотой петушок»*

*ГБОУ СОШ № 2 п.г.т. Усть-Кинельский*

*г.о. Кинель Самарской области*

*воспитатель Иванчина Н.И.*

***ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ для 1 младшей группы***

***С ходьбой и бегом***

**«Догони мяч!»**

**Задача:**формировать умение бегать в разных направлениях.

**Описание:** предложите ребенку побегать за мячом, поиграть с ним. Бросайте мяч в разных направлениях, а ребенок пусть бежит за мячом, ловит его и приносит вам. Мяч следует бросать в разных направлениях.

**«По тропинке»**

**Задача**: формировать умение ходить друг за другом, не наталкиваясь.

**Описание:**на полу лежат параллельно друг другу две доски (ширина 20 см) на расстоянии 1-1,5 м. Дети двумя колоннами выполняют ходьбу по доскам – «тропинкам», свободно балансируя руками.

**Правила:** воспитатель напоминает им, что спину и голову нужно держать прямо.

**«Через ручеек»**

**Задачи:** развивать у детей ловкость, упражнять в прыжках на обеих ногах, в равновесии.

**Описание:** все играющие сидят на стульях, в 6 шагах от них кладутся 2 шнура, расстояние между ними 2 метра – это «ручеек». Дети должны по «камушкам» – дощечкам перебраться на другой берег не замочив ног. Дощечки положены с таким расчетом, чтобы дети могли прыгнуть обеими ногами с одного «камушка» на другой. По слову «Пошли!» 5 детей перебирается через «ручеек». Тот, кто оступился, отходит в сторону – «сушить обувь». Все дети должны перейти через» ручеек».

**Правила:** проигравшим считается тот, кто вступил ногой в ручеек. Перебираться можно только по сигналу.

**Варианты**: увеличить расстояние между шнурами, обходить предметы, перебираясь на другой берег. Прыгать на одной ноге.

**«Кто тише?»**

**Задача:**формировать умение ходить подгруппой (всей группой) на носочках.

**Описание:**Ребенок идет вместе с вами с одного конца комнаты (площадки) на другой. Вы предлагаете ему пройти тихо-тихо, на носочках, так, чтобы не было слышно. «Осторожно идем по мостику, чтобы не оступиться и не намочить ног». Указания к проведению.

**Правила:** воспитатель следит за правильной осанкой ребенка и за тем, чтобы он не утомился.

**Варианты:** ходьба по кругу на носочках.

**«Перешагни через палку»**

**Задачи:** формировать умение ходить по прямой дорожке с перешагиванием через предметы.

**Описание**: на пол посередине комнаты кладут 2-3 палки на расстоянии 1 м одна от другой. Малыш становится в 2-3 шагах от палок лицом к ним. На противоположной стороне комнаты стоит стул, на котором лежит флажок или погремушка. По указанию ребенок идет, перешагивая через палки, к стулу, поднимает флажок и машет им, затем кладет флажок на стул и возвращается обратно.

**Правила:** необходимо дойти до стула, поднять флажок (погремушку) и помахать.

**Варианты:** увеличить количество палок до 5. Можно использовать для перешагивания обручи.

**«Догоните меня!»**

**Задачи:** развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, двигаться в коллективе не наталкиваясь. Упражнять детей в беге в прямом направлении.

**Описание:** 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.

**Правила:** бежать за воспитателем только после сигнала «Догоните меня!».

**Варианты**: внести мягкую игрушку и догонять ее. Убегать от игрушки.

**«Воробышки и автомобиль»**

**Задачи:** развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге в разных направлениях и прыжках.

**Описание:** границы площадки отмечаются флажками. На одном конце площадки на скамейках воробушки. На другом конце обозначается место для автомобиля – гараж. Автомобиль – воспитатель. После слов воспитателя: «Полетели, воробышки, на дорожку!» дети начинают бегать в разных направлениях, размахивая руками – «крылышками». По сигналу воспитателя «Автомобиль едет!» – «воробышки» пугаются и улетают в гнезда. «Автомобиль» возвращается в «гараж». Игра повторяется.

**Правила:**

1) нельзя убегать за границы площадки;

1. вылетать из гнезда только по сигналу воспитателя;
2. возвращаться в гнезда при появлении автомобиля.

**Варианты**: детям, изображающим в игре автомобили, дать в руки руль или флажки. Воробушки могут помещаться в гнездышках – кружочках, начерченных на земле. Воробушки могут стоять на скамеечках и спрыгивать с них.

**«Солнышко и дождик»**

**Задачи:** развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, находить свое место на площадке. Упражнять в ходьбе и беге.

**Описание:** дети сидят на стульях вдоль комнаты, это их «дом». Воспитатель смотрит в окно и говорит «Какая хорошая погода, идите гулять!». Дети встают и идут в любом направлении. «Дождь пошел, бегите домой!» – говорит воспитатель. Дети бегут к стульям и занимают свои места. Воспитатель приговаривает «Кап-кап-кап!». Постепенно дождь утихает, и воспитатель говорит «Идите гулять. Дождь перестал!».

**Правила:**

1. дети уходят из дома по сигналу «Идите гулять!»;
2. бегут домой на сигнал «дождь пошел!».

**Варианты**: дети вначале занимают любой стул, затем только свой. Вместо домика устроить переносной навес – прятаться от дождя. Во время прогулки могут собирать «грибы и ягоды». Ходьбу можно заменить пляской.

**«Птички летают»**

**Задачи:** формировать умение спрыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную, действовать по сигналу воспитателя, приучить детей помогать друг другу.

**Описание:** на сигнал «Птички летают!» – дети бегают по площадке, изображая птиц. На сигнал «Кот!» «птички» «улетают» в свои домики.

**Правила**: внимательно слушать и действовать по сигналу воспитателя.

**«Принеси предмет»**

**Задачи:**Формировать у детей умение ходить и бегать небольшими группами в определенном направлении, ориентироваться в пространстве, развивать ловкость.

**Описание:** воспитатель просит кого-либо из детей принести игрушку, предметы, положенные заранее другой стороне комнаты. Когда ребенок принесет предмет, воспитатель благодарит его и просит назвать предмет, а затем просит отнести его на место. Другой ребенок приносит другой предмет.

***С ползанием***

**«Доползи до погремушки»**

**Задача:** упражнять детей в подлезании под шнур, не задевая его; упражнять в ползании по ограниченной площади; развивать навыки лазанья, воспитывать смелость и ловкость.

**Описание:** сначала педагог предлагает одному ребенку показать, как нужно подлезать под шнур, и при этом объясняет: «Лена подходит к шнуру, становится на четвереньки (с опорой на ладони и колени) и выполняет ползание, как «жучок», голову наклоняет так, чтобы не задеть шнур. Доползла до погремушки, встала, взяла погремушку и погремела ею». После показа и объяснения воспитатель предлагает детям занять исходное положение и по сигналу приступить к выполнению задания. Упражнение повторяется 3 раза.

**Правила:**не толкаться, выполнять задание по сигналу воспитателя.

**Варианты:** подлезание под дугу.

**«Проползти в воротца»**

**Задачи:** совершенствовать у детей навыки ползания, побуждать его к этому движению, формировать умение проползать под дугой, не задевая; упражнять в ползании по ограниченной площади.

**Описание:** Ребенок сидит на стульчике. Впереди на расстоянии 2,5 м стоит дуга – «воротики». Дальше, на расстоянии еще 2 м, находится стойка с сеткой, у стойки на полу лежит мяч. Предложите ребенку на четвереньках доползти до дуги, подлезть под нее, подползти к мячу, затем встать, поднять мяч двумя руками и опустить его в сетку.

**Варианты:** пройти под препятствием, пригнувшись, но, не дотронувшись руками до земли («Пройти под дугой»).

**«Не переползай линию!»**

**Задачи:** упражнять детей в ползании в прямом направлении до линии. Приучать слушать внимательно задание.

**Описание:** дети сидят на стульчиках вдоль одной из сторон площадки. Впереди на коврике на расстоянии 2-3м лежит веревочка. Воспитатель приглашает одного из детей к себе. Предлагает ребенку проползти на четвереньках до веревочки и вернуться назад.

**Правила:**следить, чтобы дети не переползали за веревочку.

**«Обезьянки»**

**Задачи:** развивать у детей навык лазанья и ориентировку в пространстве, воспитывать смелость.

**Описание:** дети сидят или стоят неподалеку от лесенки – стремянки (или гимнастической стенки). Воспитатель читает стихотворение:

«Лучшие качели гибкие лианы –  
Это с колыбели знают обезьяны.  
Кто весь век качается  
Да-да-да,  
Тот не огорчается – никогда.

Педагог говорит, что сегодня они будут учиться лазить, как обезьянки, и предлагает двум детям забраться по лесенке на несколько ступенек (4-5) и спуститься.

**Правила:**лазать можно любым способом: приставным и попеременным шагом. Следить, чтобы во время лазанья, ребенок не пропускал реек, опирался на рейку всей стопой. Нельзя виснуть на руках без опоры на ноги.

***С бросанием и ловлей мяча***

**«Мяч в кругу»**

**Задачи:**упражнять детей в броске мяча вперед двумя руками снизу. Развивать глазомер, ловкость.

**Описание:** на площадке из веревочки сделан большой круг. Дети с мячом в руках стоят вокруг круга на расстоянии 1м. По сигналу «Раз, два, три бросили» дети выполняют бросок мяча вперед в круг снизу двумя руками. По второму сигналу «Собрали» дети шагом идут за своим мячом и возвращаются на свое место за круг.

**Правила:**бросок мяча выполнять строго по команде. Собирать мячи шагом.

**«Прокати мяч»**

**Задача:** формировать умение у детей катать мяч двумя руками друг другу.

**Описание:** дети подходят к стульям (скамейке, на которых заранее разложены мячи большого диаметра, берут их и становятся на исходную линию, обозначенную шнуром. По команде воспитателя: «Покатили!», оттолкнув мяч двумя руками, прокатывают его в прямом направлении и догоняют. На исходную линию малыши возвращаются шагом. Упражнение повторяется.

**Правила:**выполнять задание по команде воспитателя «Покатили! »

**Варианты:** катание мяча под дугу одной рукой.

**«Лови мяч»**

**Задачи:**упражнять детей в ловле мяча, после броска педагога. Развивать глазомер, ловкость и координацию движений.

**Описание:** дети стоят в кругу, воспитатель с мячом – в центре круга на расстоянии 1м от детей. Он бросает мяч по очереди всем детям и говорит: «Катя лови мяч!» – дети ловят мяч и бросают обратно в руки воспитателю.

**Правила:**бросать мяч точно в руки, стараться поймать мяч.

**«Попади в воротца»**

**Цель:**упражнять детей в прокатывании мяча в воротца. Развивать глазомер, ловкость.

**Описание:** на площадке расставляют 2-3 воротца (дуги). Напротив каждых на расстоянии 1м стоят дети, у всех по мячу. Ребенок катит мяч в воротца, бежит за ним, берет его и возвращается на место (обозначено чертой).

**2 вариант игры:**дети садятся в парах напротив друг друга (ноги врозь – «воротики») на расстоянии 1,5-2м. По сигналу воспитателя катают мяч друг другу, стараясь попасть в «воротики».

«**Целься точнее!»**

**Задачи:** формировать умение бросать мяч вперёд двумя руками снизу (из-за головы, от груди); развивать элементарные навыки попадания в цель, развивать глазомер, ловкость, координацию движений.

**Описание:** ребенок держит в руке маленький мяч или мешочек с песком. Поставьте ящик или большую корзину (расстояние от цели до детей не более 1,5-2 м). Предложите ребенку бросать мяч, который находится у него в руках, в ящик (корзина, сетка).

***С подпрыгиванием***

**«Мой веселый, звонкий мяч»**

**Задачи:** развивать у детей умение прыгать ритмично, в соответствии с текстом стихотворения, выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге, в подпрыгивании на 2 ногах.

**Описание:** Дети сидят на стульях, поставленных в разных местах комнаты. Воспитатель находится в центре. Берет большой мяч и начинает отбивать его рукой о землю, говоря: «Мой веселый, звонкий мяч…». Воспитатель подзывает к себе детей и предлагает им попрыгать как мячики. Дети прыгают в том же темпе. Воспитатель кладет мяч и повторяет стихотворение, делая движение рукой, так, как будто отбивает мяч, а дети прыгают. Закончив стихотворение, воспитатель говорит: «Догоню!». Дети убегают.

**Правила:**

1. бегать можно только после слов: «Догоню!»

**Варианты**: воспитатель имитирует отбивание движение мяча, показывая на детях (они мячики, затем они катятся, бегут в разных направлениях). Можно поставить рядом с собой несколько детей, которые будут вместе с ним отбивать свои мячи, затем ловить убегающих.

**«Зайка беленький сидит»**

**Задачи:** развивать у детей умение согласовывать движение со словами. Упражнять в беге, подпрыгивании на двух ногах, нахождении своего места. Способствовать развитию речи.

**Описание:** на одной стороне площадки отмечаются места зайцев. Каждый становится на свое место. По сигналу воспитателя «Бегите в круг!» все дети собираются в круг, а один из зайцев, которого назначает воспитатель, становится в середину. Дети с воспитателем произносят стихи и выполняют движения под текст:

*Зайка беленький сидит и ушами шевелит* (дети стоят в кругу),

*Вот так, вот так он ушами шевелит*! (шевелят кистями рук, подняв их к голове).

*Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть,*

*Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, надо лапочки погреть* (хлопают в ладоши).

*Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать.*

*Скок-скок, скок-скок, надо зайке поскакать* (прыгают на 2 ногах на месте).

*Кто-то зайку испугал, зайка прыг и ускакал!* – воспитатель хлопает в ладоши, дети разбегаются по своим домам.

**Правила:**

1) дети убегают только после слов «И ускакал!», а собираются в круг после слов «Бегите в круг!»

**Варианты**: на полу выложить шнур со связанными концами. По сигналу перепрыгивают шнур. В середину можно поставить нескольких зайцев.

**«Птички в гнездышках»**

**Задачи:** формировать умение у детей ходить и бегать в рассыпную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.

**Описание:** 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.

**Правила:** не толкаться, помогать друг другу вставать в обруч, использовать всю площадь, выделенную для игры*.*

**Варианты:** разложить 3-4 больших обруча – «в гнезде живёт несколько птиц». На сигнал: «Полетели птицы в гнёзда» – дети бегут, в каждый обруч встают 2-3 детей.

**«Через ручеек»**

**Задачи:** развивать у детей ловкость, упражнять в прыжках на обеих ногах, в равновесии.

**Описание:** все играющее сидят на стульях, в 6 шагах от них кладутся 2 шнура, расстояние между ними 2 метра – это ручеек. Дети должны по камушкам – дощечкам перебраться на другой берег не замочив ног. Дощечки положены с таким расчетом, чтобы дети могли прыгнуть обеими ногами с одного камушка на другой. По слову «Пошли!» 5 детей перебирается через ручеек. Тот, кто оступился, отходит в сторону – «сушить обувь». Все дети должны перейти через ручей.

**Правила:**

1. проигравшим считается тот, кто вступил ногой в ручеек;
2. перебираться можно только по сигналу.

**Варианты**: увеличить расстояние между шнурами, обходить предметы, перебираясь на другой берег. Прыгать на одной ноге.

***На ориентировку в пространстве***

**«Где звенит?»**

**Задачи:** развивать у детей слух, внимание и выдержку.

**Описание:** дети сидят по кругу или вдоль стены. Один из играющих по назначению воспитателя становится в центре круга или перед сидящими. По сигналу воспитателя он закрывает глаза. Воспитатель дает кому-нибудь из детей звоночек и предлагает позвонить. Ребенок, находящийся в центре круга, должен не открывая глаз, указать рукой направление, откуда доносится звук. Если он укажет правильно, воспитатель говорит «Пора!», играющий открывает глаза. А тот, кто позвонил – поднимает и показывает звонок. Если водящий ошибся, он снова закрывает глаза и отгадывает еще раз.  Затем воспитатель назначает другого водящего.

**Правила:** водящий открывает глаза только после слова воспитателя «Пора!»

**Варианты**: раскрутить водящего; вместо звоночка ввести дудочку или другой музыкальный инструмент.

**«Найди флажок»**

**Задачи:** развивать у детей наблюдательность, выдержку (не открывать глаза до сигнала «пора»).

**Описание:** дети сидят на стульях, по слову воспитателя дети встают и поворачиваются лицом к стене, воспитатель прячет флажки по числу детей. «Пора!» –говорит воспитатель. Дети поворачиваются к нему лицом и идут искать флажки. Тот, кто нашел флажок, садится на свое место. Когда все флажки найдены. Дети идут вдоль площадки. Держа флажок в руке. Впереди колонны идет тот, кто первый нашел флажок. По сигналу «На места!» дети садятся на стулья и игра начинается снова.

**Правила:**

1) поворачиваться лицом к воспитателю можно только после слова «Пора!».

**Варианты**: вместо словесного указания использовать колокольчик. Кто первый найдет флажок, тот его и прячет. Летом прячут флажок в кустах, за деревьями.

***Движение под музыку и пение***

**«Поезд»**

**Задачи:** развивать у детей умение выполнять движения по звуковому сигналу, закреплять навык построения в колонну. Упражнять в ходьбе, беге друг за другом.

**Описание:** дети строятся в колонну по одной стороне площадки. Первый – паровоз, остальные вагоны. Воспитатель дает гудок, дети начинают двигаться вперед (без сцепления). Вначале медленно, затем – быстрее, постепенно переходя на бег, произносят «Чу-чу-чу!». «Поезд подъезжает к станции» – говорит воспитатель. Дети постепенно замедляют темп и останавливаются. Воспитатель вновь дает гудок, движения поезда возобновляется.

**Правила:**

1. двигаться можно только после гудка, т.е. по сигналу воспитателя.

**Варианты**: ввести остановку. Дети выбегают на полянку. Собирают «грибы и ягоды», танцуют.

**«Заинька»**

**Задачи:** формировать у детей умение подпрыгивать на двух ногах, мягко приземляясь, внимательно слушать сигналы, выполнять движения в соответствии с текстом.

*Игра с пением, слова и музыка народные.*

**Описание:** дети вместе с воспитателем становятся в круг. Воспитатель поет песенку и показывает детям движения.

*Заинька, топни ножкой,*

*Серенький, топни ножкой,*

*Вот так, этак топни ножкой!*

*Вот так, этак топни ножкой!*

(Дети топают ножкой, руки на поясе).

*Заинька, бей в ладоши,*

*Серенький, бей в ладоши,*

*Вот так, этак бей в ладоши! (2 раза)*

(Дети хлопают в ладоши).

*Заинька, повернись,*

*Серенький, повернись,*

*Вот так, этак повернись! (2 раза)*

(Дети поворачиваются 1-2 раза. Руки на поясе).

*Заинька, попляши*

*Серенький, попляши,*

*Вот так, этак попляши! (2 раза)*

(Дети подпрыгивают на двух ногах кто как может).

*Заинька, поклонись,*

*Серенький, поклонись,*

*Вот так, этак поклонись!* (2 раза)

(Дети наклоняются, разводя руки в стороны).

**Правила**: количество куплетов песенки можно сокращать, особенно на первых порах. Вначале можно взять только первый, второй, четвертый куплеты. При повторении можно исполнять все куплеты. Кроме того, когда малыши будут хорошо знать содержание песенки, можно выбрать ребенка-заиньку, который становится в середину круга и выполняет все движения по тексту песни. На роль заиньки выбирают более смелого и активного малыша, который не будет смущаться, выполняя движения. При следующем водящем можно добавить еще один куплет: Песню воспитатель должен петь так, чтобы пение соответствовало темпу движений маленьких детей:

*Заинька, выбирай,*

*Серенький, выбирай,*

*Вот так, этак выбирай! (2 раза)*

(Ребенок выбирает другого заиньку, и игра повторяется).

**«Флажок»**

**Цель:**совершенствовать умение детей стоять в кругу и выполнять действия, подпевать песенку.

**Текст песенки:**  
Дети встали в кружок  
Увидали флажок,  
Кому дать , кому дать   
Кому флаг передать   
Выйди , Саша в кружок,  
И возьми скорей флажок

**Описание:**дети стоят в кругу, в середине круга лежит флажок. Дети идут по кругу и произносят текс. Выходит ребенок по тексту, поднимает флажок, затем, машет им и кладет на место. Затем игра продолжается.