

Карточка игр по физическому развитию для детей 4 – 5 лет.

«Мы ребята смелые»

Задачи: совершенствовать навыки ползания на четвереньках между предметами – в прямом направлении, по доске, по наклонной доске. Развивать умение согласовывать движения со словами, ползти друг за другом не толкаясь. Развивать ориентировку в пространстве, зрительное восприятие ориентиров.

Оборудование: кубики, кирпичики, доски, шнуры.

Описание. Ведущий читает стихотворение, а дети ползают и ходят, изображая разведчиков.

Мы ребята смелые,

Ловкие, умелые.

Проползем здесь и там – по дорогам (в прямом направлении)

По мостам (по доске)

Влезем на гору высоко (по наклонной доске)

Видно нам с нее далёко.

А потом найдем дорожку

И пройдем по ней немножко (ходьба по извилистой «дорожке», обозначенной шнурами).

«Зайчата»

Задачи: развивать быстроту реакции, ловкость, скорость, внимание.

Развивать ориентировку в пространстве.

Описание. Ведущий считалкой выбирает одного ребенка, который будет выполнять роль Волка. Остальные дети – Зайчата. Дети идут к логову Волка, произнося:

Мы, Зайчата смелые,

Не боимся волка.

Спит зубастый серый волк

Под высокой елкой. (волк просыпается и старается поймать зайчат)

Мы, зайчата, не просты:

Разбежались под кусты. (дети бегут за стулья)

«Пастух и коровы»

Задачи: совершенствовать навыки ползания на четвереньках.

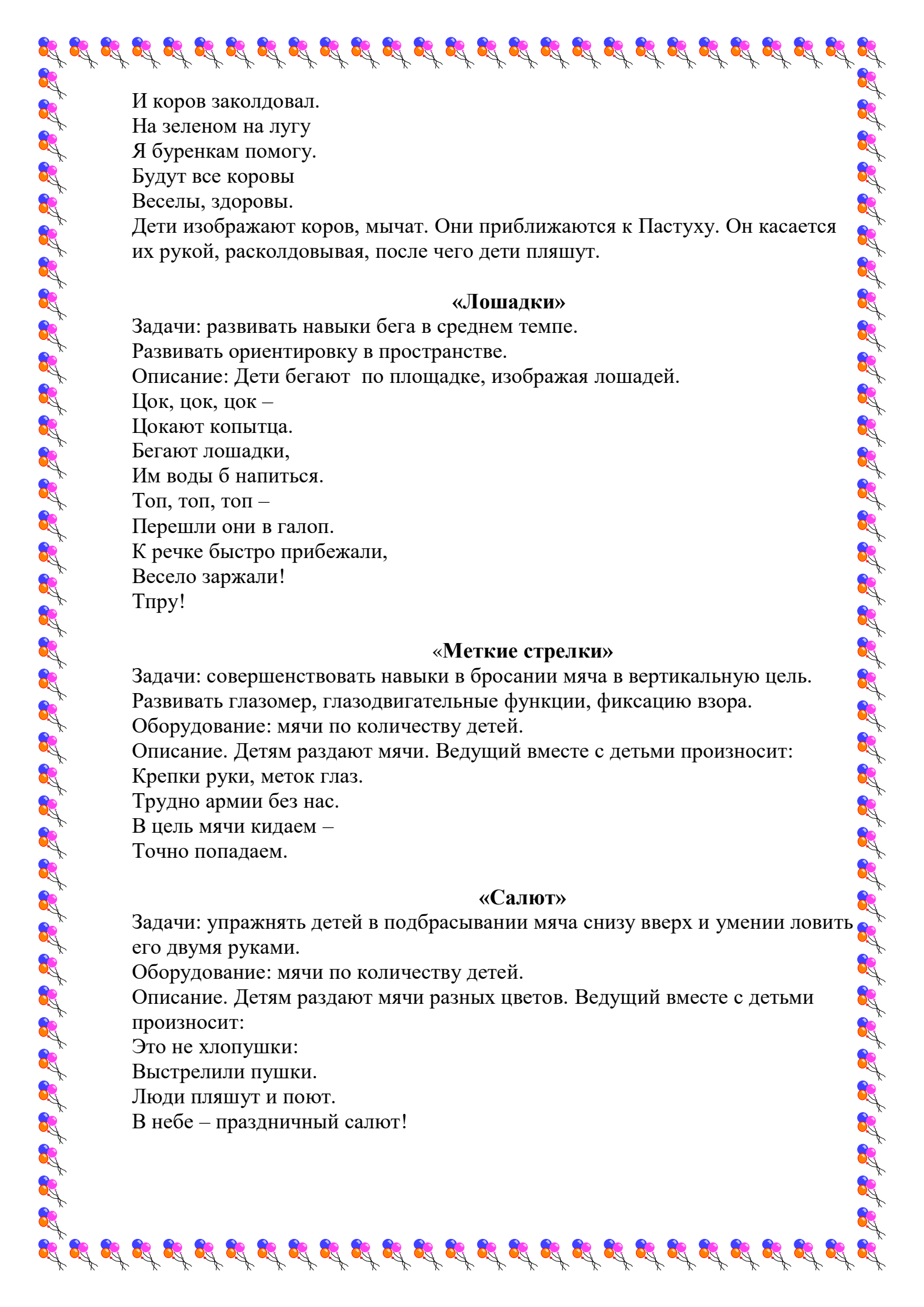
Развивать ориентировку в пространстве.

Описание. Ведущий – Пастух, дети – коровы. Дети на четвереньках ползут к Пастуху, который в это время произносит:

Милые коровушки,

Белые головушки!

Злой колдун здесь побывал



И коров заколдовал.
На зеленом на лугу
Я буренкам помогу.
Будут все коровы
Веселы, здоровы.
Дети изображают коров, мычат. Они приближаются к Пастуху. Он касается их рукой, расколдовывая, после чего дети пляшут.

«Лошадки»

Задачи: развивать навыки бега в среднем темпе.
Развивать ориентировку в пространстве.
Описание: Дети бегают по площадке, изображая лошадей.
Цок, цок, цок –
Цокают копытца.
Бегают лошадки,
Им воды б напиться.
Топ, топ, топ –
Перешли они в галоп.
К речке быстро прибежали,
Весело заржали!
Тпру!

«Меткие стрелки»

Задачи: совершенствовать навыки в бросании мяча в вертикальную цель.
Развивать глазомер, глазодвигательные функции, фиксацию взгляда.
Оборудование: мячи по количеству детей.
Описание. Детям раздают мячи. Ведущий вместе с детьми произносит:
Крепки руки, меток глаз.
Трудно армии без нас.
В цель мячи кидаем –
Точно попадаем.

«Салют»

Задачи: упражнять детей в подбрасывании мяча снизу вверх и умении ловить его двумя руками.
Оборудование: мячи по количеству детей.
Описание. Детям раздают мячи разных цветов. Ведущий вместе с детьми произносит:
Это не хлопушки:
Выстрелили пушки.
Люди пляшут и поют.
В небе – праздничный салют!

«Крокодилы»

Задачи: развивать умение пролезать в обруч, лазать по наклонной лесенке, действовать в соответствии со словами текста.

Оборудование: веревка, обруч, лесенка.

Описание. Дети выполняют упражнения.

Жили в долине Нила

Три больших крокодила.

Звали их так:

Мик, Мок, мак.

Мик ползать любил, как любой крокодил

Любопытный Мок

Пролезал куда мог

А ловкий Мак

По горам бродил

Такой смельчак

Этот был крокодил.

«Хитрый лис»

Задачи: упражнять в лазании по гимнастической стенке.

Закреплять умение согласовывать движения со словами.

Формирование осторожность и осмотрительность на гимнастической стенке.

Оборудование: гимнастическая стенка, шапочки кур и лисицы.

Описание. Дети выполняют движения проговаривая слова:

В огороде, во дворе

Курицы гуляли.

Зёрнышки клевали,

Червячка искали. (дети ходят, имитируя движения кур)

Вдруг откуда ни возьмись

Появился хитрый лис.

Куры быстро и насест!

А не то всех вас он съест! (дети бегают и забираются на гимнастическую стенку).

«Зайцы и волк»

Задачи: развивать у детей координацию движение, ориентировку в пространстве. Упражнять в беге и прыжках.

Описание: Одного из играющих выбирают волком. Остальные дети изображают зайцев. На одной площадке зайцы стоят в своих домиках, волк – на другом конце площадки. Ведущий говорит: Зайки скачут, скок, скок, скок,

На зеленый на лужок,

Травку щиплют, кушают,

Осторожно слушают –

Не идет ли волк.

Зайцы выпрыгивают из домиков и разбегаются по площадке. Они то прыгают, то присаживаются и оглядываются. Когда ведущий произносит последнее слово, волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их

поймать. Зайцы убегают. Пойманных зайцев волк отводит в овраг.
Продолжительность игры 5 – 6 раз.

«Гори, гори ясно»

Задачи: развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве.
Упражнять в быстром беге.

Описание игры: играющие становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. «Ловящий» становится на эту линию. Все говорят:

Гори, гори ясно, Что-бы не погасло.

Глянь на небо- Птички летят,

Колокольчики звенят! Раз, два, три – беги!

После слова «беги» дети, стоящие в последней паре, бегут вдоль колонны (один слева, другой – справа), стремясь схватить за руки впереди ловящего, который старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и соединить руки. Если ловящему это удастся сделать, то он образует пару и становится впереди колонны, а оставшийся – ловящий.

«Собираем урожай»

Задачи: упражнять в метании мяча в горизонтальную цель левой и правой руками. Развивать глазомер, глаздвигательные функции, фиксацию зрения.
Оборудование: корзинки, маленькие мячи двух цветов.

Описание. На расстоянии 2 м. от детей стоят корзинки, рядом с детьми лежат маленькие мячи двух цветов. Ведущий объясняет детям, что они – зайцы, а мячи – это овощи, которые нужно собрать в корзинки.

Соберут зайчата ловко

С грядок сочную морковку

И хрустящую капусту.

В огороде будет пусто.

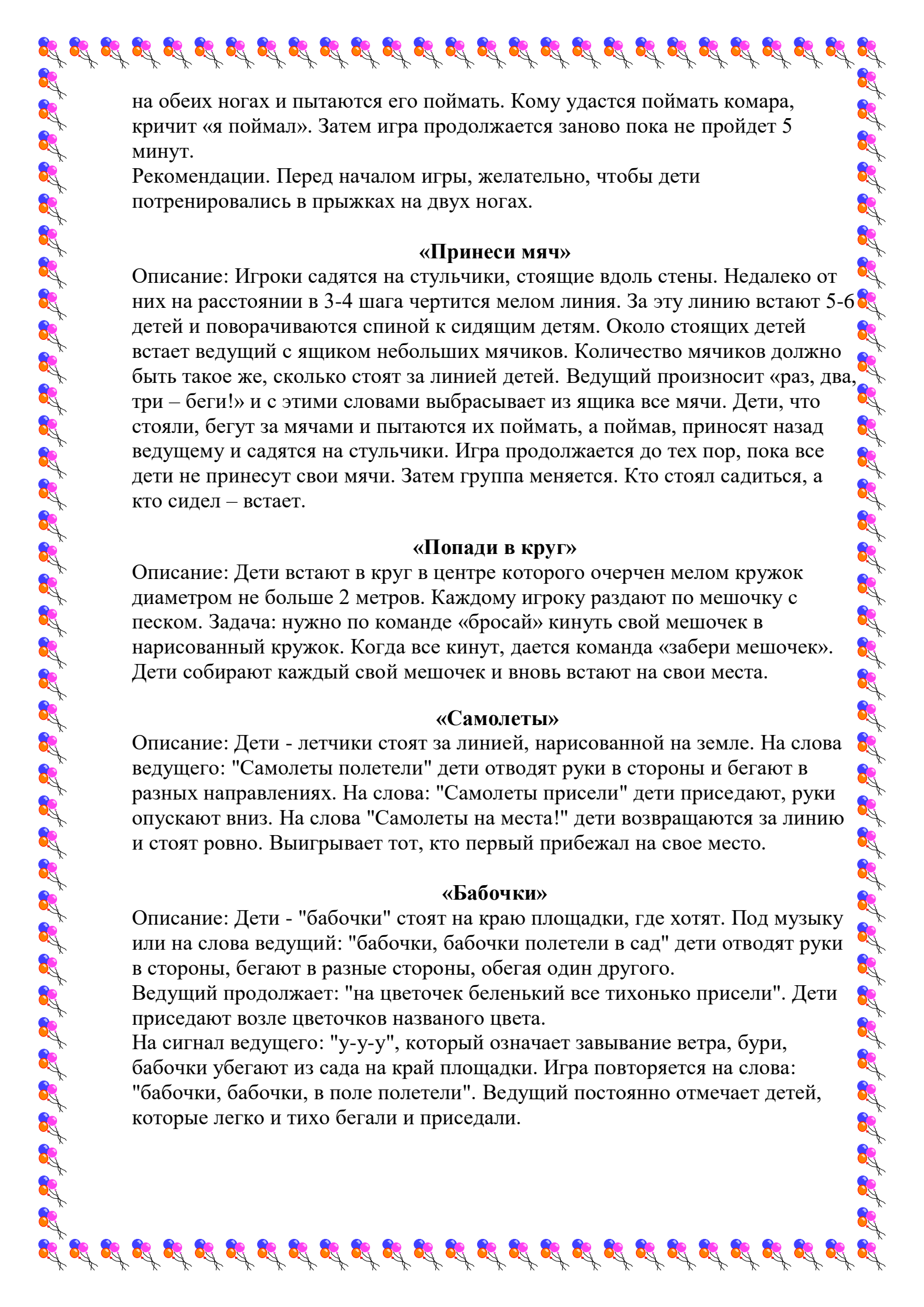
По очереди дети бросают мячи «овощи» в корзинку: левой рукой – «морковку», а правой – «капусту».

«Воробышки и кот»

Описание: Дети – «воробышки», ведущий – «кот». «Воробышки» сидят на «крыше» (на стульчиках или на скамеечке). Дается команда «воробышки полетели». «Воробышки» спрыгивают с «крыши» и начинают «летать», т. е. бегать и махать руками, точно крыльями. Пока дети бегают «кот» спит. Затем она внезапно просыпается и мяукает «Мяу, мяу». Это сигнал, что кошка вышла на охоту. «Воробышки» сразу разбегаются по своим местам на «крышу», а «кот» их ловит и отводит в свой «домик».

«Поймай комара»

Описание: Ведущий стоит в центре круга, который образовали дети, и в руках держит прутик со шнуром на конце. К шнуру привязан игрушечный комар. Ведущий кружит комара над детскими головками, а те подпрыгивают



на обеих ногах и пытаются его поймать. Кому удастся поймать комара, кричит «я поймал». Затем игра продолжается заново пока не пройдет 5 минут.

Рекомендации. Перед началом игры, желательно, чтобы дети потренировались в прыжках на двух ногах.

«Принеси мяч»

Описание: Игроки садятся на стульчики, стоящие вдоль стены. Недалеко от них на расстоянии в 3-4 шага чертится мелом линия. За эту линию встают 5-6 детей и поворачиваются спиной к сидящим детям. Около стоящих детей встает ведущий с ящиком небольших мячиков. Количество мячиков должно быть такое же, сколько стоят за линией детей. Ведущий произносит «раз, два, три – беги!» и с этими словами выбрасывает из ящика все мячи. Дети, что стояли, бегут за мячами и пытаются их поймать, а поймав, приносят назад ведущему и садятся на стульчики. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не принесут свои мячи. Затем группа меняется. Кто стоял садиться, а кто сидел – встает.

«Попади в круг»

Описание: Дети встают в круг в центре которого очерчен мелом кружок диаметром не больше 2 метров. Каждому игроку раздают по мешочку с песком. Задача: нужно по команде «бросай» кинуть свой мешочек в нарисованный кружок. Когда все кинут, дается команда «забери мешочек». Дети собирают каждый свой мешочек и вновь встают на свои места.

«Самолеты»

Описание: Дети - летчики стоят за линией, нарисованной на земле. На слова ведущего: "Самолеты полетели" дети отводят руки в стороны и бегают в разных направлениях. На слова: "Самолеты присели" дети приседают, руки опускают вниз. На слова "Самолеты на места!" дети возвращаются за линию и стоят ровно. Выигрывает тот, кто первый прибежал на свое место.

«Бабочки»

Описание: Дети - "бабочки" стоят на краю площадки, где хотят. Под музыку или на слова ведущий: "бабочки, бабочки полетели в сад" дети отводят руки в стороны, бегают в разные стороны, обегая один другого.

Ведущий продолжает: "на цветочек беленький все тихонько присели". Дети приседают возле цветочков названного цвета.

На сигнал ведущего: "у-у-у", который означает завывание ветра, бури, бабочки убегают из сада на край площадки. Игра повторяется на слова: "бабочки, бабочки, в поле полетели". Ведущий постоянно отмечает детей, которые легко и тихо бегали и приседали.

«Медведь и дети»

Описание: Дети стоят за линией с одной стороны площадки. Среди детей выбирают медведя. Медведь сидит в своей берлоге на площадке, в стороне от детей. На слова ведущий "дети в лесу гуляют", дети разбегаются по площадке, бегают, прыгают. На слова ведущий "медведь!", дети неожиданно замирают на одном месте. Медведь подходит к тому, кто пошевелился, и забирает его. Игра повторяется уже с другим медведем.

«Гуси – лебеди»

Описание: На одной стороне площадки определяют место для гусятника, где живут гуси, а на противоположной - поле, где они пасутся. Между полем и гусятником место для волка - волчье лежбище.

Одного ребенка выбирают волком. Волк сидит в лежбище, а гуси - в гусятнике. Ведущий начинает игру словами: "Гуси - лебеди, на поле!". Гуси вылетают, размахивая крыльями. Через некоторое время ведущий зовет гусей: "Гуси - гуси, гусенята!" или "Гуси - лебеди, домой, серый волк под горой!". Дети останавливаются и вместе спрашивают: "Что он там делает?" - "Гусей щиплет", отвечает ведущий. - "Каких?", опять спрашивают дети. - "Сереньких и беленьких. Прибегайте быстрее домой!". Гуси бегут к себе в гусятник (за линию), а волк выбегает и ловит их. Пойманных отводит в логово. После 2-х выходов гусей в поле выбирается новый волк. Игра повторяется.

«Кот и мыши»

Описание: Из детей надо выбрать "кота" и посадить его сбоку площадки. Остальных детей - "мыши", сидят в норках (на стульчиках, поставленных полукругом). В каждой норке по 3-5 мышей (за кол-вом стульев). Когда на площадке тихо, нет кота, мыши выходят из своих норок, бегают, собираются в круг, танцуют.

На слова ведущий "кот", мыши спешат в свои норки. Кот их ловит. Ведущий отмечает самого ловкого. При повторении игры выбирается новый кот.

«Караси и щука»

Описание: На противоположных концах площадки чертят линиями две "затоки", где живут караси. Расстояние между затоками приблизительно 10-12 шагов. Среди детей выбирается "щука", которая становится посередине площадки - речки. Все дети "караси", становятся в шеренгу на одном конце площадки. На слова ведущий "раз, два, три!" все караси переплывают на противоположный берег, в другую затоку. Щука их ловит. При повторении выбирают другого ребенка "щуку".