

Картотека подвижных игр и физкультминуток для детей 3-7 лет

Цель:

учить овладению подвижными играми с правилами

Задачи:

- укрепление и охрана здоровья
- предупреждение переутомления
- снижение интеллектуальных нагрузок на занятия
- развитие инициативы
- формировать представление об активном отдыхе
- развитие мелкой и крупной моторики
- учить сочетать речевую инструкцию с движением
- расширять представление о роли гигиены и режима дня

«Кошка выпускает коготки»

(игра для детей 3–5 лет)

На счет «один» прижать подушечки пальцев к верхней части ладони и прошипеть, как рассерженная кошка:

«Ш-ш-ш!»

На счет «два» быстро выпрямить и растопырить пальцы, промяукать, как довольная киска:

«Мяу!».

Повторить игру, всякий раз превращаясь то в рассерженного, то в добродушного котенка.



«Повстречались»

(игра для детей 3–5 лет)

На каждую строчку соединять поочередно пальцы правой и левой рук, начиная с мизинца.

На последнюю строку показать рога, вытянув указательные пальцы и мизинцы.

Повстречались два котенка: «Мяу-мяу!».

Два щенка: «Гав-гав!».

Два жеребенка: «Иго-го!».

Два тигренка: «Р-р-р!».

Два быка: «Му-у!».

Смотри, какие рога!



«Светофор»

(игра для детей 4–6 лет)

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.

«Тук-тук»

(игра для детей 4–6 лет)

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.)

«Ручки – ножки»

(игра для детей 4–6 лет)

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 вправо-влево.)

Снова опустились. (Опускают руки.)

Покружились, покружились

И остановились. (Останавливаются.)

«Передай мяч»

(игра для детей 4–7 лет)

Играющие становятся в круг на расстоянии шага друг от друга. Воспитатель дает одному из ребят мяч. По команде воспитателя: «Начинай!» дети передают мяч по кругу, при этом четко произнося:

**Ты беги, веселый мячик,
Быстро, быстро по рукам.
У кого веселый мячик,
Тот подпрыгивает сам!**

Тот, у кого на слово «сам» оказывается мяч, начинает подпрыгивать, а дети сопровождают его прыжки словами:

«Раз, два, три!».

Игра повторяется, мяч передается по кругу дальше. Для усложнения игры можно предложить детям, передавая мяч, шагать на месте и проговаривать слова.



«Две подружки»

(игра для детей 4–6 лет)

Дети стоят в кругу или в рассыпную.

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют.

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 расппевают: (Складывают ладони и «открывают» их.)

«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.)

«Ворота»

(игра для детей 4–7 лет)

Дети идут по площадке парами, держась за руки.

На сигнал воспитателя:

«Ворота!» все останавливаются и поднимают руки вверх.

Последняя пара проходит под воротами – и становится впереди. Игра продолжается.

«Светофор»

(игра для детей 4–6 лет)

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.

«Тук-тук»

(игра для детей 4–6 лет)

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.)

«Мы погреемся немножко»

(игра для детей 3–6 лет)

Дети стоят в кругу или врассыпную.

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

Мы погреемся немножко,

Мы похлопаем в ладошки,

Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп. (Хлопают в ладоши.)

Мы погреемся немножко,

Мы попрыгаем немножко,

Прыг-прыг, прыг-прыг (Выполняют прыжки на двух ногах.)

Мы погреемся немножко,

Мы потопаем немножко,

Топ-топ, топ-топ. (Шагают, высоко поднимая ноги.)



«Передай мяч»

(игра для детей 4–7 лет)

Играющие становятся в круг на расстоянии шага друг от друга. Воспитатель дает одному из ребят мяч. По команде воспитателя: «Начинай!» дети передают мяч по кругу, при этом четко произнося:

Ты беги, веселый мячик,

Быстро, быстро по рукам.

У кого веселый мячик,

Тот подпрыгивает сам!

Тот, у кого на слово «сам» оказывается мяч, начинает подпрыгивать, а дети сопровождают его прыжки словами:

«Раз, два, три!».

Игра повторяется, мяч передается по кругу дальше. Для усложнения игры можно предложить детям, передавая мяч, шагать на месте и проговаривать слова.



«У жирафов»

(игра для детей 4–7 лет)

Дети стоят в кругу или врассыпную.

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

У жирафов пятна, пятна,

Пятна, пятнышки везде, (Похлопывают себя по туловищу – ставят пятнышки.)

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

Есть на носгах, на животах, на коленях и носках.

(Дотрагиваются указательными пальцами до соответствующих частей тела.)

У слонов есть складки, складки,

Складки, складочки везде: (Пощипывают себя – собирают складки.)

На лбу, ушах, на шее, на локтях,

Есть на носгах, на животах, на коленях и носках.

(Дотрагиваются указательными пальцами до соответствующих частей тела.)

У котят шерстка, шерстка, шерсточка везде:

На лбу, ушах, на шее, на локтях (Поглаживают себя – разглаживают шерстку.)

Есть на носгах, на животах, на коленях и носках.

(Дотрагиваются указательными пальцами до соответствующих частей тела.)

А у зебры есть полоски,

Есть полосочки везде: (Проводят ребром руки по корпусу – рисуют полоски.)

На лбу, ушах, на шее, на локтях

Есть на носгах, на животах, коленях и носках.

(Дотрагиваются указательными пальцами до соответствующих частей тела.)

«Вершки и корешки»

(игра для детей 4–7 лет)

Дети стоят по кругу или в шеренге. В центре круга или перед шеренгой находится воспитатель с большим мячом в руках.

Водящий бросает мяч, называя при этом вершки или корешки. Ребенок ловит мяч и бросает обратно, назвав нужное слово. Например:

Воспитатель. **Баклажаны.**

Ребенок. **Вершки.**

Воспитатель. **Редька.**

Ребенок. **Корешки.**

Воспитатель. **Капуста.**

Ребенок. **Вершки.**

Воспитатель. **Картофель.**

Ребенок. **Корешки.**

Воспитатель. **Клубника.**

Ребенок. **Вершки.**

Воспитатель. **Чеснок.**

Ребенок. **Корешки.**

Воспитатель. **Огурцы.**

Ребенок. **Вершки.**

В конце игры отмечают дети, которые ни разу не ошиблись.



«Воздушный шар»

(игра для детей 3–6 лет)



Дети образуют круг, берутся за руки.

Вслед за педагогом, стоящим в кругу вместе с играющими, дети повторяют движения и действия в соответствии с текстом:

С мамой в магазин ходили, (Идут по кругу.)

Шар воздушный там купили. (Останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга, держатся за руки, выполняют «пружинку».)

Будем шарик надувать,

Будем с шариком играть.

Шар воздушный, надувайся, (Идут назад, расширяя круг, маленькими шагами – надувают шар.)

Шар воздушный, раздувайся.

Надувайся большой (Хлопают в ладоши.)

Да не лопайся!

Шар воздушный улетел, (Поднимают руки вверх, покачивают ими из стороны в сторону.)

Да за дерево задел. (Ставят руки на пояс, медленно приседают, произнося: «Ш-ш-ш-ш».)

И... лопнул.

«Капуста – редиска»

(игра для детей 4–6 лет)

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, а дети выполняют движения. Усложнить игру можно ускорением или добавлением еще одного слова (например, на слово **«морковка»** – прыжок на месте).



«Овощи и фрукты»

(игра для детей 4–6 лет)

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.

«Дни недели»

(игра для детей 4–7 лет)

Дети стоят в кругу или врассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

В понедельник я купался, (Изображают, как плавают.)

А во вторник рисовал, (Изображают, как рисуют.)

В среду долго умывался, (Изображают, как умываются.)

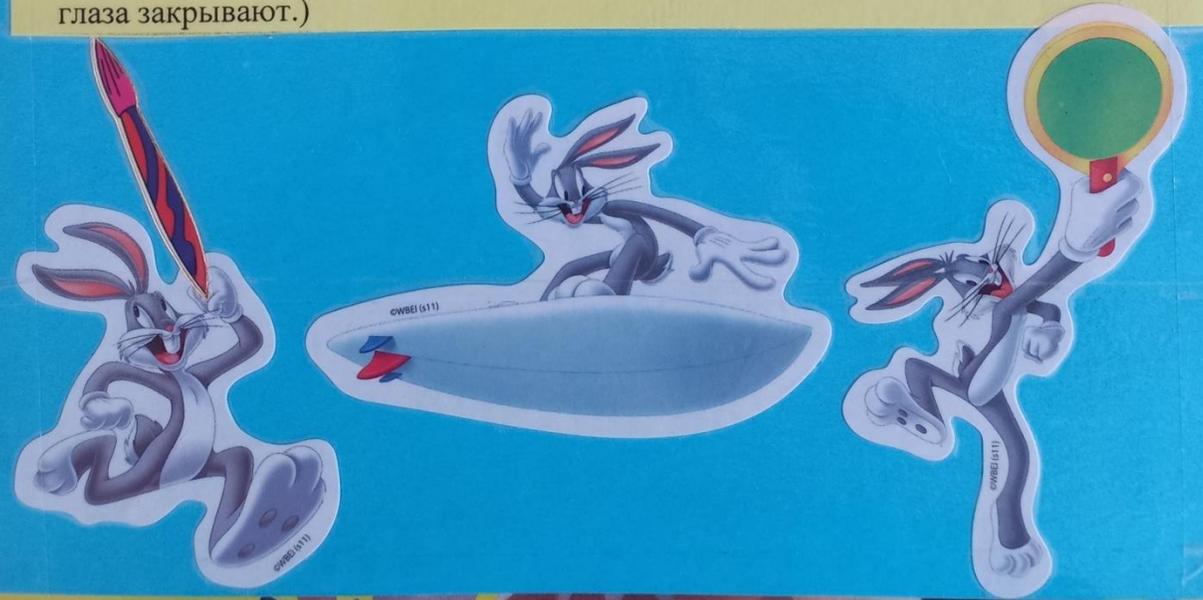
А в четверг в футбол играл, (Бегут на месте.)

В пятницу я прыгал, бегал, (Прыгают на месте.)

А в субботу танцевал, (Кружатся на месте.)

В воскресенье торт я кушал, (Изображают, как едят.)

А под вечер отдыхал. (Приседают, сложенные ладони кладут под щеку, глаза закрывают.)



«Вершки и корешки»

(игра для детей 4–7 лет)

Дети стоят по кругу или в шеренге. В центре круга или перед шеренгой находится воспитатель с большим мячом в руках.

Водящий бросает мяч, называя при этом вершки или корешки. Ребенок ловит мяч и бросает обратно, назвав нужное слово. Например:

Воспитатель. **Баклажаны.**

Ребенок. **Вершки.**

Воспитатель. **Редька.**

Ребенок. **Корешки.**

Воспитатель. **Капуста.**

Ребенок. **Вершки.**

Воспитатель. **Картофель.**

Ребенок. **Корешки.**

Воспитатель. **Клубника.**

Ребенок. **Вершки.**

Воспитатель. **Чеснок.**

Ребенок. **Корешки.**

Воспитатель. **Огурцы.**

Ребенок. **Вершки.**

В конце игры отмечают дети, которые ни разу не ошиблись.



«С добрым утром!»

(игра для детей 4–7 лет)

Дети стоят в кругу или врассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

С добрым утром, глазки! (Указательными пальцами поглаживают веки.)

Вы проснулись? (Соединяют указательный и большой пальцы обеих рук, делают из пальцев «бинокль» и смотрят в него.)

С добрым утром, ушки! (Ладонями поглаживают уши.)

Вы проснулись? (Расставляют пальцы рук, прикладывают растопыренные ладони к ушам.)

С добрым утром, ручки! (Гладят то одну, то другую руку.)

Вы проснулись? (Хлопают в ладоши.)

С добрым утром, ножки! (Гладят коленки.)

Вы проснулись? (Топают ногами.)

С добрым утром, солнце! (Поднимают руки вверх.)

Я проснулся! (Смотрят вверх.)



«Жили-были зайчики»

(игра для детей 3–5 лет)

Дети стоят в кругу или врассыпную.

Воспитатель показывает движения и читает текст, дети повторяют движения.

Жили-были зайчики (Показывают руками заячьи ушки.)

На лесной опушке, (Разводят руками.)

Жили-были зайчики (Приседают и показывают руками над головой крышу дома.)

В маленькой избушке, Мыли свои ушки, (Трут ушки.)

Мыли свои лапочки (Поглаживающие движения рук.)

Наряжались зайчики, (Руки на пояс, повороты вправо-влево.)

Надевали тапочки. (Поочередно выставляют ноги на пяточки.)



«Мартышки»

(игра для детей 4–7 лет)

Дети стоят в кругу или врассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения в соответствии с текстом.

Мы – веселые мартышки.

Мы играем громко слишком. Мы в ладоши хлопаем,
(Хлопают.)

Мы ногами топаем, (Топают.)

Надуваем щечки, (Надувают щеки.)

Скачем на носочках (Подпрыгивают на месте.)

И друг другу даже Язычки покажем. (Показывают язык.)

Дружно прыгнем к потолку, (Подпрыгивают.)

Пальчик поднесем к виску. (Подносят к виску палец.)

Шире рот откроем, (Открывают рот.)

Гримасы все состроим. (Строят гримасы.)

Как скажу я цифру 3 —

Все с гримасами замри!



«Пропавшие ручки»

(игра для детей 4–5 лет)

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют.

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.)

«Давайте вместе с нами»

(игра для детей 3–5 лет)

Дети стоят врассыпную.

Воспитатель вместе с ребятами произносит текст и показывает движения.

Дети повторяют движения.

Давайте вместе с нами (Поднимают руки в стороны.)

Потопаем ногами, (Топают ногами стоя на месте.)

Похлопаем в ладоши, (Хлопают в ладоши.)

Сегодня день хороший! (Поднимают прямые руки вверх, в стороны.)

«У меня есть все»

(игра для детей 4–6 лет)

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.)

«Три медведя»

(игра для детей 4–6 лет)

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.)

А сынок – малютка просто. (Ставят руки на пояс.)

Очень маленький он был,

С погремушками ходил. (Имитируют игру с погремушкой.)



«По дорожке»

(игра для детей 4–6 лет)

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 пойдем. (Ходьба на месте.)



«Ты медведя не буди!»

(игра для детей 4–6 лет)

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.)



«Жучок»

(игра для детей 4–7 лет)

Дети образуют круг. В центре круга водящий – жучок. Он сидит на корточках. Дети, взявшись за руки, идут по кругу со словами:

Жучок-паучок,

Тоненькие ножки,

Красные сапожки,

Мы тебя кормили,

Мы тебя поили,

На ноги поставили.

(Играющие подходят к жучку и помогают ему встать на ноги.)

Танцевать заставили.

Танцуй, сколько хочешь,

Выбирай, кого захочешь!

Жучок танцует, а затем выбирает следующего водящего. Игра повторяется.

«Летает – не летает»

(игра для детей 4–7 лет)

Дети садятся или становятся полукругом.

Ведущий называет предметы. Если предмет летает – дети поднимают руки вверх или в стороны. Если не летает – руки опущены. Ведущий может сознательно ошибаться, при этом у многих ребят руки непроизвольно, в силу подражания, будут подниматься.

Необходимо своевременно удержаться и не поднимать рук, если назван нелетающий предмет.

«Снежок»

(игра для детей 4–6 лет)

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 – поймаем, (Опускают руки.)

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

И ломаем. (Подпрыгивают.)

«Елочка»

(игра для детей 4–6 лет)

Дети стоят в кругу или в рассыпную. 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.)

«Каравай»

(игра для детей 3–6 лет)

Дети образуют круг. Один ребенок стоит в центре круга. Остальные играющие берутся за руки и идут по кругу, произнося:

На Серезин день рожденья

Испекли мы каравай (Идут по кругу.)

Вот такой вышины, (Останавливаются, приподнимаются на носки, одновременно поднимая руки.)

Вот такой низины, (Присаживаются на корточки.)

Вот такой ужины, (Сходятся к центру круга.)

Вот такой ширины. (Отходят назад, расширяя круг.)

«Каравай, каравай,

Кого хочешь, выбирай! (Хлопают в ладоши.)

«Тишина»

(игра для детей 3–5 лет)

Дети идут в обход площадки в колонне по одному и произносят:

Тишина у пруда.

Не колышется вода,

Не шумят камыши,

Засыпайте, малыши.

На последние слова останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза на 10 секунд.

«Дерево, кустик, травка»

(игра для детей 4–6 лет)

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.



«Котик к печке подошел»

(игра для детей 4–6 лет)

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 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 пекутся, (Выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх.)

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



«Шел король по лесу»

(игра для детей 4–7 лет)

Дети становятся в круг, берутся за руки и идут по кругу, произнося стихотворение и выполняя движения в соответствии с текстом:

**Шел король по лесу,
По лесу, по лесу.** (Идут по кругу, взявшись за руки.)
**Нашел себе принцессу,
Принцессу, принцессу.**
**Давай с тобой попрыгаем,
Попрыгаем, попрыгаем.** (Прыгают на двух ногах на месте.)
**И ножками подрыгаем,
Подрыгаем, подрыгаем.** (Выбрасывают прямые ноги вперед.)
**И ручками похлопаем,
Похлопаем, похлопаем.** (Хлопают в ладоши.)
**И ножками потопаем,
Потопаем, потопаем.** (Топают ногами на месте.)



СОЗДАНИЕ АППЛИКАЦИЙ И ПОДЕЛОК ИЗ ЦВЕТНОГО КАРТОНА - ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫЙ ВИД ТВОРЧЕСТВА. ПРЕКРАСНО

«Дом»

(игра для детей 4–6 лет)

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.)



«Солнышко, заборчик, камешки»

(игра для детей 4–7 лет)

Дети повторяют движения за взрослым. Руки подняты вверх, пальцы обеих рук сильно растопырены – это **солнышко**. Руки подняты, ладони выпрямлены, пальцы прижаты друг к другу – это **заборчик**. Руки сжаты в кулаки – это **камешки**.

«Это я»

(игра для детей 4–7 лет)

Дети стоят в кругу или врассыпную.

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

Это глазки. Вот. Вот. (Показывают сначала левый, потом правый глаз.)

Это ушки. Вот. Вот. (Берутся сначала за левое ухо, потом за правое.)

Это нос. Это рот. (Левой рукой показывают нос, правой рот.)

Там спинка. Тут живот. (Левую ладонь кладут на спину, правую на живот.)

Это ручки. Хлоп, хлоп. (Протягивают обе руки, два раза хлопают.)

Это ножки. Топ, топ. (Кладут ладони на бедра, два раза топают.)

Ой, устали. Вытрем лоб. (Правой ладонью проводят по лбу.)



«У меня, у тебя»

(игра для детей 4–6 лет)

Дети стоят в кругу или врассыпную.

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.



«Ровным кругом»

(игра для детей 4–7 лет)

Дети, взявшись за руки, ритмично идут по кругу, произнося стихотворение:

**Ровным кругом
Друг за другом
Мы идем за шагом шаг.
Стой на месте!
Дружно вместе
Сделаем вот так!**

С окончанием слов дети останавливаются и повторяют движение, которое показывает воспитатель, например, повернуться, наклониться, присесть и др.



«Как живешь?»

(игра для детей 4–7 лет)

Дети стоят в кругу или врассыпную.

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

- **Как живешь?**
- **Вот так!** (Показывают большие пальцы.)
- **А плывешь?**
- **Вот так!** (Имитируют плавание.)
- **Как бежишь?**
- **Вот так!** (Бег на месте.)
- **Вдаль глядишь?**
- **Вот так!** (Приставляют к глазам пальцы «биноклем».)
- **Ждешь обед?**
- **Вот так!** (Подпирают щеку кулачком.)
- **Машешь вслед?**
- **Вот так!** (Машут руками.)
- **Утром спишь?**
- **Вот так!** (Кладут обе руки под щеку.)
- **А шалишь?**
- **Вот так!** (Хлопают себя по надутым щекам.)

Здоровье ребёнка через игру !