**Подвижные игры для детей 3-4лет**

**Игры с бегом**

**Карусель**

**Ход игры:** Дети вместе с педагогом бегут по кругу, держась за руки, и говорят или поют:

- Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели,

А потом, а потом

Все бегом, бегом, бегом!

Тише, тише, не бегите,

Карусель остановите.

Раз и два, раз и два,

Вот и кончилась игра!

(Е. Тихеева)

В соответствии со словами песенки дети бегут по кругу все быстрее и быстрее, затем все медленнее и останавливаются.

**Кот и воробышки.**

**Ход игры:**кот - располагается на одной стороне зала, воробышки - на другой.

Воробышки приближаются к коту:

Котя, котенька, коток,

Котя - черненький хвосток,

Он на бревнышке лежит,

Притворился, будто спит.

После этих слов кот восклицает: «Мяу!» - и начинает ловить воробышков, которые убегают от него в домик, за черту.

**Солнышко и дождик**

**Ход игры:** дети сидят на стульчиках. Педагог говорит «Солнышко!». Дети ходят и бегают по залу в разных направлениях. После сов «Дождик!», они бегут на свои места.

Игра может проходить с музыкальным сопровождением. После того как игра хорошо освоена, слова можно заменять звуковыми сигналами.

**Птица и птенчики.**

**Ход игры:** Дети делятся на группы по 5—6 человек. Каждая группа имеет свой домик — гнездышко (начерченный мелом круг, положенный на пол большой обруч или связанная за концы веревка и т. п.). Малыши, сидя на корточ­ках, изображают птенчиков в гнездышках, педагог — птицу. На слова «По­летели — полетели!» птенчики выпархивают из гнездышек и стараются улететь за кормом подальше. На слова педагога «Полетели домой!» птенчики возвра­щаются в свои гнездышки. Игра повторяется 3—4 раза.

**Правила:**Педагог следит, чтобы дети-птенчики действовали по сигналу, на­поминает, что нельзя залетать в чужое гнездышко, улетать надо подальше от дома — там больше корма.

**Игры с прыжками**

**Огуречик,огуречик…**
**Ход игры:** на одном конце зала – педагог, на другом дети. Они приближаются к ловишке прыжками на двух ногах. Педагог говорит:

Огуречик, огуречик не ходи на тот конечик,
Там мышка живет, тебе хвостик отгрызет.

После окончания речевки, дети убегают в свой дом. воспитатель произносит слова в таком ритме, чтобы дети могли на каждое слово подпрыгнуть два раза.

После того как игра освоена детьми роль мышки можно поручать наиболее активным детям.

**Воробышки и кот**.

**Ход игры:**Дети стоят на скамеечках или на больших кубиках, раз­ложенных на полу по одну сторону площадки. Это воробышки на крыше. В стороне сидит кот (педагог или кто-нибудь из детей). Кот спит. «Воробышки полетели», - говорит педагог. Воробышки спрыгивают с крыши, расправив крылья, разле­таются во все стороны. Но вот просыпается кот. Он произносит «мяу-мяу» и бежит ловить воробышков, которые прячутся на крыше. Пойманных кот отводит к себе в дом. Игра повторяется 5—6 раз.

**Прыгай – хлопай!**

Дети стоят напротив друг друга двумя шеренгами. По предложению воспитателя одни ритмично хлопают в ладоши, другие прыгают на месте. После 12-16прыжков меняются ролями.

**Правила:** прыгать ритмично под хлопки указанным способом (ноги вместе или ноги врозь- вместе)

**Не отдам!**

Дети стоят по кругу ноги врозь, между ног –палочка. Педагог в центре. Он делает вид, что пытается взять предмет, приближаясь по очереди то к одному, то к другому ребёнку. Каждый прыжком соединяет ноги вместе и говорит: «Не отдам!»

**Правила:** прыжком соединить ноги вместе впереди предмета и снова прыжком поставить ноги врозь; прыгает только тот, к кому приближается педагог.

**Поймай комара**.

**Ход игры:**Дети стоят по кругу лицом к центру на расстоянии вытянутых рук. Воспитатель находится в середине круга. В руках у него гимнастическая палка (длина 1 — 1,5м) с привязанным на шнуре комаром из бумаги или материи. Педагог кружит шнур немного выше голов играющих. Когда комар пролетает над головой, дети подпрыгивают, стараясь поймать его обеими руками. Тот, кто поймает комара, говорит: «Я поймал!», после чего игра продолжается.

**Правила:**не уменьшать круг во время подпрыги­ваний. Вращая шнур с комаром, педагог то опускает, то приподнимает его.

**Игры на ориентацию в пространстве**

**Найди свой цвет**

**Ход игры:** педагог раздает детям флажки 3-4 цветов. Дети с флажками одного цвета стоят в разных местах зала, возле флажков определенного цвета. После слов воспитателя «Идите гулять» дети расходятся в разные стороны. Когда педагог скажет «Найди свой цвет» дети собираются у флага соответствующего цвета.

Игра может сопровождаться музыкальным оформлением. Как усложнение, когда игра освоена детьми, можно менять ориентировочные флажки местами, располагая их в разных местах спортивного зала.

от дома — там больше корма.

**Найди свой домик**

**Ход игры:** с помощью педагога дети делятся на группы, каждая из которых становится у определенного места. По сигналу они разбегаются по залу в разные стороны. После сигнала «Найди свой домик» - дети должны собраться группами у того места, где стояли вначале.

После освоения игры, исходные дома можно менять местами. Игра эмоциональнее проходит с музыкальным сопровождением.

**Птички в гнездышках.**

**Ход игры:**дети делятся на 3-4 группы и становятся внутри гнезда (обручей или кругов из шнуров). По сигналу педагога «полетели» - вылетают из гнезда и разбегаются по всему залу, выполняя ролевые действия. По сигналу «птички, в гнезда» - убегают на свои места. Повторяется 3 раза.

**Пузырь**

**Ход игры:** дети вместе с педагог, взявшись за руки, образуют круг и проговаривают слова:

Раздувайся пузырь, раздувайся большой.
Оставайся такой да не лопайся.

Играющие в соответствии с текстом отходят назад держась за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет «Лопнул пузырь!». Тогда играющие приседают на корточки и говорят «Хлоп!». И идут в цент круга со звуком «ш-ш-ш». затем снова становятся в круг.

**Береги предмет**

**Ход игры:** дети становятся в круг. У ног каждого ребенка лежит кубик. Педагог находится в кругу и старается взять кубик то у одно то у другого ребенка. Играющий, к которому приближается водящий, приседает и закрывает кубик руками и не дает до него дотронуться. Вначале водящий не забирает кубики у детей, а только делает вид. Затем при повторении он может взять кубик у игрока, не успевшего закрыть его руками. Этот ребенок временно не участвует в игре.

Впоследствии роль водящего может быть предложена наиболее активным детям.

**Игровые упражнения и игры с ползаньем и лазаньем:**

**Наседка и цыплята**

**Ход игры:** дети изображающие цыплят вместе с наседкой находятся за натянутой веревкой. Наседка выходит из дома и зовет цыплят «ко-ко-ко». По ее зову цыплята подлезая под веревкой бегут к ней. На слова «Большая птица» цыплята быстро убегают. Когда цыплята убегают в дом, можно приподнять веревку повыше, чтобы дети не задевали ее.

**Мыши в кладовой**.

**Ход:**Дети изображают мышей. Они стоят или сидят на стульях (скамейках) на одной стороне площадки (мышки в норках). На противоположной стороне, на высоте 50—40 см натянута веревка, за ней кладовая. Сбоку от играю­щих сидит педагог, исполняющий роль кошки. Кошка засыпает, а мыши бегут в кладовую. Проникая в кладовую, они нагибаются, подлезая под веревку. В кладовой мыши присаживаются на корточки и грызут сухари. Кошка внезапно просыпается и бежит за мышами. Мыши выбегают из кладовой и прячутся в норки. (Кошка не ловит мышей, она только делает вид, что хочет поймать их.) Затем кошка возвращается на место и засыпает. Игра продолжается. Повторяется игра 5—6 раз.

**Проползи по мостику**

На пол кладётся доска – это мостик. На другом её конце ставится корзина с мячами. Обучающийся на четвереньках ползёт по доске, сходит с неё, берёт мяч, играет с ним (бросает вверх, ловит), кладёт в корзину и возвращается, чтобы повторить упражнение.

**Игры и упражнения с метанием, бросанием и ловлей.**

**Попади в круг**

Дети стоят по кругу диаметром 8-10 м через одного, у каждого в руках мешочек с песком. В центре лежит обруч (можно положить обруч). По сигналу педагога дети, у которых в руках мешочки, передают их товарищам справа или слева. Получив мешочки, дети бросают их двумя (или одной) руками снизу, стараясь попасть в обруч. Педагога подсчитывает, сколько мешочков попало в обруч у первых номеров. Дети поднимают мешочки и возвращаются на свои места в круг. Снова раздается сигнал, и дети передают мешочки своим соседям – вторым номерам и т.д. Педагог сравнивает, кто бросал точнее. И игра возобновляется.

Методические рекомендации. Нарушение правил должно фиксироваться и учитываться при подведении итогов.

**Попади в ворота**

Дети стоят по кругу на расстоянии 2-3шагов от лежащего в центре большого обруча или круга (из верёвки) диаметром 1-1,5м. В руках у детей мешочки с песком или другие предметы для метания. По сигналу они бросают предметы в круг правой и левой рукой, по следующему сигналу берут их из круга. Педагог отмечает тех, кто сумел попасть.

**Правила:** бросать сначала невысоко, чтобы суметь поймать; ловить мяч кистями рук, не прижимая к груди; если мяч упал, его можно поднять и продолжить упражнение.

**Подбрось повыше**

Педагог раздаёт детям мячи диаметром 12-15см. и предлагает поиграть с ними, бросая вверх и стараться поймать после броска.

**Правила:** бросать сначала невысоко, чтобы суметь поймать его; ловить мяч кистями рук, не прижимая к груди; если мяч упал, его можно поднять и продолжить упражнение.