**Подвижные игры (сентябрь)**

**Средняя группа (4-5 лет)**

**«Пройди не упади»**

**Цель:** Закрепление умений ходить по ограниченной поверхности

**Описание:** Построение в одну колонну и выполнение друг за другом по одному.

1. Ходьба по гимнастической доске, по прямой, приставным шагом правым и левым боком, спиной вперед, перешагивая через предметы.

2. Ходьба по гимнастической скамейке по прямой, приставным шагом правым и левым боком, перешагивая через предметы.

3. Ходьба по веревке или канату шириной 2-3 см. По прямой, приставным шагом правым и левым боком.

**«По ровненькой дорожке»**

**Цель:** развивать у детей умение двигаться ритмично, согласовывать движения со словами, находить свое место, упражнять в ходьбе, в прыжках, в приседании, в беге.

**Описание:** По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке (дети идут шагом)

Шагают наши ножки раз, два, раз, два.

По камешкам, по камешкам,

По камешкам, по камешкам, (прыжки на двух ногах, с продвижением вперед)

В яму - бух. (присаживаются на корточки)

Вылезли из ямы. (дети поднимаются).

*После двух-трех повторений произнести такой текст:*

По ровненькой дорожке, По ровненькой дорожке (дети идут шагом)

Устали наши ножки, Устали наши ножки.

Вот наш дом Там мы живем. (дети идут или бегут к стульям и занимают каждый свое место)

**«Прокати в воротца»**

**Цель:** обучать детей работать в команде, передавать эстафету, развивать глазомер, точность.

**Описание:** Одна, две команды на расстоянии от них 1 —1,5 м устанавливаются воротца. Один мяч на команду. Ребенок, прокатывает мяч в свои ворота, бежит за ним и возвращается за черту, передает мяч следующему в команде.

**«Найди свой домик по цвету»**

**Цель:** Закреплять знание основных четырех цветов, ориентироваться в пространстве, быстроту реакции.

**Описание:**

1. На полу раскладываются обручи (домики) по количеству детей, каждому ребенку раздается инвентарь тех же цветов что и обручи (ленточки, мячики, кубики, мешочки, флажки, и др.). По команде «Идем гулять» дети по залу прыгают на двух ногах, подскоки, бег, ходьба (и другое). По команде «Найди свой домик» ищут свой домик того же цвета что инвентарь в руке.

2. На пол поставить четыре ориентира (конусы, кубы и др.) основных цветов.

Каждому ребенку раздается инвентарь тех же цветов что и ориентиры (ленточки, мячики, кубики, мешочки, флажки, и др.). По команде «Идем гулять» дети по залу прыгают на двух ногах, подскоки, бег, ходьба (и другое). По команде «Найди свой домик» ищут домик того же цвета что инвентарь в руке.

3. На пол разложить четыре больших обруча основных цветов. Каждому ребенку раздается инвентарь тех же цветов что обручи (ленточки, мячики, кубики, мешочки, флажки, и др.). По команде «Идем гулять» дети по залу прыгают на двух ногах, подскоки, бег, ходьба (и другое). По команде «Найди свой домик» ищут обруч того же цвета что инвентарь в руке.

*Дополнительно: Можно место команды использовать музыку или стихотворение.*

**«Котята и щенки»**

**Цель:** закреплять лазание по гимнастической лестнице.

**Описание:** Участвуют 2 подгруппы игроков – «котята» и «щенята». Котята залезают «на дерево» - на гимнастическую лестницу, щенята садятся в «будку» - за гимнастическую скамейку на противоположной стороне площадки лицом к котятам. По команде «Котята, побежали гулять!» котята слезают с лестницы и бегают по площадке. В это время щенята притворяются спящими. По команде «Щенята!» котята убегают домик, а щенята перешагивают через скамейку, передвигаются в упоре на коленям за котятами и «гавкают». Игра повторяется 2 раза, затем подгруппы меняются ролями.

**«Лошадки»**

**Цель:** формировать у детей навыки активности, совмещая с коммуникативной деятельностью, с учетом безопасности жизнедеятельности; формировать у детей навыки двигательной активности; развивать ритмические движения, развивать смелость, ловкость, быстроту действий; упражнять в подскоках.

**Описание:**

1. Две команды: одни дети изображают лошадок, другие конюхов. У каждого конюха вожжи – скакалка. По сигналу воспитателя «конюхи» запрягают «лошадок» (надевают им вожжи-скакалки). По указанию: сначала шагом, поднимая высоко ноги в коленях, затем переходят на бег (в разном направлении) так, чтобы не мешать друг другу. Через некоторое время «лошадки» останавливаются, их распрягают и выпускают на луг, «конюхи» также отдыхают, после меняются местами.

**2.**Дети на гимнастические палки или деревянные лошадки – «лошадках» скачут. Затем ставят «лошадок» в «конюшню», поят, чешут (имитация, выводят на улицу: «лошадки» «едят травку». Затем дети вновь садятся на них и скачут то медленно, то ускоряя шаг. По желанию детей игра повторяется 3-4 раза. Игру можно проводить не только в зале, но и на прогулке.

**«Найди себе пару» (с флажками)**

**Цель: Развивать у детей** умение выполнять движения по сигналу, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Развивать инициативу, сообразительность.

**Описание: 1. Играющие стоят вдоль стены**. Каждому раздать по одному флажку. По сигналу – дети разбегаются по площадке. По команде «**Найди себе пару**!», дети, имеющие флажки одинакового цвета, находят **себе пару**, *(можно усложнить тем, что каждая пара, используя флажки, создает фигуру*). По сигналу снова разбегаться. Игра продолжается.

2. Начало игры то же только в игре участвуют нечётное число **детей**, 1 должен остаться без пары. И после того как нашли пару кто остался один и**грающие говорят имя ребенка**, например: *«Ваня, Ваня – не зевай, быстро****пару выбирай****!»*. Разбегаются и выбирают себе другую пару.

*(Вместо флажков можно использовать платочки, мешочки, ленточки).*

**«Веселые зайчата»**

**Цель:** Развивать речевую активность детей, упражнять в умение в соответствии с текстом выполнять движения. Закрепить знания о зайце. Упражнять в прыжках на двух ногах.

**Описание:**

1. **Дети-зайчата** стоят на одной стороне площадки, за чертой, на противоположной стороне также обозначается линия. Сбоку от **детей-зайчат**, примерно на середине между линиями, находится ловишка.

***Дети-зайчата говорят****:*

Мы **веселые зайчата**,

Любим бегать и играть,

Ну, попробуй нас догнать.

Раз, два, три, лови!

После этого **дети-зайчата** перебегают на другую сторону, ловишка салит. После двух-трех перебежек подсчитываю пойманных **зайчат**.

2. Второй вариант игры.

***Слова воспитателя                                                               Движения:***

***и детей:***

Ну-ка, дружно все присели,                                           Присесть на корточки.

Друг на друга поглядели.                                               Поглядеть друг на друга.

Лапками похлопали:                                                       Хлопки в ладоши.

Хлоп да хлоп, хлоп да хлоп.

Что у зайцев на макушке?                                             Показ ушей на голове.

 - Пляшут весело там ушки.

Раз подскок, два подскок –                                            Встать, прыжки на месте.

Поскакали все в лесок.                                                   Прыжки с передвижением вперед.

Составила: Инструктор по физической культуре Ермакова К.Н.