

# Картотека подвижных игр в зимний период года

средняя группа



## *Дед мороз*

**Цель:** развитие ловкости, быстроты, воспитание выдержки, терпения. Прививать умение выполнять характерные движения.

### **Ход игры**

Воспитатель предлагает детям начать игру. Все вместе вспоминают, что Дед Мороз живет в лесу и приносит зимой детям подарки.

Воспитатель говорит грубым голосом:

Я – Мороз Красный Нос,  
Бородою зарос.  
Я ищу в лесу зверей.  
Выходите поскорей!  
Выходите, зайчики!

*Дети прыгают навстречу воспитателю, как зайчики.*

Воспитатель пытается поймать ребят: «Заморожу! Заморожу!». Дети разбегаются.

Игра повторяется.

Каждый раз «Дед Мороз» приглашает выходить «из леса» новых зверей (мишек, лисичек), лесных птичек. Дети имитируют их движения, а затем убегают от «Деда Мороза».

Затем роль Деда Мороза принимает ребенок из группы.

## *Снег кружится...*

(по стихотворению А. Барто)

**Цель:** развитие координации движений, сохранение равновесия, укрепление опорно-двигательного аппарата. Научить соотносить собственные действия с действиями участников игры.

Материал: ободки с эмблемами-снежинками.

### **Ход игры**

Воспитатель напоминает детям, что снег легкий, он медленно падает на землю, кружится, когда подует ветерок.

Затем предлагает всем участникам игры ободки-снежинки. Воспитатель предлагает детям покружиться, произнося: «Снег, снег кружится, белая вся улица!».

Затем жестом приглашая детей приблизиться, произносит: «Собрались мы все в кружок, завертелись, как снежок».

Дети выполняют движения произвольно и в конце медленно приседают. Воспитатель произносит: «Подул холодный ветер. Как? В-в-в-в! («В-в-в!» – произносят дети.) Разлетелись, разлетелись снежинки в разные стороны».

Дети разбегаются по площадке.

*Игра по желанию детей повторяется 3–4 раза.*

## *Мыши водят хоровод*

**Цель:** развитие ловкости, быстроты реакции, координации и скорости движения; воспитание выносливости.

### **Ход игры**

Воспитатель рассказывает, что все дети будут мышками, а кто-то один – котом Васькой. Ребенка, согласившегося быть котом, взрослый уводит в укромный уголок площадки и спрашивает: «Как кот мяукает, знаешь?».

Далее воспитатель объясняет всем: «Мы – мышки, будем водить хоровод, бегать, играть, веселиться, но как только проснется Васька-кот, сразу разбегайтесь, чтобы кот вас, мышек, не поймал. Покажите, как мышки бегают. Быстро-быстро и тихо-тихо, чтобы не будить кота. А как они пищат?»

«Мыши» водят хоровод: дети тихо передвигаются по площадке и подпевают взрослому.

Воспитатель поет:

Ля-ля-ля!  
На печурке дремлет кот.  
Ля-ля-ля!  
Тише, мыши, не шумите,  
Кота Ваську не будите.  
Вот проснется Васька-кот –  
Разобьет наш хоровод!

«Мышки» не слушаются, бегают, пищат.

Вот проснулся Васька-кот,  
Разбежался хоровод!

«Кот» с мяуканьем пытается догнать «мышек». Они разбегаются.

*По желанию детей игра повторяется 2–3 раза.*

## *Мы веселые ребята*

**Цель:** развитие внимания, быстроты реакции; учить выполнять действия согласно указаниям взрослого.

### **Ход игры**

Дети стоят на одной стороне площадки, а ловишка сбоку примерно посередине. Дети хором говорят:

«Мы, весёлые ребята,  
Любим бегать и играть.  
Ну, попробуй нас догнать.  
Раз, два, три-лови!»

Дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка их догоняет.

Воспитатель. Молодцы, веселые ребята!

*Игра повторяется.*

## Гуси

**Цель:** тренировка навыков правильного дыхания; укрепление мышц туловища и конечностей, формирование осанки. Сводов стоп. Развитие координации движения.

Материал: маска – волк.

### Ход игры

Воспитатель, объясняет детям: «Гуси ходили в поле свежей травки пощипать, потом искупались в речке, собрались домой, а не могут пройти! Под горой сидит волк, хочет гусей схватить».

Воспитатель. Гуси, гуси! *(Дети: «Га-га-га!».)*

Есть хотите? *(Дети: «Да-да-да!»)*

Хлеба с маслом? *(Дети: «Нет!»)*

А чего же вам? *(Дети: «Конфет!»)*

Летите домой!

Взрослый *(произносит вместе с детьми).*

Серый волк под горой

Не пускает нас домой.

Раз, два, три – домой беги!

Дети бегут на веранду.

Взрослый берет в руки волка, «рычит», догоняет детей, потом хвалит: «Молодцы, гуси! Все долетели, не поймал никого волк!».

*По желанию детей игра повторяется; затем роль «волка» берёт ребенок.*

## Кошка и мышки

**Цель:** умение реагировать на сигнал, повышение эмоционального тонуса. Учить имитировать звуки, издаваемые мышками, бегать тихо, как мышки.

Материал: маска-кошка, эмблемы с изображением мордочек мышек, шнур.

### Ход игры

Воспитатель объясняет, что по одну сторону шнура будет домик мышек – норка, по другую сторону (на расстоянии 2–2,5 м) на скамеечке спит кошка. Раздает всем детям эмблемки и приглашает «мышек» в «норку». Медленно произносит:

На скамейке у дорожки

Улеглась и дремлет кошка.

*(«Мышки» подлезают под шнур, осторожно бегают, пищат.)*

Кошка глазки открывает

И мышат всех догоняет:

– Мяу! Мяу! *(«Мышки» прячутся в «норку».)*

Воспитатель берет игрушку кошку и догоняет детей.

*Игра повторяется 2–3 раза.*

## *Каравай*

**Цель:** тренировка различных навыков движения; координация движений; учить выполнять действия, слушая слова песни.

### **Ход игры**

Воспитатель подзывает к себе желающих поиграть, ставит детей в кружок (произвольно) и спрашивает: «Кто хочет, чтобы про него спели песню?».

*Выходит Миша (Маша, Таня).*

Воспитатель (*поет*). Как для Миши в день рожденья (*дети хлопают в ладоши*)

Испекли мы каравай –  
Вот такой вышины (*встают на цыпочки*),  
Вот такой нижины (*присаживаются*),  
Вот такой ширины (*показывают руками*),  
Вот такой ужины (*дети сбегаются в круг*).  
Каравай, каравай,  
Кого хочешь, выбирай! (*Дети хлопают в ладоши.*)  
(*Ребенок выбирает одного-двух ребят и пляшет с ними.*)  
Попляши, попляши!  
Наши детки хороши! (*Хлопают в ладоши.*)

*По желанию детей игра повторяется.*

## *Лохматый пес*

**Цель:** умение быстро бегать, ориентироваться в пространстве, воспитание решительности в действиях. Учить передвигаться по площадке, следуя указаниям, которые даются в игровой форме.

Материал: маска-собака.

### **Ход игры**

Воспитатель объясняет детям: «Собачка спит, попробуем ее разбудить».

Воспитатель читает стихотворение, жестом приглашая детей выполнять соответствующие действия:

Вот лежит лохматый пес,  
В лапы свой уткнул он нос,  
Тихо, смирно он лежит,  
Не то дремлет, не то спит.  
Подойдем к нему, разбудим  
И посмотрим, что-то будет.

Дети подкрадываются к собачке, тихо-тихо зовут: «Собачка, собачка, поиграй с нами!». Собачка «лает». Дети разбегаются в разные стороны.

Игра повторяется 2–3 раза.

## ***У медведя во бору...***

**Цель:** умение быстро бегать, ориентироваться в пространстве, воспитание решительности в действиях. Учить действовать согласно словам текста.

Материал: Маска-медведь.

### **Ход игры**

Воспитатель сажает «медведя» под кустом и рассказывает детям, что осенью можно пойти в лес, набрать грибов и ягод; спрашивает, кто из детей ходил с родителями за грибами. «Много грибов принесли? Находили ли в лесу малину? Кто любит малину? Конечно, медведь! Он приходит полакомиться сладкими ягодами, а как увидит кого, сразу рычит, отгоняет всех, хочет один ягоды собирать. Ишь, какой мишка-сладкоежка! Пойдемте и мы в лес!»

Воспитатель медленно читает стихотворение:

У медведя во бору  
Грибы-ягоды беру,  
А медведь глядит  
И на нас рычит:  
«Prrr!»

Слушая текст, ребята медленно приближаются к медведю (мягкой игрушке). Как только медведь «зарычит», все разбегаются в разные стороны.

Затем воспитатель спрашивает: «Кто хочет быть медведем? Ты, Миша? А рычать будешь? Тогда садись рядом. У нас будет два медведя».

По желанию детей игра повторяется 3–4 раза, «медведи» могут меняться.

## ***Кто дальше бросит?***

**Цели:** развитие меткости, глазомера.

Материал: мячики теннисные.

### **Ход игры**

Все бросают снежок за черту. Очерченную на расстоянии 3 м. от играющих.

Выигрывает тот, кто дальше забросит мячик.

## ***Найди, где спрятано!***

**Цели:** умение быстро бегать, ходить, ориентироваться в пространстве; развитие внимательности.

Материал: флажок, игрушку и т.д.

### **Ход игры**

Воспитатель показывает предмет (флажок, игрушку и т.д.) и говорит, что он его спрячет. Затем предлагает детям отвернуться или закрыть глаза. Убедившись, что никто не смотрит, воспитатель прячет предмет и говорит: «Пора!»

Дети начинают искать. Кто первый его найдет, тот получает право прятать игрушку при повторении игры.

При последнем повторении игры можно предложить ребенку, нашедшему предмет, встать первым и пройтись вместе с детьми по кругу.

## *Буря*

**Цели:** умение быстро бегать, ходить, ориентироваться в пространстве; развитие внимательности.

### **Ход игры**

Дети стоят врассыпную. Они птицы. По сигналу воспитателя:

«Птицы летают!» Дети подняв руки в стороны бегают по залу, изображая птиц. По сигналу:

«Буря!» птицы улетают:

- садятся на скамеечку,
- встают в обруч.

## *Два Мороза*

**Цели:** умение быстро бегать, ходить, ориентироваться в пространстве; развитие внимательности, ловкости, быстроты, воспитание выдержки, терпения.

### **Ход игры**

Дети находятся на одной стороне площадки, два водящих сбоку-посередине. Они говорят слова:

«Мы два брата молодые

Два Мороза удалые:

Я Мороз-Красный нос

Я Мороз-Синий нос.

Кто из вас решится в путь-дороженьку пуститься?»

Дети отвечают хором:

«Не боимся мы угроз

И не страшен нам мороз.»

Дети перебегают на другую сторону, а водящие их ловят.

## *Ветерок*

**Цели:** умение быстро бегать, прыгать, ориентироваться в пространстве; развитие внимательности.

Материал: шапочку «Ветерка».

### **Ход игры**

Выбирается водящий. Ему надевают шапочку «Ветерка». И он отходит в сторону. Воспитатель говорит:

«Из – за елки на опушке  
Чьи-то выглянули ушки. (дети присели и показывают ушки)  
Лапки заек замерзают,  
Зайки лапки согревают  
( встали, согревают лапки )  
Стали прыгать и скакать,  
Стали весело играть.» (дети прыгают).  
Воспитатель говорит:  
«Ну-ка, ветер, не зевай  
И зайчишек догоняй!»  
Водящий догоняет детей.

### ***Волк и зайчата***

**Цели:** умение быстро бегать, прыгать, ориентироваться в пространстве;  
развитие внимательности.

Материал: шапочка волка.

#### **Ход игры**

Выбирается водящий. Он стоит в центре круга. Дети идут по кругу и произносят слова:

«Он всегда по лесу рыщет,

За кустом зайчаток ищет.

Он зубами щелк да щелк...»

Водящий говорит: «Угадали? Это волк!»

Дети убегают «волк» догоняет.

### ***Мой веселый, звонкий мяч***

**Цели:** умение быстро бегать, прыгать, ориентироваться в пространстве;  
развитие внимательности.

#### **Ход игры**

Воспитатель предлагает детям попрыгать, как мячики, а сам произносит текст:

«Мой веселый звонкий мяч

Ты куда помчался вскачь?

Красный, желтый, голубой

Не угнаться за тобой!»

А я догоню – на эти слова дети перестают прыгать и разбегаются.

Воспитатель догоняет.

## *Карусель*

**Цели:** умение быстро ходить, бегать, ориентироваться в пространстве; развитие внимательности.

### **Ход игры**

Дети образуют круг, держась за шнур, концы которого связаны. Они берутся за шнур правой рукой и идут по кругу сначала медленно, потом все быстрее, а под конец бегут. Движения выполняются в соответствии с произносимым вслух текстом:

Еле, еле, еле, еле                      Закружились карусели,  
А потом кругом, кругом,      Все бегом, бегом, бегом.

Во время бега воспитатель приговаривает: «По-бе-жа-ли, по-бе-жа-ли». После того как дети пробегут по кругу 2—3 раза воспитатель подает сигнал к изменению направления движения, говоря: «Поворот». Играющие поворачиваются кругом, быстро перехватывают шнур в левую руку и бегут в другую сторону. Затем воспитатель вместе с детьми произносит:

Тише, тише, не спешите!      Карусель остановите!

Раз, два, раз, два,                      Вот и кончилась игра!

Движение карусели постепенно замедляется. При словах «Вот и кончилась игра» дети опускают шнур на землю и расходятся по площадке. После того как дети немного отдохнут, воспитатель подаст сигнал (звонок, свисток, хлопки, удары в бубен), по которому играющие снова становятся в круг, берутся за шнур, т. е. занимают свои места на карусели. Игра возобновляется, повторяется 3—4 раза.

Указания. Воспитатель может дать детям указание по условным сигналам быстро становиться в круг при повторениях игры. Игрок, не успевший занять место до третьего сигнала, не принимает участия в очередной катании на карусели, а ожидает следующей посадки.

## *Мышеловка*

**Цели:** развитие координации движений, ловкости, быстроты реакции на сигнал. Умение ориентироваться в пространстве; развитие внимательности.

### **Ход игры**

Играющие делятся на 2 неравные по составу группы. Меньшая группа, взявшись за руки, образует круг. Они изображают мышеловку. Остальные дети (мыши) находятся вне круга. Изображающие мышеловку, начинают идти по кругу, приговаривая:

Ах, как мыши надоели,      Все погрызли, все поели,

Берегитесь же, плутовки,      Доберемся мы до вас.

Вот поставим мышеловки.      Переловим всех сейчас!

Дети останавливаются, и поднимают руки вверх, образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее. По сигналу воспитателя «хлоп» стоящие по кругу дети опускают руки, приседают - мышеловка захлопывается. Мыши, не успевшие выбежать из круга (мышеловки),

считаются пойманными. Пойманные становятся в круг, мышеловка увеличивается. Когда большая часть детей будет поймана, дети меняются ролями - игра возобновляется. Игра повторяется 4 - 5 раз.  
Указания. После того как мышеловка захлопнулась, мышам нельзя подлезать под руки стоящих по кругу или пытаться разорвать сцепленные руки.  
Наиболее ловких детей, которые ни разу не попались в мышеловку, следует отметить

### *Не задень!*

**Цели:** развитие ловкости.

#### **Ход игры**

На площадке раскладывают снежные комки в шахматном порядке. Дети стоят у одной линии по одну сторону площадки. По сигналу дети бегут из одного конца площадки в другой, обходя комки.

### *Остановись возле снежка!*

**Цели:** развитие внимания.

#### **Ход игры**

На площадке раскладывают снежки. Их должно быть на один меньше чем детей. Дети бегают врассыпную. По сигналу каждый должен остановиться возле снежка. У каждого снежка должен стоять только один ребёнок. Тот, кто не нашёл себе места, выбывает из игры. Игра повторяется до тех пор, пока не выявится победитель.

### *Кто быстрее залепит круг*

**Цели:** развитие координации движений, ловкости, меткости.

#### **Ход игры**

На снегу чертят два небольших круга – цели для попадания. Для детей готовят снежки. Участников делят на две группы. Каждая группа становится возле своего круга (расстояние от него до каждого участника должно быть 1,5 м) . По сигналу дети начинают бросать снежки в круг, стараясь залепить всю его площадь. Побеждает группа, которая сделала это первая.

### *Попади в ведро*

**Цели:** развитие координации движений, ловкости, меткости.  
Материал: «снежки», ведро.

#### **Ход игры**

Дети становятся полукругом вокруг небольшого ведёрка , у каждого в руках снежки. Дети бросают снежки в ведёрко с расстояния 1,5 – 2 м.  
Указание: детей надо расставлять только с одной стороны, чтобы они не попали друг в друга. Группа должна быть небольшой – 2-3 человека.

## *Попади в обруч*

**Цели:** развитие координации движений, ловкости, меткости.  
Материал: обруч.

### **Ход игры**

Обруч подвешивается на расстоянии глаз ребёнка. Один ребенок становится перед обручем и с расстояния 1,5 – 2 м бросает снежок, стараясь, чтобы он пролетел через обруч. Можно усложнить задание и подвесить не один, а два обруча на расстоянии 0,5 м друг от друга.

Указание: дети выполняют задание по очереди, все броски выполняются с одной стороны во избежание попадания снежками друг в друга.

## *Салки со снежками*

**Цели:** развитие координации движений, ловкости, меткости.  
Материал: «снежки»

### **Ход игры**

Количество участников: от 6 человек

Игра проводится на площадке 30 x 15 м. В ее центре чертят небольшой круг — место для водящего и его помощников. Выбирают водящего, остальные игроки разбегаются по площадке. Задача водящего — осалить заготовленными снежками игроков, которые бегают по площадке. Осаленные игроки становятся помощниками водящего, встают в круг и получают право тоже осаливать игроков за кругом. Таким образом, по ходу игры постепенно уменьшается число игроков, свободно бегающих по площадке. Игра заканчивается, когда остается один не осаленный игрок. Он — победитель и может стать водящим при повторной игре.

## *Перелет птиц*

**Цель:** развивать у детей выдержку, умение двигаться по сигналу. Упражнять в беге, лазании.

### **Ход игры:**

Дети стоят в рассыпную на одном конце площадки – «птицы». На другом конце – вышка для влезания или гимнастическая стенка с несколькими пролетами. По сигналу «птицы улетают» птицы летят, расправив крылья. По сигналу «буря» птицы летят на вышку – скрываются от бури. По сигналу «буря прекратилась», птицы летают. Продолжительность 5-7 минут.