Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 29 «Журавушка»

КАРТОТЕКА ПОДВИЖНЫХ ИГР И ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА



Составитель:
инструктор по
физической культуре
Финько Мария
Анатольевна

СУРГУТ 2026

СОДЕРЖАНИЕ

1. Сюжетные игры	**5**
№ 1. Подвижная игра «Воробушки и автомобиль».	5
№ 2. Подвижная игра «Поезд».	5
№ 3. Подвижная игра «Самолеты».	6
№ 4. Подвижная игра «Пузырь».	6
№ 5. Подвижная игра «Солнышко и дождик».	7
№ 6. Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч».	7
№ 7. Подвижная игра «Зайка беленький сидит».	7
№ 8. Подвижная игра «Птички летают».	8
№ 9. Подвижная игра «Птички в гнездах».	9
№ 10. Подвижная игра «Лошадки».	9
№ 11. Подвижная игра «Мыши и кот».	9
№ 12. Подвижная игра «Лохматый пес».	10
№ 13. Подвижная игра «Конники».	10
№ 14. Подвижная игра «Поезд-2»(усложненный вариант).	11
№ 15. Подвижная игра «Трамвай».	11
№ 16. Подвижная игра «Воробушки и кот».	11
№ 17. Подвижная игра «Кролики».	12
№ 18. Подвижная игра «Наседка и цыплята»	12
№ 19. Подвижная игра «Такси».	13
№ 20. Подвижная игра «Зайцы и волк».	13
2. Бессюжетные игры	**14**
№ 21. Подвижная игра «Догони меня».	14
№ 22. Подвижная игра «Найди свой цвет».	14
№ 23. Подвижная игра «Береги предмет»	14
№ 24. Подвижная игра «Не опоздай».	15
№ 25. Подвижная игра «Найди свой домик».	15
№ 26. Подвижная игра «Где звенит колокольчик?».	15
№ 27. Подвижная игра «Найди флажок».	16
3. Упражнения с ходьбой и бегом	**17**
№ 28. «Принеси игрушку»	17
№ 29. «К куклам в гости».	17
№ 30. «Догони мяч ».	17
№ 31. «По тропинке».	18

№ 32. «По длинной извилистой дорожке».	18
№ 33. «Через ручеек (по мостику)».	18
№ 34. «Кто тише».	18
№ 35. «Перешагни через палку».	19
№ 36. «По камушкам через ручеек».	19
№ 37. «На прогулку».	19
№ 38. «Принеси флажок».	19
№ 39. «На праздник».	20
№ 40. «С кочки на кочку».	20
№ 41. «По коридорчику».	20
№ 42. «Пройди и не сбей».	20
№ 43. «По трудной дорожке».	20
№ 44. «По снежному мостику».	21
№ 45. «Разбегись и прокатись».	21
4. Упражнения с ползанием и лазанием	**22**
№ 46. «Доползи до погремушки».	22
№ 47. «В воротики».	22
№ 48. «Перелезь через бревно».	22
№ 49. «Проползи по коридорчику».	23
№ 50. «Будь осторожен».	23
№ 51. «Обезьянки».	23
№ 52. «Проползи не задень».	23
№ 53. «Пройди мишкой, проползи мышкой».	24
№ 54. «Проползи через бревно».	24
№ 55. «Влезь на горочку».	24
5. Упражнения с бросанием и ловлей	**25**
№ 56. «Мяч в кругу».	25
№ 57. «Прокати мяч».	25
№ 58. «Бери мяч».	25
№ 59. «Прокати обруч».	25
№ 60. «Попади в воротца».	26
№ 61. «Скати с горочки».	26
№ 62. «Цельсяя вернее»	26
№ 63. «Кто дальше бросит».	26
№ 64. «Попади в круг».	27
№ 65. «Подбрось повыше».	27

№ 66. «Поймай мяч».	27
№ 67. «Брось через веревочку».	27
№ 68. «Сбей кеглю».	28
6. Упражнения с подпрыгиванием и прыжками	**29**
№ 69. «Подпрыгни до ладони»	29
№ 70. «Прыгни через шнур»	29
№ 71. «Через ручеек».	29
№ 72. «С кочки на кочку» (2 вариант).	29
№ 73. «Дотронься до мяча».	30
№ 74. «Поймай комара»	30
№ 75. «Повернись вокруг себя».	30
№ 76. «Допрыгни до флажка».	31
№ 77. «Спрыгни в кружок».	31
№ 78. «Через веревочку».	31
№ 79. « По дорожке на одной ножке».	32
7. Игры-забавы	**33**
№ 80. «Прятки».	33
№ 81. «Жмурки».	33
№ 82. «Жмурки с колокольчиком».	33
№ 83. «Дай кролику морковку».	33
№ 84. «Мыльные пузыри».	34
№ 85. «Напои лошадку».	34
№ 86. «Ударь по мячу».	34

1. СЮЖЕТНЫЕ ИГРЫ

№ 1 Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»

Цель. Приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить свое место.

Описание. Дети садятся на стульчики или скамеечки на одной стороне площадки или комнаты. Это воробушки в гнездышках. На противоположной стороне становится воспитатель. Он изображает автомобиль. После слов воспитателя «Полетели, воробушки, на дорожку» дети поднимаются со стульев, бегают по площадке, размахивая руками-крылышками.

По сигналу воспитателя «Автомобиль едет, летите, воробушки, в свои гнездышки!» автомобиль выезжает из гаража, воробушки улетают в гнезда (садятся на стулья). Автомобиль возвращается в гараж.

Указания к проведению. Сначала в игре принимает участие небольшая группа (10-12) детей, со временем играющих может быть больше. Необходимо предварительно показать детям, как летают воробушки, как они клюют зернышки, проделать эти движения вместе с детьми, затем можно ввести в игру роль автомобиля. Первоначально эту роль берет на себя воспитатель, и только после многократных повторений игры ее можно поручить наиболее активному ребенку. Автомобиль должен двигаться не слишком быстро, чтобы дать возможность всем детям найти свое место.

№ 2 Подвижная игра «Поезд»

Цель. Учить детей ходить и бегать друг за другом небольшими группками, сначала держась друг за друга, затем не держась; приучать их начинать движение и останавливаться по сигналу воспитателя.

Описание. Воспитатель предлагает нескольким детям стать друг за другом, сам становится впереди них и говорит: «Вы будете вагончиками, а я — паровозом». Паровоз дает гудок — и поезд начинает двигаться сначала медленно, а затем быстрее. Движение сопровождается звуками, которые произносят играющие. Время от времени паровоз замедляет ход и останавливается, воспитатель говорит при этом: «Вот и остановка». Затем паровоз вновь дает гудок — и поезд движется дальше.

Указания к проведению. Сначала к игре привлекается небольшая группа детей. При повторении может быть большее число участвующих (12-15). Первое время каждый ребенок держится за одежду впереди стоящего, затем дети свободно идут друг за другом, двигают руками, подражая движению колес паровоза, и произносят в такт: «Чу-чу-чу».

Роль паровоза вначале выполняет воспитатель или ребенок старшей группы. Лишь после многократных повторений роль ведущего поручается наиболее активному ребенку. Паровоз должен двигаться медленно, чтобы вагончики-дети не отставали.

Играющие строятся друг за другом произвольно. При многократном повторении игры можно предложить малышам выйти на остановке погулять,

нарвать цветы, собрать ягоды, поиграть, попрыгать. Услышав гудок, дети должны быстро построиться в колонну за паровозом.

№ 3 Подвижная игра «Самолеты» (упрощенный вариант)

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

Описание. Воспитатель называет имена 3-4 детей и предлагает им приготовиться к полету, показав предварительно, как заводить мотор и как летать.

Названные дети выходят и становятся произвольно на одной стороне площадки или комнаты. Воспитатель говорит: «К полету 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 самолета) и летят — разбегаются в разные стороны. По сигналу воспитателя «На посадку!» они направляются к своим стульчикам и садятся на них. Затем играет другая группа детей.

Указания к проведению. Воспитатель должен показать детям все игровые движения. При проведении игры в первый раз он выполняет движения вместе с детьми.

При повторном проведении игры можно вызывать большее число детей, а после многократных повторений можно предложить всем детям полетать на самолетах.

№ 4 Подвижная игра «Пузырь»

Цель. Научить детей становиться в круг, делать его то шире, то уже, приучать их согласовывать свои движения с произносимыми словами.

Описание. Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют небольшой кружок, 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.

Указания к проведению. Сначала в игре принимает участие небольшое число детей (6-8). При повторении могут играть одновременно 12-15 человек. Произносить текст воспитатель должен медленно, четко, ясно, привлекая к этому играющих.

Перед проведением игры можно показать малышам настоящие мыльные пузыри.

№ 5 Подвижная игра «Солнышко и дождик»

Цель. Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, приучать их действовать по сигналу воспитателя.

Описание. Дети сидят на стульчиках или скамейках. Воспитатель говорит: «Солнышко! Идите гулять!» Дети ходят и бегают по всей площадке. После слов «Дождик! Скорей домой!» они бегут на свои места. Когда воспитатель снова произносит: «Солнышко! Можно идти гулять», игра повторяется.

Указания к проведению. В игре участвует сначала небольшое число детей, затем может быть привлечено 10-12 человек. Вместо домиков-стульев можно использовать большой пестрый зонтик, под который дети прячутся по сигналу «Дождик!». Во время прогулки можно предложить детям собирать цветы, ягоды, попрыгать, походить парами.

При повторении игру можно усложнить, разместив домики (по 3-4 стула) в разных местах комнаты. Дети должны запомнить свой домик и по сигналу бежать в него.

№ 6 Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч»

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

Описание. Дети сидят на стульях в одной стороне комнаты или площадки. Воспитатель становится перед ними на некотором расстоянии и выполняет упражнения с мячом; он показывает детям, как легко и высоко прыгает мяч, если отбивать его рукой, и при этом приговаривает:

Мой веселый, звонкий мяч,
Ты, куда помчался вскачь?
Красный, желтый, голубой,
Не угнаться за тобой! *С. Маршак*

Затем воспитатель вызывает 2-3 детей, предлагает им попрыгать одновременно с мячом и повторяет упражнение, сопровождая его словами. Закончив, он произносит: «Сейчас догоню!» Малыши перестают прыгать и убегают от воспитателя, который делает вид, что ловит их.

Указания к проведению. При повторении игры воспитатель вызывает других детей и в большем количестве. Последний раз можно предложить быть мячиками всем детям одновременно. Воспитатель должен производить движения и произносить текст в быстром темпе, соответствующем прыжкам детей, прыжки же довольно часты.

Если дети не могут воспроизвести движения мяча, им еще раз надо показать, как прыгает мяч.

№ 7 Подвижная игра «Зайка беленький сидит»

Цель. Приучать детей слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом; учить их подпрыгивать, хлопать в ладоши, убегать, услышав последние слова текста. Доставить детям радость.

Описание. Дети сидят на стульчиках или скамейках по одной стороне комнаты или площадки. Воспитатель говорит, что все они зайки, и

предлагает им выбежать на полянку. Дети выходят на середину комнаты, становятся около воспитателя и приседают на корточки.
Воспитатель произносит текст:
Зайка беленький сидит и ушами шевелит.
Вот так, вот так он ушами шевелит.
(Дети шевелят кистями рук, подняв их к голове)
Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть.
Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп, надо лапочки погреть.
(Со слова «хлоп» и до конца фразы дети хлопают в ладоши)
Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать,
Скок-скок, скок-скок, надо зайке поскакать.
(Со слов «скок-скок» и до конца фразы дети подпрыгивают на обеих ногах на месте)
Кто-то (или мишка) зайку испугал, зайка прыг… и ускакал.
(Воспитатель показывает игрушку мишку — и дети убегают на свои места).
Указания к проведению. Игру можно проводить с любым количеством детей. Обязательно до начала игры надо подготовить места, куда будут убегать зайчики. Первое время можно не выделять водящего, все дети одновременно выполняют движения в соответствии с текстом. После многократного повторения игры можно выделить ребенка на роль зайки и поставить его в середине круга. Закончив чтение текста, не следует быстро бежать за детьми, надо дать им возможность найти себе место. Не нужно требовать от малышей, чтобы они сели обязательно на свое место; каждый занимает свободное место на стуле, скамейке, ковре. Но при систематическом повторении игры дети хорошо запоминают свои места и быстро находят их.

№ 8 Подвижная игра «Птички летают»

Цель. Учить детей спрыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную, действовать только по сигналу; приучать малышей помогать друг другу.
Описание. Дети становятся на небольшое возвышение — доску, кубики, бруски (высота 5-10 см) — по одной стороне комнаты или площадки. Воспитатель говорит: «На улице солнышко светит, все птички вылетают из гнездышек, ищут зернышки, крошки». Дети спрыгивают с возвышений, летают (бегают, размахивая руками), приседают, клюют зернышки (стучат пальчиками по коленям или по полу). Со словами воспитателя «Дождик пошел! Все птички спрятались в гнездышки!» дети бегут на свои места.
Указания к проведению. Перед игрой воспитатель должен приготовить невысокие скамеечки или такое количество кубиков, брусков, чтобы хватило всем желающим играть. Расположить их надо в одной стороне площадки или комнаты на достаточном расстоянии один от другого, чтобы дети не толкались и могли свободно занять места. Нужно показать малышам, 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.

№ 9 Подвижная игра «Птички в гнездышках»

Цель. Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.

Описание. Дети сидят на стульчиках, расставленных по углам комнаты. Это гнездышки. По сигналу воспитателя все птички вылетают на середину комнаты, разлетаются в разные стороны, приседают, разыскивая корм, снова летают, размахивая руками-крыльями. По сигналу воспитателя «Птички, в гнездышки!» деть возвращаются на свои места.

Указания к проведению. Воспитатель следит, чтобы дети-птички действовали по сигналу, улетали от гнездышка как можно дальше и возвращались бы только в свое гнездышко.

Для гнездышек можно использовать большие обручи, положенные на пол, а на участке это могут быть круги, начерченные на земле, в которых дети приседают на корточки.

Воспитатель приучает детей быть внимательными во время бега, уступать место бегущим навстречу, чтобы не столкнуться; учит детей выпрыгивать из гнездышек (обруча).

№ 10 Подвижная игра «Лошадки»

Цель. Приучать детей двигаться вдвоем один за другим, согласовывать движения, не подталкивать бегущего впереди, даже если он двигается не очень быстро.

Описание. Дети распределяются в пары по желанию: один — лошадка, другой — кучер, который запрягает лошадку (надевает вожжи) и едет по площадке от одной стороны ее до другой и обратно. Затем по предложению воспитателя дети меняются ролями и игра повторяется.

Указания к проведению. Первое время воспитатель помогает детям надеть вожжи и непосредственно участвует в игре в роли кучера. Целесообразно на первых порах помочь подобрать в пару детей примерно одинаковых по уровню двигательной подготовленности. Вместо вожжей могут быть использованы цветные шнуры или скакалки. По мере того как дети научатся запрягать лошадку и ездить по площадке, можно разрешить играть сразу нескольким парам и не только на площадке, но и на прилегающей дорожке.

№ 11 Подвижная игра «Мыши и кот»

Цель. Приучать детей бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга; ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя.

Описание. Дети сидят на скамейках или стульчиках. Это мыши в норках. В противоположной стороне комнаты или площадки сидит кот, роль которого исполняет воспитатель. Кот засыпает (закрывает глаза), а мыши разбегаются по всей комнате. Но вот кот просыпается, потягивается, мяукает и начинает ловить мышей. Мыши быстро убегают и прячутся в норках (занимают свои места). Пойманных мышек кот уводит к себе. Когда остальные мыши

спрячутся в норки, кот еще раз проходит по комнате, затем возвращается на свое место и засыпает.

Указания к проведению. Мыши могут выбегать из норок только тогда, когда кот закроет глаза и заснет, а возвращаться в норки — когда кот проснется и замяукает. Воспитатель следит, чтобы все мыши выбегали и разбегались как можно дальше от норок. Норками, кроме стульев, могут служить дуги для подлезания, и тогда дети — мышки — выползают из своих норок. Когда мышки возвращаются обратно, они могут просто забежать за свой стульчик или дугу и спрятаться, присев за ними.

№ 12 Подвижная игра «Лохматый пес»

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

Описание. Дети сидят или стоят на одной стороне зала или площадки. Один ребенок, находящийся на противоположной стороне, на ковре, изображает пса. Дети гурьбой тихонько подходят к нему, а воспитатель в это время произносит:

Вот лежит лохматый пес, в лапы свой, уткнувши нос,
Тихо, смирно он лежит, не то дремлет, не то спит.
Подойдем к нему, разбудим и посмотрим: «Что-то будет?»

Дети приближаются к псу. Как только воспитатель заканчивает чтение стихотворения, пес вскакивает и громко лает. Дети разбегаются, пес гонится за ними и старается поймать кого-нибудь и увести к себе. Когда все дети спрячутся, пес возвращается на место и опять ложится на коврик.

Указания к проведению. Место, где находится пес, и место, куда убегают дети, должны располагаться подальше одно от другого, чтобы было пространство для бега. Воспитатель следит за тем, чтобы дети не трогали пса при приближении к нему и не толкали друг друга, убегая от него.

№ 13 Подвижная игра «Конники»

Цель. Приучать детей бегать, не наталкиваясь друг на друга, ускорять или замедлять движения, ориентироваться в пространстве.

Описание. Группа детей (5-6 чел.) становится у одного края площадки. Воспитатель дает каждому палку длиной 50-60 см. Дети садятся на палку верхом и скачут на противоположную сторону площадки, изображая конников, стараясь не наталкиваться друг на друга и не задевать предметы, оборудование, находящееся на площадке.

Указание к проведению. Во время игры воспитатель может предложить конникам ехать быстро и медленно, а также в разных направлениях. Когда дети научатся быстро бегать, можно устроить соревнования. Дается задание, кто скорее проскачет на лошадке до определенного места на площадке или дорожке.

№ 14 Подвижная игра «Поезд» (усложненный вариант)

Цель. Учить детей ходить и бегать в колонне по одному, ускорять и замедлять движение, делать остановки по сигналу; приучать детей находить свое место в колонне, не толкать товарищей, быть внимательными.

Описание. Дети становятся в колонну по одному (не держась друг за друга). Первый — паровоз, остальные — вагоны. Воспитатель дает гудок — и поезд начинает двигаться вперед сначала медленно, потом быстрее, быстрее, наконец дети переходят на бег. После слов воспитателя «Поезд подъезжает к станции» дети постепенно замедляют движение — поезд останавливается. Воспитатель предлагает всем выйти погулять, собрать цветы, ягоды на воображаемой поляне. По сигналу дети снова собираются в колонну — и поезд начинает двигаться.

Указания к проведению. Первое время дети строятся в колонну в любом порядке, а к концу года уже запоминают свое место в колонне — находят свой вагон. Поезд может двигаться, то ускоряя, то замедляя движение, делать остановки по сигналу. Сигналом, кроме слов воспитателя, может служить красный флажок, который он поднимает.

При повторении игры целесообразно внести изменения в ее сюжет. Например, можно предложить детям на остановках поиграть в мяч, ловить бабочек (подпрыгивать, делая хлопки над собой), собирать шишки, желуди и т. п.

№ 15 Подвижная игра «Трамвай»

Цель. Учить детей двигаться парами, согласовывая свои движения с движениями других играющих; учить их распознавать цвета и в соответствии с ними менять движение.

Описание. 3-4 пары детей становятся в колонну, держа друг друга за руку. Свободными руками они держатся за шнур, концы которого связаны, т. е. одни дети держатся за шнур правой рукой, другие — левой. Это трамвай. Воспитатель стоит в одном из углов комнаты, держа в руках три флажка: желтый, зеленый, красный. Он объясняет детям, что трамвай двигается на зеленый сигнал, на желтый замедляет ход, а на красный — останавливается. Воспитатель поднимает зеленый флажок — и трамвай едет: дети бегут по краям зала (площадки). Если воспитатель поднимает желтый или красный флажок, трамвай замедляет ход и останавливается.

Указания к проведению. Если детей в группе много, можно составить два трамвая. Сюжет игры может быть более развернутым: во время остановок одни пассажиры выходят из трамвая, другие входят, приподнимая при этом шнур. Воспитатель знакомит детей с правилами уличного движения. Он следит за тем, чтобы все играющие были внимательными, не пропускали остановок, следили за сменой флажков и меняли движение.

№ 16 Подвижная игра «Воробушки и кот»

Цель. Учить детей мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убегать, находить свое

место; приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

Описание. Дети становятся на невысокие скамеечки или кубики (высотой 10-12 см), положенные на пол в одной стороне площадки или комнаты. Это воробушки на крыше. В другой стороне, подальше от детей, сидит кот, он спит. «Воробушки вылетают на дорогу», — говорит воспитатель, и дети спрыгивают со скамеек, кубиков, разлетаются в разные стороны. Просыпается кот, он потягивается, произносит «мяу-мяу» и бежит ловить воробушков, которые прячутся на крыше. Пойманных воробушков кот отводит к себе в дом.

Указания к проведению. Скамеечки и кубики следует раскладывать подальше один от другого, чтобы детям было удобно стоять и спрыгивать, не мешая друг другу. Воспитатель следит, чтобы дети, спрыгивая, приземлялись мягко, показывает, как это надо делать. Первое время, когда в роли кота выступает воспитатель, кот не ловит воробушков, а только пугает, делая вид, что ловит их. Когда же на роль кота будет выбран ребенок, он может ловить детей.

№ 17 Подвижная игра «Кролики»

Цель. Учить детей прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед, пролезать под ножками стульев, развивать ловкость, уверенность.

Описание. В одной стороне комнаты полукругом расставлены стулья, сиденьями внутрь полукруга. Это клетки кроликов. На противоположной стороне — дом сторожа. Посередине находится лужайка, на которую кроликов выпускают гулять. Дети (по 2-3) становятся сзади стульев, по указанию воспитателя они присаживаются на корточки — кролики сидят в клетках. Воспитатель-сторож подходит к клеткам и выпускает кроликов на лужок: дети один за другим проползают под стулом, а затем прыгают, продвигаясь вперед по всей лужайке. По сигналу воспитателя «Бегите в клетки!» кролики возвращаются на свои места, снова проползая под стульями.

Указания к проведению. Воспитатель должен следить за тем, чтобы дети, проползая под стульями, старались не задевать за них спинами. Вместо стульев можно использовать дуги для подлезания или положенные на сиденья стульев палки, рейки.

№ 18 Подвижная игра «Наседка и цыплята»

Цель. Учить детей подлезать под веревку, не задевая ее, увертываться от ловящего, быть осторожным и внимательным; приучать их действовать по сигналу, не толкать других детей, помогать им.

Описание. Дети, изображающие цыплят, вместе с наседкой находятся за натянутой между стульями на высоте 35-40 см веревкой. Это их дом. На противоположной стороне площадки или комнаты сидит большая птица. Наседка выходит из дома и отправляется на поиски корма, она зовет цыплят: «Ко-ко-ко-ко». По ее зову цыплята подлезают под веревку, бегут к наседке и

вместе с ней гуляют, ищут корм. По сигналу «Большая птица!» цыплята быстро убегают.

Указания к проведению. Роль наседки в первое время выполняет воспитатель, а затем на эту роль можно выделять детей, сначала по их желанию, а потом по назначению воспитателя.

Когда цыплята возвращаются в дом, убегая от большой птицы, воспитатель может приподнять веревку повыше, чтобы дети не задевали за нее.

№ 19 Подвижная игра «Такси»

Цель. Приучать детей двигаться вдвоем, соразмерять движения друг с другом, менять направление движений, быть внимательным к партнерам по игре.

Описание. Дети становятся внутрь большого обруча (диаметром 1 м), держат его в опущенных руках: один — у одной стороны обода, другой — у противоположной, друг за другом. Первый ребенок — водитель такси, второй — пассажир. Дети бегают по площадке или по дорожке. Через некоторое время меняются ролями.

Указания к проведению. Одновременно могут играть 2-3 пары детей, а если позволяет площадь — то больше. Когда дети научатся бегать в одном направлении, воспитатель может дать задание двигаться в разных направлениях, делать остановки. Можно место остановки обозначить флажком или знаком стоянки такси. На остановке пассажиры меняются, один выходит из такси, другой садится.

№ 20 Подвижная игра «Зайцы и волк»

Цель. Приучать детей внимательно слушать воспитателя, выполнять прыжки и другие действия в соответствии с текстом. Учить ориентироваться в пространстве, находить свое место (куст, дерево).

Описание. Дети-зайцы прячутся за кустами и деревьями. В стороне за кустом находится волк. Зайцы выбегают на полянку, прыгают, щиплют травку, резвятся. По сигналу воспитателя: «Волк идет!» — зайцы убегают и прячутся за кусты, под деревьями. Волк пытается догнать их.

В игре можно использовать небольшой текст:

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.

Указания к проведению. Ребенок, исполняющий роль волка, должен быть подальше от кустов, где прячутся дети. Первое время роль волка выполняет воспитатель, при этом он не спешит поймать зайцев, давая возможность детям убежать и спрятаться. Затем можно предложить выполнять роль волка детям по желанию.

2. БЕССЮЖЕТНЫЕ ИГРЫ

Цель игр, приведенных ниже: учить детей действовать по сигналу быстро, приучать их ориентироваться в пространстве, развивать ловкость.

№ 21 Подвижная игра «Догоните меня»

Описание. Дети сидят на стульях или на скамейках по одной стороне площадки или комнаты. Воспитатель предлагает им догнать его и бежит в противоположную сторону. Дети бегут за воспитателем, стараясь поймать его. Когда они подбегают к нему, воспитатель останавливается и говорит: «Убегайте, убегайте, догоню!» Дети бегом возвращаются на свои места.

Указания к проведению. Вначале игру целесообразно проводить с небольшой группой детей (4-6), затем количество играющих увеличивается до 10-12 человек. Воспитатель не должен слишком быстро убегать от детей: им интересно его поймать. Не следует и слишком быстро бежать за детьми, так как они могут натолкнуться на стулья. Сначала бег проводится только в одном направлении. Когда малыши подбегут к воспитателю, их надо приласкать, похвалить, что они умеют быстро бегать. При повторении игры воспитатель может менять направления, убегая от детей. Упрощенным вариантом этой игры является игра «Бегите ко мне», тогда дети бегают только в одном направлении, до воспитателя, и возвращаются обратно на свои места.

№ 22 Подвижная игра «Найди свой цвет»

Описание. Воспитатель раздает детям флажки трех-четырех цветов: красные, синие, желтые, зеленые. Дети с флажками одного цвета стоят в разных местах комнаты, возле флагов определенных цветов. После слов воспитателя «Идите гулять» дети расходятся по площадке или по комнате в разные стороны. Когда воспитатель скажет: «Найди свой цвет», дети собираются у флага соответствующего цвета.

Указания к проведению. Вместо флажков каждому ребенку можно дать квадратики, кружочки разного цвета, по которым они будут находить свой флаг. Воспитатель следит, чтобы дети отходили подальше от своих флагов, расходились бы по всей площадке, залу»

№ 23 Подвижная игра «Береги предмет»

Описание. Дети становятся в круг. У ног каждого ребенка лежит кубик (или погремушка). Воспитатель находится в кругу, он старается взять предмет то у одного, то у другого ребенка. Играющий, к которому приближается воспитатель, приседает, закрывает кубик руками и не дает до него дотронуться. Как только воспитатель отходит, малыш встает, оставляя кубик на прежнем месте.

Указания к проведению. Вначале воспитатель не берет у детей кубики, а только делает вид, что сейчас возьмет. Затем при повторении игры он может взять кубик у ребенка, не успевшего его закрыть. Этот ребенок временно не участвует в игре. Когда водящему удается взять кубики у двух-трех играющих, он возвращает их им и говорит, чтобы они побыстрее закрывали кубик и не отдавали его.

Во второй младшей группе можно выбрать на роль водящего кого-нибудь из детей. Воспитатель в этом случае подсказывает, как играть, и сам вместе с детьми становится в круг.

№ 24 Подвижная игра «Не опоздай»

Описание. Воспитатель раскладывает на полу по кругу кубики (или небольшие колечки, или погремушки). Дети становятся у кубиков. По сигналу воспитателя они разбегаются по всей комнате, по сигналу «Не опоздай!» бегут к кубикам.

Указания к проведению. Первоначально дети могут подбегать к любому свободному кубику, постепенно они привыкают занимать свое место. При повторении игры можно предложить малышам бегать как лошадки, высоко поднимая колени, или как мышки, тихо, на носочках. После сигнала «Не опоздай!» воспитатель бежит вместе с детьми, делая вид, что хочет взять кубик. Если дети быстро займут свои места, воспитатель должен похвалить их.

Во время игры воспитатель следит, чтобы дети дальше убегали от кубиков, не наталкивались друг на друга, помогали друг другу найти свой кубик, когда прозвучит сигнал.

Цель игр, приведенных ниже: учить детей ориентироваться по звуку, определять на слух, откуда раздался звук, двигаться по направлению звука; приучать действовать по сигналу, двигаться, не наталкиваясь друг на друга; учить детей находить определенный предмет.

№ 25 Подвижная игра «Найди свой домик»

Описание. С помощью воспитателя дети делятся на группы, каждая группа становится у определенного дерева. Это их домики. По сигналу воспитателя дети разбегаются по полянке в разные стороны. Затем по сигналу: «Найди свой домик!» — дети должны собраться группами к деревьям, у которых они стояли перед началом игры.

Указания к проведению. Игра может проводиться у деревьев, хорошо знакомых детям. Прежде чем начать игру, воспитатель обращает внимание детей на то, у какого дерева они стоят, просит назвать его. Игру можно назвать «Найди свое дерево».

№ 26 Подвижная игра «Где звенит колокольчик?»

Описание. Дети сидят или стоят по одной стороне комнаты. Воспитатель просит их отвернуться к стене и не поворачиваться. В это время няня с колокольчиком прячется от них, например за шкаф. Воспитатель предлагает детям послушать, где звенит колокольчик, и найти его. Дети поворачиваются и идут на звук, находят его, затем собираются около воспитателя. Тем временем няня переходит в другое место — и игра повторяется.

Указания к проведению. Дети не должны смотреть, куда прячется няня. Для этого воспитатель собирает их вокруг себя и отвлекает их внимание. Звонить в колокольчик надо сначала тихо, потом громче.

При многократном повторении игры, в конце года, можно поручить ребенку прятаться и звонить в колокольчик.

№ 27 Подвижная игра «Найди флажок»

Описание. Дети сидят на стульях в одной стороне комнаты, зала или площадки. Воспитатель просит их закрыть глаза, а сам в это время раскладывает флажки в разных местах комнаты. Затем он говорит: «Ищите флажки». Дети открывают глаза, ходят по комнате, ищут. Нашедшие флажок подходят к воспитателю. Когда все дети найдут по флажку, воспитатель предлагает пройти с ними по комнате, потом снова собирает флажки и раскладывает их. Игра повторяется.

Указания к проведению. Вместо флажков могут быть и другие мелкие предметы: кубики, султанчики, погремушки. Предметов должно быть столько, сколько детей. Лучше, если флажки или кубики будут одного цвета, в противном случае ребенок выбирает тот, который ему больше нравится, вызывая недовольство у других детей. Раскладывать флажки или предметы надо так, чтобы малыши не очень долго их искали и легко могли достать.

3. УПРАЖНЕНИЯ С ХОДЬБОЙ И БЕГОМ

Цель. Учить детей ходить и бегать небольшими группами, а затем и всей группой в определенном направлении, друг за другом, врассыпную, по ограниченной площади; развивать у них чувство равновесия, ловкость, координацию движений.

№ 28 «Принеси игрушку»

Воспитатель просит кого-нибудь из детей принести игрушку, положенную заранее на стул в противоположном конце комнаты. Когда ребенок принесет игрушку, воспитатель благодарит его, предлагает рассмотреть и назвать игрушку, а затем просит отнести ее на место. Следующему ребенку предлагается принести другую игрушку.

Указания к проведению. Упражнение можно организовать и для группы детей. В этом случае воспитатель раскладывает на противоположной стороне комнаты различные игрушки (колечки, кубики, флажки) по числу участвующих в игре детей и просит одновременно всех играющих пойти и принести по одной игрушке, а затем отнести их на место. Предметы нужно положить на видных местах, не слишком близко один от другого, чтобы малыши, приближаясь к ним, не сталкивались. Можно усложнить задание, предложив каждому играющему принести определенную игрушку.

Педагог должен следить за выполнением своего требования.

Дети могут идти или бежать за игрушкой только по указанию воспитателя.

№ 29 «К куклам в гости»

Дети сидят на стульях, расставленных вдоль одной из стен комнаты. Воспитатель говорит им, что сейчас они пойдут в гости к куклам. Дети встают со стульев и вместе с воспитателем медленно идут в кукольный уголок. Они здороваются с куклами, разговаривают с ними, а когда воспитатель скажет: «Уже поздно, пора домой», поворачиваются и уходят, каждый садится на свой стул.

Указания к проведению. Несколько кукол перед началом игры можно расположить в другом месте комнаты. При повторении игры дети навещают и этих кукол. По разрешению воспитателя они могут взять их, погулять с ними, поплясать, затем посадить на место и вернуться на свои стулья.

№ 30 «Догони мяч»

Дети играют в комнате или на площадке. Воспитатель подзывает к себе нескольких и предлагает им побегать за мячом, поиграть с ним. Он раскатывает мячи в разных направлениях, а каждый ребенок бежит за мячом, ловит его и приносит воспитателю, который снова бросает мячи, но уже в другом направлении.

Указания к проведению. Играть могут одновременно от 1 до 6-8 детей. Вместо мячей можно использовать разноцветные пластмассовые шары, резиновые кольца, небольшие обручи.

Воспитатель, дав задание нескольким детям бежать за мячами, раскатывает все мячи сразу. Малыши способны с увлечением бегать за катящимися мячами много раз подряд, поэтому педагог должен привлекать к выполнению

упражнения группы детей поочередно. Количество одновременно играющих детей увеличивается постепенно.

№ 31 «По тропинке»

На полу или на земле (асфальте) на расстоянии 25 — 30 см друг от друга проводят две параллельные линии (или кладут две веревки, шнура) длиной 2,5-3 м. Воспитатель говорит детям, что это тропинка, по которой они пойдут гулять. Дети медленно идут друг за другом по тропинке туда и обратно.

Указания к проведению. Дети должны идти осторожно, стараться не наступать на линии, не мешать друг другу, не наталкиваться на идущего впереди. Ширину и длину тропинки воспитатель может увеличить или уменьшить в зависимости от возможностей детей.

№ 32 «По длинной извилистой дорожке»

Воспитатель раскладывает на полу зигзагообразно шнур длиной 5-6 м — это дорожка, по которой нужно пройти до конца.

Указания к проведению. Детям будет интереснее выполнять упражнение, если на другом конце дорожки положить какой-либо интересный для них предмет: мишку, куколку, погремушку, птичку и т. п. От того, что находится в конце дорожки, будет зависеть и задание: пойти погладить мишку, покормить птичку, погреметь погремушкой.

Воспитатель следит, чтобы, идя, дети старались наступать на шнур, веревку. Если кто-либо из малышей испытывает затруднения, воспитатель должен помочь ему, поддержать за руку, подбодрить. Дети должны идти спокойно, не спеша.

№ 33 «Через ручеек» (По мостику)

Воспитатель чертит на земле две линии (в помещении можно использовать шнур) — это река. Затем кладет через нее доску (длиной 2-3 м, шириной 25-30 см) — это мостик. Дети должны по мостику перейти на другой берег реки.

Указания к проведению. Воспитатель говорит детям, чтобы они шли по мостику осторожно, не оступились и не намочили ног. Когда всё дети переберутся на другой берег, можно предложить им погулять там, собрать цветы — разбросанные по полу разноцветные лоскутки. По сигналу воспитателя малыши должны возвратиться по мостику обратно.

При повторении упражнение можно усложнить, приподняв доску на небольшую высоту или составив мостик из 2-3 ящиков высотой 10 см. Можно предложить детям пробежать по мостику.

№ 34 «Кто тише?»

Дети идут гурьбой вместе с воспитателем с одного конца комнаты (площадки) на другой. Воспитатель предлагает им пройти тихо-тихо, на носочках, так, чтобы их не было слышно. Малыши продолжают идти на носочках, стараясь пройти как можно тише.

Осторожно идем по мостику, чтобы не оступиться и не намочить ног.

Указания к проведению. Ходьба на носочках полезна, так как укрепляет свод стопы ребенка. Однако это упражнение довольно трудно. Многие дети, выполняя его, втягивают голову в плечи — им кажется, что в этом случае они

идут тише. Воспитатель должен следить за правильной осанкой малышей и за тем, чтобы они не утомились.

№ 35 «Перешагни через палку»

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

Указания к проведению. Это упражнение дети выполняют по очереди. Если после нескольких повторений малыши будут быстро и уверенно выполнять упражнение, его можно усложнить — увеличить количество палок до 5. Можно использовать для перешагивания обручи, плоские, бруски.

№ 36 «По камушкам через ручеек»

Положить на пол деревянный ящик (шириной 40 см, длиной 60 см, высотой 10-15 см). Это камушек, по которому надо перейти ручеек, чтобы не намочить ног. Воспитатель предлагает ребенку дойти до ящика, встать на него, потом сойти, но уже с другой стороны, и вернуться обратно.

Указания к проведению. При повторении упражнения можно положить на пол 2-3 ящика на расстоянии 1 м один от другого. Ребенок должен подняться на каждый ящик и спуститься с него спокойно, не спрыгивать. Упражнение выполняется детьми поочередно.

№ 37 «На прогулку»

Воспитатель предлагает детям стать парами, кто с кем хочет, и пойти гулять по площадке, комнате. Дети, держась за руки, ходят парами, в разные стороны. По сигналу воспитателя они возвращаются в определенное место.

Указания к проведению. На площадке или в комнате можно поставить два стула на небольшом расстоянии друг от друга — это ворота, через которые малыши должны проходить, отправляясь на прогулку. Ходьба парами требует от детей умения согласовывать свои движения с движениями рядом идущего. Воспитатель помогает детям стать парами, показывает, как надо идти в паре: не тянуть друг друга, не отставать.

№ 38 «Принеси флажок» (кубик)

Дети сидят или стоят на одной стороне комнаты (площадки). На противоположной стороне, на расстоянии 6-8 м от них, на стульях или на скамейке разложены флажки (кубики). Группа детей по предложению воспитателя идет к флажкам, берет их и направляется к воспитателю. Затем по его сигналу дети бегут к стульям, кладут флажки (кубики) и возвращаются обратно.

Указания к проведению. Флажки нужно раскладывать не слишком близко один от другого, чтобы малышам было удобно их брать. Воспитатель следит, чтобы дети шли в определенном направлении, организованно, не наталкиваясь друг на друга, поощряет тех, которые идут с флажком красиво, ровно.

При проведении упражнения в теплую погоду на площадке можно привлечь к его выполнению большее число детей, а также увеличить расстояние для ходьбы и бега.

№ 39 «На праздник»

Дети становятся парами, взявшись за руки. У каждого из них по флажку. Дети проходят парами, держа в руках флажки.

Указания к проведению. Воспитатель помогает малышам стать в пары, дает каждому по флажку и объясняет, как надо красиво и ровно идти парами, не тянуть друг друга, не отставать.

По сигналу воспитателя дети могут разойтись в разные стороны, а затем снова найти свою пару.

№ 40 «С кочки на кочку»

Дети стоят в одной стороне зала. Воспитатель раскладывает на полу обручи на небольшом расстоянии (20 см) один от другого. По сигналу воспитателя малыши переходят на другую сторону зала, переступая из обруча в обруч.

Указания к проведению. Вместо обручей можно использовать небольшие фанерные кружки диаметром 30-35 см. Если упражнение проводится на участке, то можно начертить на земле небольшие кружки. Когда дети научатся хорошо перешагивать, можно предложить им перебираться на другую сторону, перебегая из кружка в кружок.

№ 41 «По коридорчику»

На полу расставляются кегли (булавы) в два ряда. Расстояние между ними 35-40 см, а между кеглями одного ряда 15-20 см. Дети должны пройти или пробежать по коридорчику, не задевая за кегли.

Указания к проведению. Дети проходят по коридорчику сначала по одному, а затем и несколько человек друг за другом. Можно дать задание одному ребенку пройти по коридорчику туда и обратно.

№ 42 «Пройди и не сбей»

На полу расставляют в один ряд несколько кеглей или кладут кубики на расстоянии не менее 1 м один от другого. Дети должны пройти на другую сторону комнаты, огибая кегли (змейкой) и не задевая за них.

Указания к проведению. Воспитатель ставит сначала только 3 кегли, показывает как надо пройти, а затем предлагает проделать это упражнение детям, помогает им пройти. При повторении упражнения можно увеличить количество кеглей или кубиков и предложить детям пробежать между ними.

№ 43 «По трудной дорожке»

Воспитатель кладет на пол доску шириной 25-30 см, а за ней раскладывает кубы, бруски на расстоянии 25-30 см один от другого Педагог предлагает детям пройти по трудной дорожке, сначала по доске, стараясь не оступиться, затем перешагивая через кубики, бруски, не задевая за них.

Указания к проведению. Воспитатель помогает детям, испытывающим затруднения при выполнении задания, подбадривает их, некоторых поддерживает за руку. Необходимо следить за тем, чтобы малыши шли спокойно, не спешили.

В упражнениях «С кочки на кочку», «По коридорчику», «Пройди и не сбей», «По трудной дорожке» для повышения интереса детей к их выполнению можно использовать игрушки, флажки, погремушки, до которых детям предлагается дойти. Например, пройти по коридорчику до флажка, поднять его и помахать над головой. Или погладить мишку, кошку и т. п. Такие упражнения, как «С кочки на кочку», «По трудной дорожке» хорошо проводить на воздухе, выбрав для этого соответствующие условия.

№ 44 «По снежному мостику»

Дети друг за другом поднимаются на снежный вал (20-25 см) и проходят по нему до конца, стараясь сохранить равновесие. Дойдя до конца вала, спрыгивают с него и возвращаются назад, чтобы пройти по валу еще раз.

Указания к проведению. Воспитатель следит, чтобы дети не мешали тем, кто идет по валу, не торопили их, помогает робким и неуверенным в себе детям.

№ 45 «Разбегись и прокатись»

Сначала детям предлагается пройти по ледяной дорожке, удерживая равновесие, а затем попытаться разбежаться и немного прокатиться.

Указания к проведению. Воспитатель первое время поддерживает детей за руку, особенно робких, помогает прокатиться по ледяной дорожке.

4. УПРАЖНЕНИЯ С ПОЛЗАНИЕМ И ЛАЗАНИЕМ

Цель. Совершенствовать у детей навыки ползания, побуждать их к этому движению, учить переползать препятствие, проползать под ним, не задевая; упражнять в ползании по ограниченной площади; развивать навыки лазанья, воспитывать смелость и ловкость.

№ 46 «Доползи до погремушки»

Дети сидят на стульях, поставленных вдоль одной из стен комнаты. Перед ними на расстоянии 3-4 м на пол положен флажок или погремушка. Воспитатель вызывает кого-нибудь из детей и предлагает ему на четвереньках доползти до погремушки, взять ее, встать и погреметь (или помахать флажком над головой), затем положить погремушку на пол и вернуться на свое место.

Указания к проведению. Выполнять упражнение могут сразу несколько детей. Тогда количество игрушек должно соответствовать количеству детей. Задание погреметь погремушкой, помахать флажком вызывает у малышей стремление доползти до цели как можно быстрее. Но в этом случае часто снижается качество движений: ребенок спешит, нарушается координация движений; поэтому воспитателю не следует специально направлять внимание детей на быстроту передвижения.

Поскольку ползание происходит при согнутом положении тела, после него полезно активное выпрямление.

Упражнение с ползанием целесообразно завершить такими заданиями, которые делают выпрямление необходимым, например: помахать флажком над головой, погреметь погремушкой, положить мяч в сетку, подвешенную несколько выше роста ребенка, надеть кольцо на приподнятую воспитателем палочку.

№ 47 «В воротики»

Дети располагаются на стульях. 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. Воспитатель вызывает кого-нибудь из детей и предлагает на четвереньках доползти до дуги, подлезть под нее, подползти к мячу, затем встать, поднять мяч двумя руками и опустить его в сетку.

Указания к проведению. Воротиками могут служить: дуга, стул, стол (проползти между ножками), обруч, укрепленный между стульями, палка, положенная на спинки или сиденья стульев.

Детей следует учить подлезать и пролезать разными способами, проползти на четвереньках, пройти под препятствием, пригнувшись, но не дотронувшись руками до земли («Пройти под дугой»). При этом малыши усваивают разные понятия: проползти и пройти.

№48 «Перелезь через бревно»

Организация детей при выполнении этого упражнения аналогична предыдущим. Препятствием, которое ребенку следует преодолеть, служит бревно: через него он должен перелезть на четвереньках по пути к игрушке.

Указания к проведению. Препятствием могут служить также скамейка, продолговатый ящик, бруски крупного строительного материала. Упражнение могут, выполнять одновременно и несколько детей. Воспитатель следит за тем, чтобы дети, приблизившись к препятствию, не вставали, а переползали через него на четвереньках.

№49 «Проползи по коридорчику»

Воспитатель проводит на полу две параллельные линии длиной 3-4 м на расстоянии 40-50 см одна от другой. Дети поочередно проползают на четвереньках между линиями, стараясь не коснуться их. В конце коридора ребенок должен встать, поднять обе руки вверх, потянуться или хлопнуть в ладоши над головой, затем возвратиться на свое место.

Указания к проведению. Для упражнения можно использовать доску, положенную на пол.

№50 «Будь осторожен»

Дети сидят на стульях. Перед ними поставлена гимнастическая скамейка. Воспитатель предлагает кому-нибудь из детей подойти к концу скамейки, стать на нее на четвереньки (опираясь на колени и ладони) и проползти до конца, придерживаясь за ее края. На конце скамейки ребенок должен встать и сойти с нее.

Указания к проведению. Воспитатель помогает детям, подбадривает, поддерживает их. Упражнение можно проводить и на наклонной доске, причем ползти можно вверх и вниз.

№ 51 «Обезьянки»

Воспитатель предлагает детям — обезьянкам — по одному или по двое подойти к гимнастической стенке, стать лицом к ней и взобраться на 3-4-ю рейку, начиная с первой, — взобраться на дерево за фруктами или орехами. Остальные дети сидят или стоят и смотрят. Затем взбираются другие.

Указания к проведению. Для лазанья в первое время целесообразнее использовать стремянку, так как по наклонной лесенке малышам взбираться удобнее. Затем можно предложить лазанье по вертикальной гимнастической стенке. Когда дети научатся уверенно взбираться на лесенку и стенку и спускаться, надо усложнить задание, предложив им перебираться с пролета на пролет стенки («с дерева на дерево»).

От малышей нельзя требовать четкого разграничения способа лазанья, так как они еще с трудом различают приставной и переменный шаг. Но надо следить, чтобы во время лазанья дети не пропускали реек, становились на каждую, переносили руки с рейки на рейку все выше. Во время спуска детям не следует разрешать виснуть на одних руках без опоры на ноги.

№52 «Проползи — не задень»

Дети располагаются в одной стороне комнаты, зала. На расстоянии 3-4 м от них ставятся стулья, на сиденья которых положены гимнастические палки или длинные рейки. Двое или трое детей должны проползти под палками, стараясь не задеть их, доползти до скамейки, на которой лежат флажки, встать, взять флажки и помахать ими, затем бегом возвратиться обратно.

Указания к проведению. Воспитатель может увеличить расстояние для ползания, а также по своему усмотрению положить палки повыше или, наоборот, ниже. Следить за тем, чтобы дети, проползая, не задевали за палки, рейки, хорошо прогибали спину и не поднимались раньше, чем доползут до скамейки.

№ 53 «Пройди мишкой, проползи мышкой»

Дети располагаются у одной стены комнаты. Воспитатель ставит перед ними одну за другой две дуги разного размера. Первая дуга высотой 50 см, на расстоянии 2-3 м от нее вторая дуга высотой 30-35 см. Воспитатель вызывает одного ребенка и предлагает ему пройти над первой дугой на четвереньках, как мишка, т. е. опираясь на ступни ног и на ладони, а под второй дугой — проползти как мышка (на коленях и ладонях), затем подняться и прибежать бегом на свое место.

Указания к проведению. Для проведения этого упражнения можно также использовать рейки, положенные на кубы или сиденья (спинки) стульев. Воспитатель следит, чтобы дети проползали по-разному.

№ 54 «Проползи через обруч»

Воспитатель ставит обруч ободом на пол, придерживая его рукой сверху. Вызванный ребенок должен проползти на четвереньках через обруч, не задевая его, потом встать и похлопать в ладоши над головой.

Указания к проведению. Дети выполняют упражнение друг за другом. Воспитатель может усложнить упражнение, предложив детям пролезать через обруч, не касаясь руками пола. В этом случае ребенок, подойдя к обручу, должен присесть и, передвигаясь только на ногах, пролезть через обруч. Для хорошего выпрямления можно затем предложить детям достать до подвешенного в сетке мяча, колокольчика.

№ 55 «Влезь на горочку»

Дети сидят на стульчиках или стоят. Воспитатель устанавливает доску наклонно, укрепив один ее конец с зацепами за рейку гимнастической стенки. Вызванный воспитателем ребенок должен влезть на горочку. Ребенок подходит к концу доски, наклоняется, берется руками за ее края и лезет на четвереньках по наклонной доске до гимнастической стенки, затем малыш выпрямляется, берется за рейку и спускается вниз по лесенке.

Указания к выполнению. Доска устанавливается сначала с небольшим наклоном, затем, по мере овладения детьми движениями, воспитатель может поднять ее конец повыше, на следующую рейку. Упражнение требует от детей достаточной ловкости, смелости, поэтому воспитатель подбадривает их, помогает тем, кто затрудняется, поддерживает их. Это упражнение хорошо выполнять летом в природных условиях.

5. УПРАЖНЕНИЯ С БРОСАНИЕМ И ЛОВЛЕЙ

Цель. Учить детей прокатывать мячи, шары, обручи в нужном направлении, совершенствовать навык отталкивания мяча при катании; учить бросать мяч в определенном направлении и ловить его, развивать элементарные навыки попадания в цель, развивать глазомер, ловкость, координацию движений; приучать ориентироваться в комнате, на площадке; совершенствовать умения действовать с различными предметами: переносить их, прокатывать, бросать, ловить, укреплять мелкую мускулатуру кистей рук.

№ 56 «Мяч в кругу»

Дети садятся на пол в кружок и сначала по указанию воспитателя, а затем и по желанию перекатывают мяч от одного к другому.

Указания к проведению. Воспитатель стоит вне круга и подсказывает, кому катить мяч, объясняет, что мяч надо отталкивать двумя руками посильнее, показывает, как лучше это сделать, подает мяч детям, если он выкатился из круга.

№ 57 «Прокати мяч»

Дети садятся на пол в круг или полукруг; воспитатель, держа мяч в руках, становится в центр круга или напротив сидящих полукругом детей. Он катит мяч каждому ребенку по очереди. Дети ловят мяч, затем катят его к воспитателю.

Указания к проведению. Когда дети хорошо усвоят это упражнение, вместо воспитателя в центре круга может находиться кто-нибудь из них. Малыши, сидя на полу, могут держать ноги врозь или скрестив их перед собой.

№ 58 «Бери мяч»

Дети становятся в кружок на расстоянии вытянутых в стороны рук. Упражнение состоит в том, чтобы передавать большой мяч из рук в руки соседу. Мяч надо передавать и брать двумя руками.

Указания к проведению. Дети третьего года жизни еще недостаточно ориентируются в направлении движения, поэтому воспитатель подсказывает им: «Оля, повернись к Шурику и отдай ему мячик. А ты, Шурик, отдай мяч Вове» и т. д. Воспитатель следит, чтобы дети, поворачиваясь, стояли на месте, не переступали ногами.

№ 59 «Прокати обруч»

Ребенок стоит лицом к воспитателю на расстоянии 3-4 шагов от него и держит обруч. Он катит обруч воспитателю, а затем ловит обруч, направленный воспитателем.

Указания к проведению. Воспитатель предварительно показывает, как поставить обруч и как оттолкнуть его, чтобы он покатился. Сначала ребенок выполняет упражнение в паре с воспитателем, а затем это же упражнение могут делать двое детей. Если они справляются с заданием, воспитатель может лишь наблюдать, изредка давая указания, как еще лучше выполнить задание.

№ 60 «Попади в воротца»

Дети сидят на скамейке. По очереди они встают и подходят к обозначенному воспитателем месту, впереди которого на расстоянии 2-3 шагов стоят воротца — дуги. Ребенок наклоняется, берет один из лежащих на полу мячей и прокатывает его, стараясь попасть в воротца. Прокатив 3-4 мяча, ребенок идет и собирает их.

Указания к проведению. Мяч можно отталкивать одной и двумя руками. Одновременно могут выполнять упражнение 2-3 ребенка, для этого необходимо иметь 2-3 дуги. Когда дети освоят попадание в воротца, можно усложнить задание, например, предложить сбивать кегли и т. п.

№ 61 «Скати с горочки»

На кубик или сиденье детского стульчика одним концом нужно положить доску — получается горочка. У приподнятого конца доски (на полу или на сиденье стула) приготовить 3-4 шарика или небольших мячика. Ребенок берет их и скатывает с горочки по очереди, один за другим, затем он идет, собирает шарики и снова скатывает их.

Указания к проведению. Воспитатель может привлекать к участию в упражнении не больше 2-3 детей одновременно.

№ 62 «Цельсяя вернее»

Дети становятся в круг, каждый ребенок держит в руке маленький мяч или мешочек с песком. В центре круга стоит ящик или большая корзина (расстояние от цели до детей не более 1,5-2 м).

По сигналу воспитателя дети бросают предметы, которые находятся у них в руках, в ящик, затем подходят к нему, достают брошенные предметы, возвращаются на свои места и повторяют упражнение несколько раз.

Указания к проведению. Упражнение одновременно могут выполнять не более 8-10 детей.

Если ребенок не попал в цель, он поднимает только брошенный им предмет.

При метании в цель большинство детей бросают предмет одной рукой от плеча. Им следует показать и другой способ метания — одной рукой снизу, так как этим способом им легче попасть в цель.

Детям нравится, когда брошенный ими предмет попадает в действительную, а не в условную цель. Лучше всего, если предмет может в ней задерживаться (корзина, сетка).

Для упражнений в метании на участке во время прогулки можно использовать камешки, шишки, забрасывая их в канавки, ямки и т. п.

№ 63 «Кто дальше бросит мешочек»

Дети стоят на одной стороне зала или площадки за начерченной линией или положенной веревкой. Все получают мешочки и по сигналу воспитателя бросают их вдаль. Каждый должен заметить, куда упал его мешочек. По сигналу воспитателя дети бегут к своим мешочкам и останавливаются возле них; двумя руками они поднимают мешочки вверх над головой. Воспитатель отмечает тех, кто бросил мешочек дальше всех. После этого малыши возвращаются обратно за линию.

Указания к проведению. Дети бросают мешочки по указанию воспитателя правой и левой рукой. Количество играющих может быть разным, но не более 10-12 человек. Вес мешочка 150 г.

№ 64 «Попади в круг»

Дети стоят по кругу на расстоянии 2-3 шагов от лежащего в центре большого обруча или круга (из веревки или начерченного на полу, земле, диаметром 1 — 1,5 м). В руках у них мешочки с песком, по сигналу воспитателя они бросают мешочки в круг, по сигналу же подходят, поднимают мешочки и возвращаются на свои места.

Указания к проведению. Воспитатель по своему усмотрению может увеличивать или уменьшать расстояние, с которого дети бросают мешочки. Мешочки надо бросать правой и левой рукой.

№ 65 «Подбрось повыше»

Один ребенок или несколько детей берут по мячу и становятся на свободное место в комнате или на площадке. Каждый подбрасывает мяч вверх, прямо над головой двумя руками и старается его поймать. Если ребенок не сможет поймать мяч, то поднимает его с пола и снова подбрасывает.

Указания к проведению. Детям четвертого года жизни надо дать мячи диаметром 12-15 см. Одновременно могут выполнять упражнение до 10-15 человек. Воспитатель говорит детям, чтобы они старались поймать мяч кистями рук, не прижимая к груди.

№ 66 «Поймай мяч»

Напротив ребенка на расстоянии 1,5-2 м от него становится воспитатель. Он бросает мяч ребенку, а тот возвращает его.

Указания к проведению. Начинать бросать мяч ребенку надо с меньшего расстояния. Когда он овладеет навыками бросания и ловли, расстояние можно увеличивать. Воспитатель учит детей бросать мячи друг другу и ловить их. Он следит, чтобы они бросали мячи снизу вверх двумя руками, при ловле не прижимали их к груди.

№ 67 «Брось через веревку»

Дети располагаются на стульях вдоль одной стены зала. На высоте примерно 1 м от пола натягивается веревочка. (Веревочку длиной 3 м с грузами на концах можно положить на спинки двух стульев для взрослых или стойки для прыжков.) На расстоянии 1,5 м перед подвешенной веревкой кладется на пол шнур. Около него лежат 1-2 мяча диаметром 12-15 см. Один или двое детей подходят к шнуру, берут в руки мячи и бросают их двумя руками из-за головы через веревку, затем догоняют их, пробегая под веревкой; догнав мячи, возвращаются обратно.

Указания к проведению. Вместо веревки можно использовать длинную рейку, которая также кладется на спинки стульев. Высоту, на которой натягивается веревка, и расстояние от нее воспитатель уменьшает или увеличивает по своему усмотрению в зависимости от возможностей детей. На участке веревочка может быть натянута между стойками для прыжков или близко расположенными деревьями.

№ 68 «Сбей кеглю»

На полу или земле чертят линию или кладут веревочку. На расстоянии 1 -1,5 м от нее ставят 2-3 большие кегли (расстояние между кеглями 15-20 см). Дети по очереди подходят к обозначенному месту, берут в руки лежащие рядом мячи и катят их, стараясь сбить кеглю. Прокатив 3 мяча, ребенок бежит, собирает их и передает следующему играющему.

Указания к проведению. Для выполнения упражнения сначала надо дать мячи диаметром 15-20 см. Затем, когда дети научатся прокатывать мяч энергично, попадать в кегли, им можно дать мячи меньшего размера и увеличить расстояние для их прокатывания.

6. УПРАЖНЕНИЯ С ПОДПРЫГИВАНИЕМ И ПРЫЖКАМИ

Цель. Учить детей подпрыгивать на двух ногах, мягко приземляясь, перепрыгивать через шнур, спрыгивать с невысоких предметов, внимательно слушать сигналы, выполнять движения в соответствии с сигналами или текстом, который произносит воспитатель.

№ 69 «Подпрыгни до ладони»

Воспитатель зовет к себе, то одного, то другого ребенка и предлагает подпрыгнуть повыше, чтобы достать головой до его ладони.

Указания к проведению. Упражнение выполняется индивидуально с каждым ребенком. Руку надо держать на небольшом расстоянии от головы ребенка. Если малыш подпрыгивает до ладони без затруднения, воспитатель может поднять ее повыше. Упражнения в подпрыгивании должны выполняться в легкой обуви (тапочках, чешках).

Можно предложить малышам попрыгать как мячики или как зайчики. В таком упражнении могут участвовать несколько детей. Воспитатель показывает и подсказывает, что надо повыше подпрыгивать и мягко опускаться на пол.

№ 70 «Прыгни через шнур»

Дети сидят на стульях. Воспитатель кладет на пол цветной шнур (длиной 3-4 м). Дети (6-8 человек) подходят к шнуру и по сигналу воспитателя стараются перепрыгнуть через него.

Указания к проведению. Можно положить 2-3 шнура разного цвета на небольшом расстоянии один от другого. Дети, перепрыгнув через один шнур, подходят к другому, прыгают через него.

Однако не следует малышам этого возраста предлагать большего количества упражнений на прыжки. Простейшие подскоки и прыжки дети третьего года жизни с большим интересом выполняют в сюжетных играх. По ходу игры ребенок несколько раз может легко подпрыгнуть и спрыгивать, не сосредоточивая внимания на этих движениях.

№ 71 «Через ручеек»

На площадке чертятся две линии на расстоянии 15-20 см — это ручеек. В помещении можно положить на пол два шнура на таком же расстоянии. Нескольким детям предлагают подойти поближе к ручейку и перепрыгнуть через него, оттолкнувшись сразу двумя ногами.

Указания к проведению. Воспитатель может сказать детям, что ручеек глубокий, поэтому надо прыгнуть как можно дальше, чтобы не попасть в него, не намочить ноги.

Одновременно упражнение могут выполнять 4-5 детей. Расстояние между линиями нужно постепенно увеличивать до 30-35 см. Воспитатель следит за тем, чтобы дети посильнее отталкивались и мягко приземлялись, сгибая колени.

№ 72 «С кочки на кочку» (II вариант)

На площадке воспитатель чертит небольшие кружки диаметром 30-35 см. Расстояние между кружками примерно 25-30 см. Это кочки на болоте, по

которым нужно перебраться на другую сторону. Вызванный воспитателем ребенок подходит к кружкам и начинает прыгать на двух ногах из одного кружка в другой, продвигаясь вперед. Перебравшись таким образом на другую сторону площадки, он шагом возвращается обратно. Затем упражнение выполняет следующий.

Указания к проведению. При проведении этого упражнения в помещении можно использовать кружки из картона или плоские обручи из фанеры того же диаметра. Вначале дети выполняют упражнение по очереди, а затем можно дать задание перепрыгивать с кочки на кочку сразу 2-3 детям.

№ 73 «Дотронься до мяча»

Взрослый держит небольшой мяч в сетке. Он предлагает ребенку подпрыгнуть и дотронуться до мяча двумя руками. Один ребенок подпрыгивает вверх 3-4 раза, затем воспитатель предлагает подпрыгнуть другим детям.

Указания к проведению. Вместо мяча воспитатель может держать в руках колокольчик, погремушку. В зависимости от роста детей и их возможностей взрослый регулирует высоту подъема мяча, колокольчика. Колокольчик или погремушки можно подвесить на натянутый шнур так, чтобы они находились несколько выше вытянутых вверх рук ребенка. Воспитатель следит за тем, чтобы дети, подпрыгивая, старались коснуться предмета двумя руками, это обеспечит равномерное развитие мышц плечевого пояса.

№ 74 «Поймай комара»

Дети стоят по кругу на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру круга. Воспитатель находится в середине круга. В руках у него прут длиной 1 -1,5 м с привязанным на шнуре комаром из бумаги или материи. Воспитатель кружит шнур немного выше голов играющих — комар пролетает над головой; дети подпрыгивают, стараясь поймать его обеими руками. Тот, кто поймает комара, говорит: «Я поймал».

Указания к проведению. Надо следить, чтобы дети не уменьшали круг при подпрыгивании. Вращая прут, воспитатель то опускает, то поднимает его, но на такую высоту, чтобы дети могли достать комара.

№ 75 «Повернись вокруг себя»

Воспитатель предлагает одному ребенку или нескольким детям попрыгать на двух ногах на месте с поворотом. Дети становятся на небольшом расстоянии друг от друга лицом к воспитателю и по его сигналу начинают прыгать. С каждым подпрыгиванием они делают небольшой поворот в одну сторону (влево или вправо) так, чтобы через несколько подпрыгиваний снова стать в исходное положение. Затем упражнение можно повторить, поворачиваясь в другую сторону.

Указания к проведению. Прежде чем дети начнут выполнять это упражнение, воспитатель должен показать, как оно выполняется. Надо следить, чтобы дети подпрыгивали повыше и мягко опускались на носки. Руки они держат свободно, при подпрыгиваниях могут взмахивать ими. Когда малыши научатся хорошо подпрыгивать, им можно предложить

поставить руки на пояс. Это упражнение может выполняться как небольшими группами, так и всей группой детей одновременно.

№ 76 «Допрыгай до флажка»

Воспитатель чертит на площадке линию, на расстоянии 2-3 м от нее ставит подставки с флажками. Затем он предлагает двум-трем детям подойти к линии и прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед, до флажков. Когда дети окажутся у флажков, они должны поднять их, помахать и снова поставить на место. Обратно возвращаются бегом.

Указания к проведению. Воспитатель сначала показывает, как надо выполнить упражнение. Он следит, чтобы дети при прыжках отталкивались одновременно двумя ногами и мягко приземлялись, подбадривает тех, у кого еще не совсем хорошо получаются прыжки. Педагог может по своему усмотрению увеличить или уменьшить расстояние для прыжков.

№ 77 «Спрыгни в кружок»

Воспитатель ставит невысокую скамеечку (10-12 см), а перед нею чертит на земле кружки (диаметром 30-35 см). Он предлагает детям (по количеству кружков) стать на скамеечку и спрыгнуть с нее в кружки. На скамеечку становятся другие.

Указания к проведению. Надо следить, чтобы дети, став на скамейку, не мешали друг другу, при спрыгивании приземлялись сразу на обе ноги с носков и сгибая колени. Можно предложить им спрыгнуть так тихо, чтобы никто не услышал. Это будет стимулировать их к более правильному выполнению спрыгивания.

Длительность проведения малышами упражнений с прыжками должна быть небольшой, так как у детей этого возраста мышцы стопы еще не окрепли (особенно это надо помнить при проведении спрыгивания). Постепенно, к концу пребывания детей во второй младшей группе, количество прыжков должно увеличиваться.

№ 78 «Через веревочку»

Воспитатель с кем-либо из более старших детей держат скакалку или небольшую веревочку за концы так, что ее середина касается земли. Нескольким детям предлагают перепрыгнуть через веревочку. Они по очереди подходят и перепрыгивают через веревочку, оттолкнувшись двумя ногами.

После того, как все желающие перепрыгнут через лежащую на земле веревочку, ее можно приподнять сначала на 2-3 см, а затем и повыше.

Указания к проведению. Один конец веревочки можно привязать за стойку, за дерево, другой нужно держать в руках не слишком крепко. Если прыгающий заденет за веревку, то ее конец надо выпустить из рук, чтобы ребенок не упал.

Когда веревочку приподнимут, воспитатель должен сказать детям, что теперь, чтобы повыше подпрыгнуть и не задеть за нее, надо посильнее оттолкнуться. Высоту веревочки следует увеличивать постепенно в соответствии с возможностями детей.

№ 79 «По дорожке на одной ножке»

На площадке воспитатель чертит две линии длиною 2-3 м на расстоянии 50-60 см друг от друга. Это дорожка. В помещении можно положить на пол две рейки или два шнура на таком же расстоянии. Воспитатель предлагает нескольким детям попрыгать по дорожке на одной ножке. Дети подходят по очереди к одному концу дорожки и стараются допрыгать до ее конца на одной ноге.

Указания к проведению. Прыжки на одной ноге для детей четвертого года жизни — довольно трудное упражнение, но во второй половине года уже можно дать им такое задание. Однако не следует требовать, чтобы малыши обязательно допрыгали до конца дорожки. Дети прыгают произвольно, на середине дорожки они могут поменять ногу. Важно, чтобы они начинали упражняться в этом виде движений.

В конце дорожки можно поставить стульчик и положить на него погремушку или другую игрушку, чтобы было интереснее выполнять задание. Обратно дети возвращаются обычным шагом или бегом.

7. ИГРЫ - ЗАБАВЫ

Цель. Развлечь детей, способствовать созданию у них хорошего, радостного настроения, повеселить.

№ 80 «Прятки»

Описание. Воспитатель предлагает детям спрятаться вместе с ним от няни, которая в это время должна отвернуться и не смотреть, куда они прячутся. Дети вместе с воспитателем заходят за шкаф или приседают на ковре, а воспитатель закрывает их прозрачным платком. Воспитатель спрашивает у няни: «А где же наши дети? Тетя Катя, вы не видели их?» Няня начинает искать детей, нарочно заглядывая в другие места. Малыши с восторгом выскакивают из своего укрытия и с веселым смехом подбегают к ней. Няня обнимает их и приветливо говорит: «Где же вы так спрятались, что я не могла найти вас?»

Указания к проведению. После того как дети несколько раз прятались вместе с воспитателем, они смогут спрятаться самостоятельно, а воспитатель будет их искать. Прятаться может и воспитатель, тогда дети его ищут. Им это доставляет большое удовольствие. После многократных повторений игры искать детей сможет и ребенок.

№ 81 «Жмурки»

Описание. Воспитатель предлагает детям разойтись по комнате. Сам закрывает глаза или завязывает их косынкой и делает вид, что старается поймать детей: он осторожно передвигается по комнате и ловит детей там, где их нет. Дети смеются. Воспитатель спрашивает: «Где же наши дети?» Затем снимает повязку, поворачивается в сторону детей и говорит: «Вот где наши дети!»

Указания к проведению. В этой игре активную роль выполняет воспитатель. Он действует осторожно, чтобы не напугать детей, а лишь позабавить их. Вместо повязки во время игры можно использовать яркий бумажный колпак (конус), который надевается глубоко, прикрывая верхнюю часть лица.

№ 82 «Жмурки с колокольчиком» (усложненный вариант)

Описание. Одному из детей дают колокольчик. Двое других детей — жмурки. Им завязывают глаза. Ребенок с колокольчиком убегает, а жмурки его догоняют. Если кому-то из детей удастся поймать ребенка с колокольчиком, то они меняются.

Указания к проведению. Для этой игры нужно ограничить место, так как на большом пространстве малышам трудно ловить детей, особенно с закрытыми глазами.

№ 83 «Дай кролику морковку»

Описание. Дети сидят на скамейках на веранде или площадке. Одному из них, более подготовленному, дают в руки морковку, которую он должен дать игрушечному кролику. Ребенок становится на расстоянии 3 м от кролика, ему завязывают глаза. Малыш должен подойти к кролику и дать ему морковку (поднести морковку к мордочке кролика).

Указания к проведению. Обычно ребенку не удается сразу точно выполнить задание и его действия вызывают смех у остальных детей. Поэтому водящего в этой и подобных ей играх назначают по желанию.

№ 84 «Мыльные пузыри»

Описание. Для игры надо приготовить пластмассовые трубочки или соломинки (спелой ржи или пшеницы) по количеству детей, развести мыльную воду в небольшом блюдце, мисочке. Все дети получают соломинки и делают попытки надуть мыльный пузырь. Если это удается, они с увлечением пускают мыльные пузыри, наблюдают за тем, как они летают, бегают за ними, следят, чей пузырь дольше летал и не лопнул.

Указания к проведению. Сначала надо показать детям, как сделать мыльный пузырь: один конец соломинки опустить в мыльную воду, затем, вынув ее из воды, осторожно подуть с другого конца.

№ 85 «Напои лошадку»

Описание. Условия игры те же, что и в игре «Дай кролику морковку». Ребенок становится за линию на расстоянии 2-3 м от игрушечной Лошадки. Воспитатель дает ему в руки ведерко и завязывает глаза.

Малыш должен подойти к лошадке и напоить ее (поднести ведро к морде лошади).

Указания к проведению. Для игры желательно взять лошадку большого размера, на которую дети могут садиться. Это облегчит им выполнение задания — можно будет напоить лошадку, не нагибаясь.

Воспитатель вызывает детей только по их желанию. Если никто из них не изъявит желания начать первым, то воспитатель может сам попытаться выполнить задание. Можно предложить участвовать в игре кому-либо из детей старшей или подготовительной к школе группы. Пусть младшие дети сначала посмотрят, посмеются над неудачником, а затем и сами попробуют играть.

№ 86 «Ударь по мячу»

Описание. Игра проводится в зале или на площадке. Нужно ударить по мячу с завязанными глазами. Воспитатель кладет большой мяч на пол (на землю), на расстоянии 2-3 м от него проводит линию. Ребенок, согласившийся выполнить задание, подходит к мячу, становится к нему спиной, затем отходит к линии и поворачивается к мячу лицом. Воспитатель завязывает ему глаза. Водящий должен подойти к мячу и ударить по нему ногой.

Указания к проведению. Если задание выполнено удачно, то вызывают другого ребенка. Если же удар по мячу был неудачным, то можно предложить этому же ребенку повторить задание. Если неудача огорчит ребенка, надо подбодрить его, сказать, что в следующий раз и у него обязательно получится.

Водящего в этой игре назначают по его желанию.