

КАРТОПЕКА
ПОДВИЖНЫХ ИТР
ДЛЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО
И СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА

Составитель: Ермолаева Л.А.

2020-2021, 2021-2022 уч.гг

Воздух, вода, земля.

Подобная игра не только подвижная, но и ориентирована на детскую сообразительность. Игроки садятся в круг. Ведущий ходит перед ними и говорит «земля, воздух, вода» каждый раз меняя расположение слов. Остановившись около любого ребенка, ведущий произносит слово, к примеру, «земля». А ребенок в ответ должен изобразить любого животного ходящего по земле. При слове «вода» игрок изображает рыбу, а при слове «воздух» — птицу.

Лягушки и цапли

Цель: Развивать у детей ловкость, быстроту. Учить прыгать вперед-назад через предмет.

Границы болота (прямоугольник, квадрат или круг), где живут лягушки, отмечаются кубами (сторона 20 см), между которыми протянуты веревки. На концах веревок мешочки с песком. Поодаль гнездо цапли. Лягушки прыгают, резвятся в болоте. Цапля (водящий) стоит в своем гнезде. По сигналу воспитателя она, высоко поднимая ноги, направляется к болоту, перешагивает веревку и ловит лягушек. Лягушки спасаются от цапли — они выскакивают из болота. Пойманных лягушек цапля уводит к себе в дом. (Они остаются там, пока не выберут новую цаплю.) Если все лягушки успеют выскочить из болота и цапля никого не поймает, она возвращается к себе в дом одна. После 2—3 игры выбирается новая цапля.

Указания. Вербки накладывают на кубы так, чтобы они могли легко упасть, если задеть их при прыжке. Упавшую веревку снова кладут на место. Играющие (лягушки) должны равномерно располагаться по всей площади болота. В игре могут быть и 2 цапли.

Водяной

Цель: воспитывать доброжелательные отношения между детьми.

Водящий сидит в кругу с закрытыми глазами. Играющие двигаются по кругу со словами:

*Дедушка Водяной,
Что сидишь под водой?
Выгляни на минутку,
На одну минуточку.*

Круг останавливается. Водяной встает и с закрытыми глазами подходит к одному из играющих. Его задача – определить кто перед ним. Водяной может трогать стоящего перед ним игрока, но глаза открывать нельзя. Если Водяной отгадывает имя игрока, то они меняются ролями и игра продолжается.

Вода и огонь

Цель: развивать быстроту реакции, ловкость, внимание, координацию движений; формировать чувство дружбы.

На расстоянии 10 метров друг от друга чертятся две линии. У одной линии выстраиваются девочки (Вода), у другой – мальчики (Огонь), ведущий между ними.

По команде «Огонь!» мальчики ловят девочек, по команде «Вода» девочки ловят мальчиков (тушат пожар). Осаленные переходят в команду противника.

Ходят капельки по кругу

Ведущая: Полетели капельки на землю. (танец капелек). А тут как раз солнышко пригрело (появляется Солнышко, танцует). Стали капельки легкими, потянулись вверх (присевшие капельки поднимаются, затем вытягивают вверх руки). Испарились они под лучами Солнышка, вернулись к Тетушке Тучке (дети возвращаются к Тучке, Солнышко уходит).

Море волнуется: Вариант 1

С помощью считалочки выбирается водящий. Он отворачивается и говорит:

*«Море волнуется раз,
море волнуется два,
море волнуется три,
морская фигура* на месте замри!»*

Игроки в это время раскачиваются и кружатся, расставив в руки стороны. При слове «замри», замирают в позе, изображая любой предмет или животное, имеющее отношение к **морской тематике**.

Это могут быть: корабль, краб, дельфин, пират, чайка и т.д.

Далее ведущий подходит к кому-то из игроков и дотрагивается до него «оживляя» фигуру. Игрок начинает двигаться, показывает свое «представление», так, чтобы ведущий узнал что за фигуру изображает игрок.

Тот, кто изобразит наименее похоже, становится «водящим» и игра начинается сначала.

Вариант 2

Начало как в первом варианте, только на этот раз фигура задается ведущим. Он произносит:

*«Море волнуется раз,
море волнуется два,
море волнуется три,
фигура КРАБА** на месте замри!»*

Далее ведущий обходит всех игроков, по очереди «оживляя» их. Каждый показывает свой вариант **КРАБА**
После этого ведущий выбирает самую лучшую фигуру, и игрок, показавший ее, становится «водящим».

Хищник в море

В игре участвуют до десяти детей. Один из играющих выбирается хищником, остальные - рыбки. Для игры нужна веревка длиной 2- 3 м. На одном конце ее делают петлю и надевают на столбик или колышек. Игрок, выполняющий роль хищника, берется за свободный конец веревки и бежит по кругу так, чтобы веревка была натянута, а рука с веревкой была на уровне коленей. При приближении веревки детям-рыбкам нужно прыгать через нее.

Правила игры. Задетые веревкой рыбки выходят из игры. Ребенок, выполняющий роль хищника, начинает бег по сигналу. Веревка должна быть постоянно натянута.

Перепрыгни через ручеек

Игра подходит для детей от четырёх лет. Играть могут сколько угодно участников.

Цель: развивать физическую силу и выносливость.

Материалы: мел или обычная бельевая верёвка, а также можно использовать скакалки.

На игровой площадке мелом рисуют ручеек, который к концу постепенно расширяется. Ручеек можно сделать, положив бельевую верёвку или две скакалки параллельно друг другу. Игрокам предлагается перепрыгнуть через «ручеек»: сначала через узкое его место, затем там, где он шире и шире. По итогам игры определяется самый лучший игрок, который не промочил ноги в ручейке, он определяет «выкуп» для остальных играющих.