

Подвижные игры для детей раннего возраста на прогулке

Обязательным компонентом каждой прогулки являются организованные взрослым подвижные игры. Подвижные игры на прогулке проводятся ежедневно продолжительностью 6 – 10 минут, с целью закрепления двигательных навыков. С их помощью на прогулке решаются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи. Сюжет игры должен быть простым и доступным пониманию, персонажи хорошо знакомы. Чтобы дети с удовольствием включались в игру, можно использовать атрибуты: шапочки, эмблемы птиц и животных, ягод, цветочки, веночки, платочки. Часто в подвижных играх используются крупные мягкие игрушки. Взрослый – организатор и участник игры.

1. «Карусели»

Цель: учить согласовывать движения друг с другом и ритмом текста; развивать внимание.

Ход игры: «Сейчас мы будем кататься на карусели, - говорит воспитатель. - Повторяйте слова за мной и двигайтесь дружно по кругу, чтобы карусель не сломалась». Держась за руки, дети вместе с воспитателем движутся по кругу и произносят следующие слова:

Еле-еле-еле-еле

Завертелись карусели.

А потом, потом, потом

Все бегом, бегом, бегом!

Побежали, побежали, побежали!

Тише, тише, не спешите,

Карусель остановите.

Раз-два, раз-два...(пауза),

Вот и кончена игра.

Под эти слова карусель сначала медленно движется в одну сторону, потом темп речи и движений ускоряются, на слова «побежали» карусель меняет направление движения и кружится быстрее. Потом темп движений постепенно замедляется, и на слова «Вот и кончена игра» все останавливаются.

2. «Лови-лови!»

Цель: упражнять в прыжках.

Ход игры: к палочке длиной примерно полметра на крепком шнуре прикрепляется лёгкий удобный для хватания предмет - мягкий поролоновый мячик, лоскуток и т.д. Перед началом игры воспитатель показывает эту палочку. Опуская и поднимая её, он предлагает некоторым детям поймать предмет на шнурке. Взрослый собирает вокруг себя ребят, заинтересовавшихся ловлей мяча, предлагает им встать в кругок. Сам становится в центре.

«Лови-лови!» - говорит воспитатель и приближает подвешенный к палке предмет то к одному, то к другому ребёнку. Когда малыш пытается поймать мячик, палка

чуть приподнимается и ребёнок подпрыгивает, чтобы схватить его. Поворачиваясь в разные стороны, взрослый старается вовлечь в эту забаву всех детей. Поиграв немного, таким образом, можно слегка изменить правила. Так, дети по очереди ловят мячик, пробегая друг за другом мимо палки.

3. «Зайка беленький сидит»

Цель: учить выполнять движения в соответствии с текстом.

Ход игры: выбирают «зайку» среди детей, ставят его в центр круга. Дети выполняют движения под слова:

Зайка беленький сидит

И ушами шевелит,

Вот так, вот так,

И ушами шевелит!

Зайке холодно сидеть,

Надо лапочки погреть,

Хлоп-хлоп-хлоп-хлоп,

Надо лапочки погреть!

Зайке холодно стоять,

Надо зайке поскакать!

Скок-скок-скок-скок,

Надо зайке поскакать!

Сначала дети присаживаются на корточки и руками изображают, как заяка шевелит ушами. Затем поглаживают то одну, то другую руку, хлопают в ладоши. Потом встают, подпрыгивают на двух ногах к «зайке», стоящему внутри круга, стараются согреть его, ласково гладят, затем возвращаются на место. «Зайка» выбирает себе замену, и игра начинается сначала.

4. «Самый меткий»

Цель: упражнять в бросании мешочков горизонтальную цель; развивать меткость.

Ход игры: дети стоят в кругу. В центре круга на расстоянии 1-1,5 м от игроков ставят большую корзину. В руках у ребят мешочки с песком. Дети бросают мешочки по сигналу воспитателя, стараясь попасть в корзину. Воспитатель хвалит тех, кто попал в корзину и подбадривает промахнувшихся. Можно усложнить игру, увеличив расстояние до корзины (дети делают шаг назад).

5. «Догони мяч»

Цель: развивать у детей умение сохранять во время ходьбы и бега необходимое направление и изменять его в зависимости от сложившейся ситуации, приучать бегать в разных направлениях, не задевать друг друга, ловить мяч, развивать внимание и выдержку.

Ход игры: воспитатель показывает корзину с мячами и предлагает встать рядом с ним вдоль одной из сторон зала. «Догоните мяч»,- говорит воспитатель и выбрасывает мячи (по количеству детей) из корзины, стараясь, чтобы они покатались в разные стороны. Дети бегут за мячами, берут их, несут в корзину.

6. «Где звенит?»

Цель: развивать у детей внимание и ориентировку в пространстве.

Ход игры: Описание игры: дети стоят лицом к стене, один из детей прячется в другом конце зала и звенит колокольчиком. «Послушайте внимательно, где звенит колокольчик, найдите его», - обращается воспитатель к детям. Когда они находят колокольчик, воспитатель хвалит малышей. Игра повторяется.

7. «Кто дальше бросит»

Цель: упражнять детей в бросании предмета на дальность.

Ход игры: Описание игры: дети стоят в шеренге на одной стороне зала. Все получают мешочки с песком и по сигналу воспитателя бросают их вдаль. Каждый должен заметить, куда упал его мешочек. По сигналу воспитателя дети бегут к своим мешочкам, берут их в руки и поднимают над головой. Воспитатель отмечает тех, кто бросил мешочек дальше всех.

8. «У медведя во бору»

Цель: знакомить детей с русскими народными подвижными играми; учить бегать по сигналу в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга.

Ход игры: Описание игры: выбирается «медведь», который садится в стороне на стульчик. Остальные дети ходят вокруг него, «собирают грибы-ягоды» и приговаривают:

У медведя во бору

Грибы, ягоды беру.

А медведь сидит,

И на нас рычит.

С последним словом медведь встаёт со стула, дети разбегаются, «медведь» их ловит. Далее выбирают нового «медведя».

9. «Зонтик»

Цель: развивать двигательные умения, быстроту, умение слушать команду.

Ход игры: Воспитатель берёт большой зонт, раскрывает его и объясняет детям: «Пока дождика нет, можно бегать, прыгать, веселиться. Но когда начнётся дождик, нужно быстро спрятаться под зонтик». Дети играют. Воспитатель говорит: «Дождик начался!» Все обступают воспитателя - прячутся под зонтик. После слов «Кончился дождик!» дети продолжают резвиться.

10. «Жаркое солнышко»

Цель: развивать двигательные умения, быстроту, умение слушать команду.

Ход игры: Воспитатель называет разные части тела, а дети должны быстро прикрывать их ладошками, чтобы они не обгорели на солнышке. Например: «Солнышко светит на носик. Прячем носик». Также предлагается закрыть ушки, щёчки, лобик, подбородок, ручки, коленочки.

11. «Собираем шишки»

Цель: развивать двигательные умения, быстроту, умение слушать команду.

Ход игры: У каждой из двух команд - ведёрко (тазик). Звучит музыка. Дети собирают с пола шишки - еловые или сосновые. (Можно заменить их кубиками.) Когда музыка закончится, воспитатель определит, какая команда победила. Игру можно повторить.

12. «Волшебная палочка»

Цель: развивать двигательные умения, быстроту, умение слушать команду.

Ход игры: Воспитатель дотрагивается волшебной палочкой до детей и превращает их в разных животных (белка, заяц, медведь и др.). Дети должны изобразить, как двигается животное. Тот, у кого это получится лучше, чем у других, станет победителем.

12. «Быстро - медленно»

Цель: развивать двигательные умения, быстроту, умение слушать команду.

Ход игры: Рассказав детям о том, что зайчик всё делает быстро, а черепаха медленно, воспитатель предлагает выполнить разные движения - показать: как зайчик бежит домой, перепрыгивает через пенёчки и т. д. ; как черепаха добирается до дома, перешагивает через камешки и т. д.

13. «Воробушки и кот»

Цель: развивать двигательные умения, быстроту, умение слушать команду.

Ход игры: Границы площадки очерчиваются или отмечаются флажками. На одном конце площадки размещаются на скамейках «воробушки». На другом конце место для «автомобиля» - «гараж». Воробушки вылетают из гнезда, - говорит воспитатель. Дети спрыгивают со скамеек (высота 10-15 см, начинают бегать, прыгать на двух ногах). По сигналу появляется «автомобиль» - воспитатель. Воробушки улетают в «гнезда» (при этом каждый занимает свое место – гнездо). «Автомобиль» возвращается в «Гараж». Игра продолжается.

14. «Гуси – лебеди»

Цель: развивать быстроту, ловкость, умение слушать команду.

Ход игры: Выбирается волк и хозяин, остальные – гуси-лебеди. На одной стороне площадки чертят дом, где живут хозяин и гуси, на другой – живет волк под горой. Хозяин выпускает гусей в поле погулять. Гуси уходят от дома подальше. Через некоторое время хозяин зовет гусей. Идет перекличка между хозяином и гусями:

-Гуси-гуси!

-Га-га-га.

-Есть хотите?

-Да-да-да.

-Гуси-лебеди! Домой!

-Серый волк под горой!

-Что он там делает?

-Рябчиков щиплет.

-Ну, бегите же домой!

Гуси бегут в дом, волк пытается их поймать. Пойманные выходят из игры. Игра кончается, когда почти все гуси пойманы. Последний оставшийся гусь, самый ловкий и быстрый, становится волком.

15. «Пчелы»

Цель: развивать быстроту, ловкость, внимание, память.

Ход игры: Выбирается ребенок – «цветок». Дети делятся на две группы: «Сторожа» и «Пчелы». «Сторожа», взявшись за руки, ходят вокруг «Цветка» и говорят:

Пчелки яровые, Крылья золотые,
Что вы сидите, В поле не летите?

Аль вас дождичком сечет,
Аль вас солнышком печет?

Летите за горы высокие,

За леса зеленые-

На кругленький лужок,

На лазоревый цветок.

Пчелы стараются забежать в круг, а сторожа, то поднимая, то опуская руки, мешают им. Как только одной из пчел удастся проникнуть в круг и коснуться цветка, сторожа, не сумевшие уберечь цветок, разбегаются. Пчелы бегут за ними, стараясь ужалить - коснуться рукой.

16. «Бабочка и цветочки»

Цель: развивать быстроту, ловкость, двигательные умения, внимание, аккуратность.

Ход игры: Среди детей выбираются «бабочка» и водящий. Остальные становятся в круг – они «цветы». По сигналу «бабочка» улетает от водящего, который ее ловит, и прячется то у одного цветка, то у другого. «Цветочек» должен успеть обхватить «бабочку» руками – «лепестками», пока ее не коснулся водящий. Если водящий поймал «бабочку», то становится «бабочкой», а «бабочка» - водящим. При следующих повторах игры водящий и «бабочка» выбираются жребием.

17. «Медведи и пчелы»

Цель: развивать быстроту, внимание, двигательные умения.

Ход игры: Дети делятся на две неравные группы. Примерно одна треть детей – медведи, остальные – пчелы. В одной стороне площадки лес, а в противоположной – луг. Пчелы должны быть в лесу. По сигналу воспитателя «пчелы» летят на луг и жужжат. Как только все пчелы улетят, медведи идут в лес за медом. По сигналу воспитателя медведи, пчелы летят и жалят медведей, не успевших убежать. Игра повторяется 2-3 раза.

18. «Ёжик и грибы»

Цель: развивать мышцы ног, рук, спины, быстроту и ловкость движений.

Ход игры: Из числа играющих, выбирается ежик. Детям дают названия грибов. Ведущий спрашивает у ежика:

-Зачем пришел?

-За грибком.

-За каким?

Еж называет гриб. Гриб выбегают, еж его ловит. Если названного ежом гриба нет, то ведущий прогоняет ежа. Игра продолжается до тех пор, пока не соберет все грибы.

19. «Собираем ягоды»

Цель: развивать быстроту движений, мышцы рук, ног.

Ход игры: Дети делятся на две команды, строятся друг за другом за линией старта. По сигналу первые игроки обеих команд бегут до линии финиша, берут карточки с ягодами и бегут назад к команде. Встают за последним игроком. Как только первые игроки пересекли линию старта на обратном пути, начинают бег вторые игроки.

20. «Перепрыгнем через ручеек»

Цель: учить детей прыжкам, развивать мышцы ног, ловкость движений.

Ход игры: На площадке рисуется ручеек, с одного конца узкий, а дальше все шире и шире (от 10 до 40 см).

Группке детей предлагается перепрыгивать через ручеек вначале там, где он узкий, а затем там, где он пошире, и, наконец, где самый широкий. Воспитатель отмечает тех, кто сумел перепрыгнуть ручеек в самом широком месте.

Таким образом, ребенок постоянно и разнообразно двигается на участке. В теплое время года потребность в активных движениях удовлетворяется полностью.

21. «Пузырь»

Цель: закреплять у детей умение становиться в круг, постепенно расширять и сужать его; учить согласовывать движения; развивать внимание.

Ход игры: проводится ритуал приглашения в игру: «Катенька, пойдём играть!». Воспитатель берёт ребёнка за руку, подходит с ним к следующему малышу: «Ванечка, пойдём играть!». Ребёнок подаёт руку предыдущему, и теперь они уже втроём идут приглашать следующего. Так по очереди за руки берутся все дети. Сначала лучше подходить к тем воспитанникам, которые выражают желание включиться в игру, а скованных детей целесообразнее приглашать последними.

Дети вместе с воспитателем берутся за руки, образуют круг, начинают «раздувать пузырь»: наклонив головы вниз, малыши дуют в кулачки, составленные один под другим, как в дудочку. При каждом раздувании, все делают шаг назад, будто пузырь немного увеличился. Эти действия повторяются 2-3 раза. Затем все берутся за руки и постепенно расширяют круг, двигаясь и произнося следующие слова:

Раздувайся, пузырь,

Раздувайся, большой,

Оставайся такой,

Да не лопайся.

Получается большой растянутый круг.

Воспитатель говорит: «Лопнул пузырь!» Все хлопают в ладоши, говорят: «Хлоп!» и сбегаются в кучку (к центру).

Закончить игру можно так. Когда пузырь лопнет, сказать: «Полетели маленькие пузырьки...» Дети разбегаются в разные стороны.

22. «Пчёлки и медведи»

Цель:учить детей действовать по сигналу; бегать, не наталкиваясь друг на друга.

Ход игры: дети делятся на две подгруппы: одна группа - пчёлы, другая - медведи.

Пчёлы летают по залу, произнося: «Ж-ж-ж».

Воспитатель произносит слова:

Ой, медведи идут,

Мёд у пчёлки унесут!

Выходят медведи. Пчёлки машут крыльями, жужжат, прогоняют медведей: «жалят» их, дотрагиваясь до них рукой. Медведи убегают.

23. «Самолёты»

Цель:упражнять детей в умении бегать, не наталкиваясь друг на друга; выполнять движения по сигналу.

Ход игры: дети становятся на одной стороне зала. Воспитатель спрашивает: «К полету готовы?» Дети отвечают. Воспитатель продолжает: «Заводим моторы!».

Дети по показу воспитателя делают вращательные движения руками перед грудью.

После сигнала: «Полетели!» разводят руки в стороны и разбегаются по залу. По сигналу: «На посадку!» играющие возвращаются на исходную позицию.

24. «Мой весёлый звонкий мяч»

Цель:учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга.

Ход игры: дети стоят лицом к воспитателю, который держит в руках большой красивый мяч. Затем воспитатель показывает детям как легко и высоко прыгает мяч, если отбивать его рукой о пол. Затем просит детей попрыгать высоко, как мячики, произносит слова:

Мой весёлый, звонкий мяч,

Ты куда пустился вскачь?

Красный, жёлтый, голубой,

Не угнаться за тобой!

Потом воспитатель бросает мяч в сторону со словами: «Сейчас мячик вас догонит - убегайте от него!» Дети убегают.

25. «Зайцы и волк»

Цель:знакомить детей с русскими народными подвижными играми; приучать детей внимательно слушать воспитателя, выполнять прыжки и другие действия в соответствии с текстом; учить ориентироваться в пространстве.

Ход игры: дети изображают зайцев, воспитатель - волк. На одной стороне зала для зайцев отмечают домики или один общий дом. Волк прячется на противоположной стороне - в овраге.

Взрослый произносит:

Зайки скачут скок, скок, скок
На зеленый на лужок,
Травку щиплют, слушают,
Не идет ли волк.

В соответствии с текстом зайцы выпрыгивают из домиков, разбегаются по площадке, то прыгают на двух ногах, то присаживаются и щиплют травку. Как только взрослый произнесет слово "волк", волк выскакивает из оврага и бежит за зайцами, стараясь поймать их (коснуться). Зайцы убегают в свои домики, где волк их уже не может ловить. Пойманных зайцев волк уводит к себе в овраг. В дальнейшем роль волка исполняет ребёнок.

26. «Весёлые зайчата»

Цель: упражнять детей в беге, прыжках, развивать ловкость. Побуждать к самостоятельности. Вызывать чувство радости от совместных действий со взрослым и сверстниками.

Ход игры: воспитатель рассказывает, что в лесу живут веселые зайчики с мамой-зайчихой и серый волк, который хочет их поймать. Затем предлагает поиграть: «Вы будете веселые зайчата, а я ваша мама-зайчиха. Зайчата живут в домиках».

Воспитатель говорит:

Маленькие домики

В лесу густом стоят.

Маленькие зайчики

В домиках сидят.

Дети садятся на корточки, руки прикладывают к голове, изображая зайчат.

Мама-зайчиха

По лесу бежала.

Лапкой она

Всем в окошко стучала.

Педагог подходит к каждому домику, стучит и приговаривает: «Тук-тук, зайчата, пойдемте гулять. Если волк появится, мы спрячемся опять». Зайчата выбегают из своих домиков, прыгают, бегают, резвятся, пока не появляется волк (взрослый или ребенок старшей группы). Он выходит на поляну и говорит: «Ой, сколько зайчат! Какие они веселые. Сейчас я их поймаю». Зайчата убегают. Волк сокрушается: «Ой, как зайчата быстро бегают. Никак мне их не догнать».

27. «Передай мяч»

Цель: учить передавать мяч друг другу; развивать быстроту.

Ход игры: дети вместе с воспитателем стоят в кругу. Воспитатель передаёт мяч рядом стоящему ребёнку, тот - своему соседу. Мяч нужно передавать быстро, можно под музыку. Воспитатель старается догнать мяч.

28. «Лохматый пёс»

Цель: учить внимательно слушать текст, бегать по сигналу в разных направлениях.

Ход игры: в центре зала ставится стул, на него сажают игрушку-собаку. Дети ходят вокруг собаки со словами:

Вот лежит лохматый пёс

В лапы свой уткнувши нос.

Тихо, смирно он лежит,

Не то дремлет, не то спит.

Подойдём к нему, разбудим.

И посмотрим, что же будет?!

Под этот текст дети, приближаются к псу. На последние слова текста они протягивают руки и дотрагиваются до лохматого пса. Воспитатель берёт игрушку и догоняет детей. Дети бегают по залу в разных направлениях. Затем пёс «устаёт», опять ложится спать.

29. «Птички и кошка»

Цель: упражнять детей в беге в разных направлениях.

Ход игры: дети - «птички», воспитатель - «кошка». Воспитатель изображает спящую кошку, а дети в это время гуляют: машут руками, присаживаются, клюют зёрнышки. Кошка просыпается, произносит «мяу», старается поймать птичек, дети разбегаются в разные стороны, прячутся в домики (салятся на стульчики).

30. «Через ручеек»

На полу сделан «ручеек» из клеенки голубого цвета шириной 15—20 см, длиной 2 м. Взрослый говорит, что ручеек глубокий, поэтому надо прыгнуть дальше, чтобы не намочить ноги. Дети подходят к ручейку и перепрыгивают его, оттолкнувшись сразу двумя ногами. Педагог следит, чтобы они сильнее отталкивались и мягко приземлялись, сгибая колени.

31. "Мыши водят хоровод"

Цель: развивать двигательную активность

Ход игры: перед началом игры необходимо выбрать водящего — «кота». Кот выбирает себе «печку» (ею может послужить скамейка или стул), садится на нее и закрывает глаза. Все остальные участники берутся за руки и начинают водить хоровод вокруг кота со словами:

Мыши водят хоровод,

На печи дремлет кот.

Тише мыши, не шумите,

Кота Ваську не будите,

Вот проснется Васька кот —

Разобьет наш хоровод!»

Во время произнесения последних слов кот потягивается, открывает глаза и начинает гоняться за мышами. Пойманный участник становится котом, и игра начинается сначала.

32. "Хитрая лиса"

Цель: развивать ловкость, быстроту, координацию.

Ход игры: С одной стороны площадки чертится линия, тем самым обозначается «Дом лисы». Воспитатель просит закрыть глаза детей, которые расположились по кругу. Педагог обходит за спинами детей образованный круг, дотрагивается до одного из участников, который с этого момента становится «хитрой лисой».

После этого педагог предлагает детям открыть глаза и, посмотрев вокруг, попытаться определить, кто же является хитрой лисой. Далее дети спрашивают 3 раза: «Хитрая лиса, где ты?». При этом, спрашивающие смотрят друг на друга. После того, как дети спросили третий раз, хитрая лиса прыгает на середину круга, поднимает руки вверх и кричит: «Я здесь!». Все участники разбегаются по площадке кто куда, а хитрая лиса пытается кого-нибудь поймать. После того, как 2-3 человека пойманы, педагог говорит: «В круг!» и игра начинается снова.

33. "Удочка"

Цель: развивать ловкость, внимание, быстроту реакции.

Ход игры: участники располагаются по кругу. В центре находится водящий — воспитатель. Он в руках держит веревочку, на конце которой привязан небольшой мешочек с песком. Водящий вращает веревочку по кругу над самой землей. Дети подпрыгивают таким образом, чтобы веревочка не задела их ног. Те участники, которым веревочка задела по ногам, выбывают из игры.

34. "Паук и мухи"

Цель: развивать у детей умение выполнять действия по сигналу.

Ход игры: в одном из углов зала кружком обозначается паутина, в которой находится паук — водящий. Все остальные ребята — мухи. Все мухи «летают» по залу, жужжат. По сигналу ведущего «Паук!» мухи замирают. Паук выходит из укрытия и внимательно осматривает всех мух. Тех, которые пошевелились, он отводит в свою паутину. После двух-трех повторений, подсчитывается количество пойманных мух.