

Картотека малоподвижных игр для детей среднего дошкольного возраста



Подготовила Позигун А.О.

Пропавшие ручки

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.
У меня пропали ручки. (Прячут руки за спину.)
Где вы, рученьки мои? (Смотрят по сторонам.)
Раз, два, три, четыре, пять,
Покажитесь мне опять. (Показывают руки, вытягивают вперед, вертят ими.)
У меня пропали ножки. (Присаживаются.)
Где вы, ноженьки мои? (Охватывают ноги руками.)
Раз, два, три, четыре, пять.
Покажитесь мне опять. (Встают, прыгают на месте.)

Две подружки

Дети стоят в кругу или врассыпную.
Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.
На лужайке две подружки: (Хлопают по коленям.)
«Ква-ква-ква, ква-ква-ква». (Хлопают в ладоши.)
Две зеленые лягушки: (Хлопают по коленям.)
«Ква-ква-ква, ква-ква» (Хлопают в ладоши.)
«Ква!» (Притопывают одной ногой.)
Хором песни распевают: (Складывают ладони и чуть-чуть «приоткрывают»
«Ква-ква-ква», (Хлопают в ладоши.)
«Ква-ква-ква», (Несколько раз притопывают ногой.)
И спокойно спать мешают. (Грозят пальцем.)
«Ква-ква-ква-ква-ква» (Хлопают в ладоши.)
«Ква!» (Делают один притоп.)

Дом

Дети стоят в кругу или врассыпную.
Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.
На опушке дом стоит, (Складывают ладони «домиком» над головой.)
На дверях замок висит, (Смыкают ладони «в замок».)
За дверями стоит стол, (Накрывают правой ладонью кулачок левой руки.)
Вокруг дома частокол. (Руки перед собой, пальцы растопыривают.)
«Тук-тук-тук — дверь открой!» (Стучат кулачком по ладони.)
«Заходите, я не злой!» (Руки в стороны, ладони вверх.)

Елочка

Дети стоят в кругу или врассыпную.
Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.
Наша елочка — краса, (Идут по кругу, взявшись за руки.)
Поднялась под небеса, (Останавливаются, тянутся руками вверх.)
Стройная красавица, (Опять идут по кругу, взявшись за руки.)
Всем ребятам нравится. (Останавливаются.)

Котик к печке подошел

Дети образуют круг, берутся за руки. Педагог становится в круг вместе с играющими. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

Котик к печке подошел,

Котик к печке подошел. (Идут по кругу, взявшись за руки.)

Горшок каши он нашел,

Горшок каши там нашел. (Идут по кругу в другую сторону, взявшись за руки.)

А на печке калачи,

Ох, вкусны и горячи! (Останавливаются, поворачиваются лицом к центру круга, хлопают в ладоши.)

Пирог в печи пекется, (Выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх.)

Они в руки не даются. (Выпрямляются, прячут руки за спину.)

Овощи и фрукты

Дети стоят в шеренге или врассыпную.

Воспитатель называет различные овощи и фрукты. Если назван овощ, то дети должны быстро присесть, а если фрукт — поднять руки вверх. Игроки, которые ошиблись, делают шаг вперед. Побеждают игроки, сделавшие меньше ошибок.

По дорожке

Дети стоят в кругу или врассыпную.

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

Раз, два, три, четыре, пять,

Будем ноги разминать.

Мы шагаем по дороге,

Поднимаем выше ноги. (Ходьба на месте.)

И по этой же дорожке

Скачем мы на правой ножке. (Подскоки на правой ноге.)

А теперь еще немножко

На другой поскачем ножке. (Подскоки на левой ноге.)

По тропинке побежим,

До лужайки добежим. (Бег на месте.)

На лужайке, на лужайке

Мы попрыгаем, как зайки. (Прыжки на месте на двух ногах.)

Мы похлопаем в ладошки,

Пусть попляшут наши ножки. (Произвольные танцевальные движения.)

Стоп. Присядем — отдохнем. (Приседание.)

И назад пешком пойдём. (Ходьба на месте.)

Ручки — ножки

Дети стоят врассыпную.

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.
Все захлопали в ладоши — (Хлопают в ладоши.)
Дружно, веселее! (Стучат ножками.)
Застучали наши ножки
Громче и быстрее.
По коленочкам ударим — (Хлопают по коленкам.)
Тише, тише, тише.
Ручки, ручки поднимаем — (Медленно поднимают руки.)
Выше, выше, выше!
Завертелись наши ручки, (Поворачивают кисти рук то вправо, то влево.)
Снова опустились. (Опускают руки.)
Покружились, покружились
И остановились. (Останавливаются.)

Светофор

Для игры нужны бумажные кружки (диаметр 10 см) — красный, зеленый и желтый, — прикрепленные к палочкам.
Дети стоят в шеренге и выполняют упражнения согласно сигналам ведущего: на красный сигнал приседают, на желтый — встают, на зеленый — маршируют на месте.
Далее во время движения в колонне по одному в обход площадки (зала) упражнения изменяются: красный — все стоят на месте, желтый — продвигаются в присяде, зеленый — прыгают на носках.
За каждую ошибку играющим начисляются штрафные очки. Выигрывает тот, кто наберет меньше штрафных очков.

Три медведя

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.
Три медведя шли домой. (Маршируют на месте.)
Папа был большой-большой, (Поднимают руки вверх.)
Мама чуть поменьше ростом, (Вытягивают руки вперед на уровне груди.)
А сынок — малютка просто. (Ставят руки на пояс.)
Очень маленький он был,
С погремушками ходил. (Имитируют игру с погремушкой.)

Тук-тук

Воспитатель показывает движения и читает текст, дети повторяют движения за воспитателем:
— Тук-тук-тук! (Три удара кулаками друг о друга.)
— Да-да-да. (Три хлопка в ладоши.)
— Можно к вам? (Три удара кулаками друг о друга.)
— Рад всегда! (Три хлопка в ладоши.)

Ты медведя не буди!

Дети встают в круг, берутся за руки.
Педагог встает вместе с детьми в круг. Все хороводом идут по кругу, произнося стихотворение и выполняя движения:

Как на горке снег, снег,
И под горкой снег, снег. (Поворачиваются в обратную сторону, идут хороводом.)
И под елкой снег, снег,
И на елке снег, снег. (Идут все вместе к центру круга.)
А под елкой спит медведь.
«Тише, тише! Не буди,
Сядь на место, не шуми!»! (Присаживаются на корточки.)

У меня, у тебя

Дети стоят в кругу или в рассыпную.
Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.
У меня, (Показывают руками на себя.)
У тебя (Разводят руки, показывая на соседей.)
Блестящие глазки, (Показывают глазки.)
У меня, у тебя — чистые ушки. (Показывают ушки.)
Мы с тобой, мы с тобой хлопаем в ладошки. (Хлопают в ладоши.)
Мы с тобой, мы с тобой прыгаем на ножке. (Прыгают на месте.)
У меня, у тебя аленькие губки, (Показывают глазки.)
У меня, у тебя розовые щечки.
Мы с тобой, мы с тобой хлопаем в ладошки.
Мы с тобой, мы с тобой прыгаем на ножке.

У меня есть все

Перед началом игры дети ложатся на ковер, руки вдоль тела, вытягиваются.
Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.
Есть у кровати спинка, (Приподнимают голову и плечи, носки ног смотрят строго вверх.)
А у чайника — носик, (Садятся, приставляют два кулачка к носу, один за другим.)
А у тумбочки — ножки, (Садятся на корточки.)
А у кастрюли — ручки. (Руки ставят на пояс или к плечам.)
А в этой большой кастрюле (Встают и показывают кастрюлю, сомкнув руки перед грудью в круг.)
Есть очень вкусный компот. («Заглядывают» в кастрюлю.)
А у меня —
И ножки, (Показывают ножки.)
И ручки, (Показывают ручки.)
И носик, (Показывают носик.)
И спинка, (Показывают спинку.)
И вот еще что —
Очень голодный живот! (Показывают живот.)

Снежок

Дети стоят в кругу или в рассыпную.
Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.
Раз, два, три, четыре.
Мы с тобой снежок лепили. (Имитируют лепку снежка.)
Круглый, крепкий, очень гладкий, (Рисуют в воздухе круг.)

Но совсем-совсем не сладкий. (Грозят указательным пальцем.)

Раз — подбросим, (Поднимают руки.)

Два — поймает, (Опускают руки.)

Три — уроним, (Наклоняются, дотрагиваются до пола.)

И ломаем. (Подпрыгивают.)

Дерево, кустик, травка

Дети образуют круг и двигаются по кругу.

Воспитатель объясняет правила игры: на слово «дерево» дети поднимают руки вверх, на слово «кустик» — разводят в стороны, на слово «травка» опускают руки вниз, касаясь пола.

Взрослый вразнобой произносит слова, дети выполняют соответствующие движения.

Тот, кто ошибается, выходит из игры.

Капуста — редиска

Воспитатель объясняет правила игры: на слово «капуста» нужно поднять руки вверх, а на слово «редиска» — хлопнуть в ладоши.

Затем взрослый в произвольном порядке произносит эти слова, дети выполняют движения.

Усложнить игру можно ускорением или добавлением еще одного слова (например, на слово «морковка» — прыжок на месте).