

Картотека малоподвижных игр средний дошкольный возраст

Карточка №1. «Две подружки»

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

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 чуть-чуть «приоткрывают» их – это ротик.)*

«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.)*

Карточка №2. «Дерево, кустик, травка»

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.

Карточка №3. «Дом»

Дети стоят в кругу или в рассыпную. 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.)*

Карточка №4. «Елочка»

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.)*

Карточка №5. «Капуста – редиска»

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).

Карточка №6. «Котик к печке подошел»

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 по кругу в другую сторону, взявшись за руки.)*

А на печке калачи,

Ох, вкусны и горячи! *(Останавливаются, поворачиваются лицом к центру круга, хлопают в ладоши.)*

Пироги в печи пекутся, *(Выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх.)*

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

Карточка №7. «Овощи и фрукты»

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.

Карточка №8. «По дорожке»

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.)*

Карточка №9. «Ручки – ножки»

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 то вправо, то влево.)*

Снова опустились. *(Опускают руки.)*

Покружились, покружились

И остановились. *(Останавливаются.)*

Карточка №10. «Светофор»

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.

Карточка №11. «Три медведя»

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 на уровне груди.)*

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

Очень маленький он был,

С погремушками ходил. *(Имитируют игру с погремушкой.)*

Карточка №12. «Тук-тук»

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.)*

Карточка №13. «Ты медведя не буди!»

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.)*

Карточка №14. «У меня, у тебя»

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.

Карточка №15. «У меня есть все»

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.)*

Карточка №16. «Снежок»

Дети стоят в кругу или врассыпную. 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 – поймает, *(Опускают руки.)*

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

И ломаем. *(Подпрыгивают.)*