**Картотека подвижных игр для детей 1 младшей группы**

 ***(в летний период)***

Подготовила: воспитатель Чуканова Е.В.

**«ПО ТРОПИНКЕ»**

**Задача**: учить ходить друг за другом, не наталкиваясь

**Описание:**На полу лежат параллельно друг другу две доски (ширина 20 см) на расстоянии 1-1, 5 м. Дети двумя колоннами выполняют ходьбу по доскам- «тропинкам», свободно балансируя руками.

Правила: воспитатель напоминает им, что спину и голову нужно держать прямо.

**«КТО ТИШЕ?»**

**Задача:**учить детей ходить подгруппой (всей группой) на носочках.

**Описание:**Ребенок идет вместе с вами с одного конца комнаты (площадки) на другой. Вы предлагаете ему пройти тихо-тихо, на носочках, так, чтобы не было слышно. «Осторожно идем по мостику, чтобы не оступиться и не намочить ног». Указания к проведению.

**Правила:** воспитатель следит за правильной осанкой ребенка и за тем, чтобы он не утомился.

**Варианты:** ходьба по кругу на носочках.

**«ПТИЧКИ В ГНЁЗДЫШКАХ»**

**Задачи:**  учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.

**Описание.**С одной стороны площадки свободно раскладывают обручи («гнёздышки») по количеству детей. Каждый ребёнок («птичка») стоит в своём «гнёздышке». По сигналу воспитателя дети – «птички» выбегают из обручей – «гнёзд» - и разбегаются по всей площадке. Воспитатель имитирует кормление «птиц» то в одном, то в другом конце площадки: дети присаживаются на корточки, ударяя кончиками пальцев по коленям – «клюют» корм. «Полетели птички в гнёзда!» - говорит воспитатель, дети бегут к обручам и становятся в любой свободный обруч. Игра повторяется.

**Правила:**не толкаться, помогать друг другу вставать в обруч, использовать всю площадь, выделенную для игры*.*

**Варианты:** разложить 3-4 больших обруча – «в гнезде живёт несколько птиц». На сигнал: «Полетели птицы в гнёзда» - дети бегут, в каждый обруч встают 2-3 детей.

**«ДОПОЛЗИ ДО ПОГРЕМУШКИ»**

**Задача:** учить детей подлезать под шнур, не задевая его; упражнять в ползании по ограниченной площади; развивать навыки лазанья, воспитывать смелость и ловкость.

**Описание:** сначала педагог предлагает одному ребенку показать, как нужно подлезать под шнур, и при этом объясняет: «Лена подходит к шнуру, становится на четвереньки (с опорой на ладони и колени) и выполняет ползание, как «жучок», голову наклоняет так, чтобы не задеть шнур. Доползла до погремушки, встала, взяла погремушку и погремела ею». После показа и объяснения воспитатель предлагает детям занять исходное положение и по сигналу приступить к выполнению задания. Упражнение повторяется 3 раза.

**Правила:**не толкаться, выполнять задание по сигналу воспитателя

**Варианты:** подлезание под дугу.

**«ЗАИНЬКА»**

**Задачи:** учить детей подпрыгивать на двух ногах, мягко приземляясь, внимательно слушать сигналы, выполнять движения в соответствии с текстом.

**Описание:** Дети вместе с воспитателем становятся в круг. Воспитатель поет песенку и показывает детям движения.

*Заинька, топни ножкой, Серенький, топни ножкой,*

*Вот так, этак топни ножкой! (2 раза)*

***Дети топают ножкой, руки на поясе.***

*Заинька, бей в ладоши, Серенький, бей в ладоши,*

*Вот так, этак бей в ладоши! (2 раза)*

***Дети хлопают в ладоши.***

*Заинька, повернись, Серенький, повернись,*

*Вот так, этак повернись! (2 раза)*

***Дети поворачиваются 1-2 раза. Руки на поясе.***

*Заинька, попляши Серенький, попляши,*

*Вот так, этак попляши! (2 раза)*

***Дети подпрыгивают на двух ногах кто как может.***

*Заинька, поклонись, Серенький, поклонись,*

*Вот так, этак поклонись!* (2 раза)

***Дети наклоняются, разводя руки в стороны.***

**Правила**:  Вначале можно взять только первый, второй, четвертый куплеты. При повторении можно исполнять все куплеты. Кроме того, когда малыши будут хорошо знать содержание песенки, можно выбрать ребенка-заиньку, который становится в середину круга и выполняет все движения по тексту песни.  При следующем водящем можно добавить ещё 1 куплет:

*Заинька, выбирай, Серенький, выбирай,*

*Вот так, этак выбирай! (2 раза)*

Ребенок выбирает другого заиньку, и игра повторяется.

**«ПРОКАТИ МЯЧ»**

**Задача:**учить детей катать мяч двумя руками друг другу.

**Описание:**дети подходят к стульям (скамейке, на которых заранее разложены мячи большого диаметра, берут их и становятся на исходную линию, обозначенную шнуром. По команде воспитателя: «Покатили! », оттолкнув мяч двумя руками, прокатывают его в прямом направлении и догоняют. На исходную линию малыши возвращаются шагом. Упражнение повторяется.

**Правила:**выполнять задание по команде воспитателя«Покатили! »

**Варианты:** катание мяча под дугу одной рукой.

**«ПЕРЕШАГНИ ЧЕРЕЗ ПАЛКУ»**

**Задача:** учить ходить по прямой дорожке с перешагиванием через предметы.

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

**Правила:** необходимо дойти до стула, поднять флажок (погремушку) и помахать.

**Варианты:** увеличить количество палок до 5. Можно использовать для перешагивания обручи.

**«ПТИЧКИ ЛЕТАЮТ»**

**Задача:** учить детей спрыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную, действовать по сигналу воспитателя, приучить детей помогать друг другу.
**Описание:** на сигнал «Птички летают!» дети бегают по площадке, изображая птиц.

На сигнал «Кот!» «птички» «улетают» в свои домики.

**Правила**: внимательно слушать и действовать по сигналу воспитателя

**«ПРОПОЛЗТИ В ВОРОТЦА»**

**Задачи:** совершенствовать у малыша навыки ползания, побуждать его к этому движению, учить проползать под дугой, не задевая; упражнять в ползании по ограниченной площади.

**Описание:** Малыш сидит на стульчике. 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. Предложите ребенку на четвереньках доползти до дуги, подлезть под нее, подползти к мячу, затем встать, поднять мяч двумя руками и опустить его в сетку.

**Варианты:** пройти под препятствием, пригнувшись, но, не дотронувшись руками до земли ("Пройти под дугой").

**«ЦЕЛЬСЯ ТОЧНЕЕ»**

**Задачи:** учить бросать мяч вперёд двумя руками снизу (из-за головы, от груди); развивать элементарные навыки попадания в цель, развивать глазомер, ловкость, координацию движений.

**Описание:** ребенок держит в руке маленький мяч или мешочек с песком. Поставьте ящик или большую корзину (расстояние от цели до детей не более 1,5-2 м). Предложите ребенку бросать мяч, который находится у него в руках, в ящик (корзина, сетка).

**«ОГУРЕЧИК, ОГУРЕЧИК … »**

**Задачи**: учить прыгать на двух ногах с продвижением вперёд; воспитывать умение играть в подвижную игру с простым содержанием и несложными движениями.

**Описание:** На одной стороне зала – воспитатель - ловишка, на другой стороне – дети. Они приближаются к ловишке прыжками на двух ногах. Воспитатель говорит:

*Огуречик, огуречик,*

*Не ходи на тот конечик,*

*Там мышка живет,*

*Тебе хвостик отгрызет.*

Дети бегут за условную черту, а педагог их догоняет. Воспитатель произносит текст в таком ритме, чтобы дети смогли на каждое слово подпрыгнуть два раза.

**«СОЛНЫШКО И ДОЖДИК»**

**Задачи:** Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, находить свое место на площадке. Упражнять в ходьбе и беге.

**Описание:** Дети сидят на стульях вдоль комнаты, это их «дом». Воспитатель смотрит в окно и говорит «Какая хорошая погода, идите гулять!». Дети встают и идут в любом направлении. «Дождь пошел, бегите домой!» - говорит воспитатель. Дети бегут к стульям и занимают свои места. Воспитатель приговаривает «Кап – кап – кап!». Постепенно дождь утихает и воспитатель говорит «Идите гулять. Дождь перестал!».

**Правила:**

1. Дети уходят из дома по сигналу «Идите гулять!».
2. Бегут домой на сигнал «дождь пошел!»

**Варианты**: Дети вначале занимают любой стул, затем только свой. Вместо домика устроить переносной навес – прятаться от дождя. Во время прогулки могут собирать «грибы и ягоды». Ходьбу можно заменить пляской.

**«ЗАЙКА»**

**Задачи:** Развивать у детей умение согласовывать движение со словами. Упражнять в беге. В подпрыгивании на двух ногах, нахождении своего места. Способствовать развитию речи.

**Описание:** На одной стороне площадки отмечаются места зайцев. Каждый становится на свое место. По сигналу воспитателя «Бегите в круг!» все дети собираются в круг, а один из зайцев, которого назначает воспитатель, становится в середину. Дети с воспитателем произносят стихи и выполняют движения под текст:

Зайка серенький сидит и ушами шевелит, - дети стоят в кругу,

Вот так, вот так он ушами шевелит! – шевелят кистями рук, подняв их к голове.

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть,

Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, надо лапочки погреть – хлопают в ладоши.

Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать

Скок-скок, скок-скок, надо зайке поскакать – прыгают на 2 ногах на месте.

Кто-то зайку испугал, зайка прыг и ускакал! – воспитатель хлопает в ладоши, дети разбегаются по своим домам.

**Правила:**

1. Дети убегают только после слов «И ускакал!», а собираются в круг после слов «Бегите в круг!»

**Варианты**: На полу выложить шнур со связанными концами. По сигналу перепрыгивают шнур. В середину можно поставить нескольких зайцев.

**«МОЙ ВЕСЕЛЫЙ, ЗВОНКИЙ МЯЧ»**

**Задачи:** Развивать у детей умение прыгать ритмично, в соответствии с текстом стихотворения, выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге, в подпрыгивании на 2 ногах

**Описание:** Дети сидят на стульях, поставленных в разных местах комнаты. Воспитатель находится в центре. Берет большой мяч и начинает отбивать его рукой о землю, говоря: «Мой веселый, звонкий мяч…». Воспитатель подзывает к себе детей и предлагает им попрыгать как мячики. Дети прыгают в том же темпе. Воспитатель кладет мяч и повторяет стихотворение, делая движение рукой, так, как будто отбивает мяч, а дети прыгают. Закончив стихотворение, воспитатель говорит: «Догоню!». Дети убегают.

**Правила:**

1. Убегать можно только после слов: «Догоню!»

**Варианты**: Воспитатель имитирует отбивание движение мяча, показывая на детях (они мячики, затем они катятся, бегут в разных направлениях). Можно поставить рядом с собой несколько детей, которые будут вместе с ним отбивать свои мячи, затем ловить убегающих.

**«ВОРОБЫШКИ И АВТОМОБИЛЬ»**

**Задачи:** Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге в разных направлениях и прыжках.

**Описание:** Границы площадки отмечаются флажками. На одном конце площадки на скамейках воробушки. На другом конце обозначается место для автомобиля – гараж. Автомобиль – воспитатель. «Воробушки вылетают из гнезда!» - говорит воспитатель, и дети начинают бегать в разных направлениях, подняв руки в стороны. Появляется автомобиль. Воробушки пугаются и улетают в гнезда. Автомобиль возвращается в гараж.

**Правила:**

1. Нельзя убегать за границы площадки
2. Вылетать из гнезда только по сигналу воспитателя.
3. Возвращаться в гнезда при появлении автомобиля.

**Варианты**: Детям, изображающим в игре автомобили, дать в руки руль или флажки. Воробушки могут помещаться в гнездышках - кружочках, начерченных на земле. Воробушки могут стоять на скамеечках и спрыгивать с них.