**Малоподвижные игры для средней группы «Звёздочки»**

Малоподвижные игры используются как самостоятельная форма работы по физическому воспитанию. Целью малоподвижных игр и игровых упражнений является:

* снижение физической нагрузки, т. е. постепенный переход от возбужденного состояния к более спокойному;
* снятие общего утомления, моторной напряженности мышц рук, гибкости и подвижности пальцев, координации движений руки ног;
* развитие внимательности, сообразительности, памяти, наблюдательности, ловкости, быстроты реакции;
* укрепление сердечно-сосудистой, мышечной, дыхательной и других систем организма;
* ориентировка в пространстве;
* формирование и закрепление двигательных умений;
* получение удовольствия и создание хорошего настроения;
* сохранение и укрепление здоровья дошкольников;
* повышение интереса к физической культуре и здоровому образу жизни.

Составила воспитатель МКДОУ Маломинусинского детского сада:

Четверикова Мария Ивановна

Береги руки!

Цель: развивать внимание, быстроту реакции.

Дети образуют круг. Воспитатель, который поначалу выполняет роль водящего, встаёт в середину круга. Дети вытягивают руки вперёд ладонями вверх. По сигналу "Береги руки!" - воспитатель старается коснуться ладоней играющих. Дети должны быстро спрятать руки за спину. Те, кого коснулся водящий, выбывают из игры.

Жучок

Цель: развивать дружеские отношения в детском коллективе.

Дети встают в круг. Выбирается водящий - жучок. Он садится в центр круга на корточки. Дети идут по кругу со словами:

Жучок-паучок,

Тоненькие ножки,

Красные сапожки,

Мы тебя кормили,

Мы тебя поили,

На ноги поставили. (Дети подходят жучку и ставят его на ноги.)

Танцевать заставили.

Выбирай, кого захочешь,

Потанцуй, сколько хочешь!

Жучок выбирает себе пару и танцует с ним. Выбранный жучком игрок становится водящим, игра продолжается.

Злые и добрые кошки

Цель: учить действовать по сигналу, развивать умение контролировать свои эмоции, способствовать снятию напряжения и агрессивности.

Воспитатель объявляет детям, что сегодня они будут кошками. Говорит, что кошки бывают добрыми (они ласкаются, мурчат, ходят мягкой поступью) и злыми (они прыгают, царапаются, шипят). По сигналу (например, удар бубна) дети превращаются то в злых, то в добрых кошек.

Сторож и колокольчик

Цель: развивать внимание, слуховое восприятие.

Дети сидят в кругу. Один ребёнок считалочкой выбирается на роль сторожа. Он садится в центр круга лицом вниз так, чтобы на его спине удерживался колокольчик. Один из детей, на которого молча указывает воспитатель, подкрадывается к сторожу, осторожно берёт колокольчик и возвращается на своё место. После слов "Сторож, сторож, ты проспал, колокольчик твой пропал!" сторож просыпается и начинает искать колокольчик. Он внимательно смотрит на детей, пытаясь догадаться у кого колокольчик. Если сторож долго не может найти колокольчик, воспитатель говорит: "Позвони, колокольчик!" Ребёнок, спрятавший колокольчик, качает его за спиной, раздаётся звон, сторож по звуку находит игрока, спрятавшего колокольчик.

Камешки

Цель: развивать внимание, умение действовать по сигналу.

Дети под музыку выполняют танцевальные движения. Как только музыка заканчивается дети превращаются в "камешки": садятся на пол, опустив голову и прикрыв её руками. Воспитатель накрывает один "камешек" покрывалом. Дети отгадывают, кто там находится.

Найди и промолчи

Цель: развивать внимание, выдержку, пространственное восприятие.

Для игры понадобится небольшая игрушка. Воспитатель прячет игрушку в группе, предлагает её найти. Предупреждает, что найдя игрушку, нужно подойти к воспитателю и тихо сказать, где она спрятана. Нельзя брать игрушку в руки и говорить громко о её местонахождении.

Овощи и фрукты

Цель: развивать внимание, закреплять знания об овощах и фруктах.

Дети встают в круг. Воспитатель называет различные овощи и фрукты. Если называется овощ, ребята присаживаются на корточки, если фрукт - встать на носочки и поднять руки вверх.

Ровным кругом

Цель: развивать внимание.

Дети, взявшись за руки, идут по кругу, читая стихотворение.

Ровным кругом

Друг за другом

Мы идём за шагом шаг.

Стой на месте!

Дружно вместе

Сделаем вот так!

По окончании стихотворения дети повторяют движение, показанное воспитателем.

Светофор

Цель: развивать внимание, цветовое восприятие.

Для игры понадобятся круги красного, жёлтого и зелёного цвета. Дети стоят врассыпную лицом к воспитателю. На сигнал красного цвета все стоят на месте, на жёлтый - встают, на зелёный - шагают на месте.

Тишина

Цель: развивать умение передвигаться в колонне по одному, действовать по сигналу.

Дети идут друг за другом по кругу. Воспитатель произносит слова:

Тишина у пруда,

Не колышется вода,

Не шумят камыши,

Засыпайте, малыши.

Дети присаживаются на корточки, наклоняют голову, закрывают глаза. По сигналу воспитателя: "Просыпаемся!", ребята просыпаются, и игра повторяется вновь.

Угадай по голосу

Цель: развивать слуховое восприятие, внимание.

Играющие стоят в кругу, выбирается водящий. Дети идут по кругу, читая стихотворение:

Мы немножко порезвились,

По местам все разместились.

Ты, Андрюша (Катюша), отгадай,

Кто позвал тебя, узнай.

С окончанием слов дети останавливаются. Воспитатель показывает на одного из играющих. Тот называет водящего по имени. Водящий, не открывая глаз, должен угадать, кто его позвал. Если угадывает - открывает глаза и меняется местами с позвавшим его игроком. Если нет - игра повторяется, но дети идут по кругу в другую сторону.

«Пёс»

координация речи с движением, обогащение словаря, развитие мимики, работа над интонационной выразительностью речи и силой голоса.

Пес веселый лает громко,

(Дети произносят слова громко и весело, с радостным выражением лица.)

«Гав, гав, гав» всем говорит.

(Громко произносят «гав, гав, гав».)

Без хозяина скучает

(Делают грустное выражение лица, слова произносят тихо, грустным голосом, опустив голову и плечи.)  
И тихонечко скулит:

«У – у – у, у –у – у, у – у – у, ууу!»

(Произносят интонационно окрашенным голосом, поворачивая голову то в правую, то в левую сторону.)

Вот хозяин пса вернулся –

(Поднимают голову и расправляют плечи.)

Пес как будто улыбнулся.

(Улыбаются.)

Он хвостом виляет,

Хозяина встречает!

(Показывают движением руки вправо – влево, как пес виляет хвостом.)

«Испуганный зайчонок»

Программное содержание: координация речи с движением, обогащение словаря, развитие интонационной выразительности, мимики, творческого воображения и двигательной подражательности, закрепление навыка определения пространственных отношений (вправо, влево, вперед) и знаний детей о повадках зайца.

- Я испуганный зайчонок,

(Дети произносят текст и изображают испуганных зайчат.)

За мной гонится лиса.

(Оглядываются назад.)

Подскажите, что мне делать,

(Изображают испуганных зайчат.)

Ведь найдет меня она!

- Прыгни вправо,

(Прыгают в правую сторону.)

Прыгни влево.

(Прыгают в левую сторону.)

Прыгни, зайчик, ты вперед,

(Прыгают вперед.)

За кустом тихонько спрячься,

(Присаживаются на корточки.)

След лиса твой не найдет.

(Качают головой.)

«Пароход»

Программное содержание: координация речи с движением, развитие общей моторики, обогащение словаря, автоматизация и дифференциация звуков, закрепление знаний детей о водном транспорте.

«У – у – у (ы – ы – ы)» -

Гудит наш пароход.

(Дети подносят ладони рупором ко рту и произносят звук [у] или [ы].)

«У – у – у (ы – ы – ы)» -

Гудит он и плывет.

(Дети подносят ладони рупором ко рту и произносят звук [у] или [ы].)

Через море, океан

(Дети ходят по помещению, ритмично двигают руками, имитируя движения рук пловца.)

Он плывет из дальних стран.

(Останавливаются.)

«У – у – у (ы – ы – ы)» -

Он громко загудел.

(Дети подносят ладони рупором ко рту и произносят звук [у] или [ы].)

«Я приплыл – сказать хотел. –

Краны мне

Скорей давайте,

Груз тяжелый

Разгружайте!»

(Дети ритмично произносят текст, сгибают руки в локтях (пальцы рук сжаты в кулак и располагаются на уровне груди). Затем одновременно поднимают правую и леву руки в стороны на уровень плеча (пальцы  рук прижаты друг к другу и вытянуты).

«Воздушный транспорт»

Развитие мелкой моторики, обогащение словаря, закрепление названий воздушного транспорта. Закрепление обобщающего понятия «воздушный транспорт».

Транспорт весь воздушный

В воздух поднимается,

Перевозит груз, людей –

Делом занимается.

(Дети поднимают руки перед собой вверх, а затем опускают.)

Дирижабли, самолеты,

Дельтапланы, вертолеты.

А большой воздушный шар

Скорость ветра измерял.

(Загибают пальцы на руке, перечисляя названия воздушного транспорта.)

«Поменяйся местами»

Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

     Содержание: дети становятся в круг. Инструктор предлагает поменяться местами тем детям, у кого есть что-нибудь одинаковое: светлые волосы, белые футболки, домашние животные и т.п. Например, инструктор говорит: «Пусть поменяются местами те, у кого есть велосипед». Дети меняются местами и т.д. Игра проводится 3-4 минуты.

«Будь внимателен»

Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

Содержание: педагог предлагает детям выполнить все движения, которые он называет, но сам при этом может показывать совершенно другие движения. Например, преподаватель говорит:  «Руки в стороны!», в сам поднимает руки вверх и т.д. Игра проводится 2-3 минуты. Ее можно проводить как в кругу, так и в любом другом построении.

«У кого мяч?

Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.

 Содержание: дети встают в круг лицом к центру, руки за спиной. В центре круга водящий с закрытыми глазами. Ведущий дает маленький мяч любому из играющих. Дети начинают незаметно передавать мяч по кругу за спинами. Водящий, открыв глаза, пытается определить, у кого мяч, обращаясь к игроку: «Оля, покажи руки!». Ребенок, к которому обратился водящий, показывает руки и опять прячет их за спину. Мяч нельзя долго держать в руках. Нельзя водящему обращаться к детям по порядку.

     Если водящий определил, у кого мяч, тот игрок становится водящим.

«Летает не летает»

Ход игры: Дети идут в колонне по одному. Педагог называет различные предметы. Если предмет летает, например самолет, птица, то дети должны поднять в стороны руки и взмахнуть ими, как крыльями, если предмет не летает, то они не должны поднимать рук.

Тот, кто неправильно поднял руки, считается проигравшим

«Ручеёк»

Ход игры: Дети идут в колонне по двое. По команде педагога «Ручеёк» дети останавливаются, берутся за руки и поднимают руки вверх. Каждая пара, начиная с последней, одна за другой пробегает внутри (под руками) и становится впереди, поднимая руки вверх.

«Холодно – горячо»

Ход игры: Водящий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого водящий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят:

- холодно…тепло…горячо…помогая найти спрятанный предмет.

«Тишина»

Тишина у пруда,

Не колышется вода,

Не шумят камыши,

Засыпайте малыши.

Ход игры: дети идут в колонне по одному.

После слов дети останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза. Тот, кто пошевелится, встает в конце колонны.

«У ребят порядок строгий»

У ребят порядок строгий,

Знают все свои места.

Ну, трубите веселей:

Тра - та - та, тра - та - та!

Ход игры: дети ходят по залу врассыпную. По сигналу дети строятся в колонну.

«Воздушный шар»

Раздувайся наш шар,

раздувайся большой,

оставайся такой,

да не лопайся!"

Ход игры: дети образуют тесный круг, держатся за руки, небольшими шагами отходят назад, расширяя круг. По сигналу воспитателя: "шарик лопнул!" дети приседают или медленно идут к центру круга и произносят: "ш - ш - ш - ш ".

«Волк – волчок»

Волк - волчок, шерстяной бочок

Через ельник бежал,

В можжевельник упал,

Зацепился хвостом,

Ночевал под кустом.

Ход игры: дети стоят по кругу. По считалке выбирают волка. Волк идет широкими шагами за кругом, на последние слова приседает кому-либо за спину, тот и становится волком. Игра повторяется. Можно выбрать два волка

«Медведь»

Как под елкой снег, снег,

И на елке снег, снег,

И под горкой снег, снег,

И на горке снег, снег,

А под снегом спит медведь

-Тише, тише, не шуметь!

Ход игры: дети стоят по кругу. Выбирается медведь, он садится в середину круга, закрывает глаза.

На 1 и 3 строчки дети идут в круг, на 2 и 4 - из круга, на 5 строчку дети осторожно подходят к медведю, 6-ю строчку произносит один ребенок по указанию воспитателя. Медведь должен узнать по голосу кто сказал

«Зайка серый умывается»

Зайка серый умывается

Видно в гости собирается

Вымыл носик, вымыл хвостик,

Вымыл ухо, вытер сухо.

Ход игры: дети стоят в кругу, зайка в середине, он обыгрывает текст и подходит к кому-нибудь из детей, тот и становится зайкой.

"Узнай по голосу"

Ваня ты сейчас в лесу.

Мы зовем тебя: "А - у!"

Ну-ка глазки закрывай,

Не робей,

Кто позвал тебя?

Узнай поскорей!

Ход игры: дети идут по кругу и произносят текст, водящий в середине круга.

Водящий закрывает глаза и угадывает, кто из детей его позвал.

«Тепики»

Тепики-тепики,

По водице хлопики,

Хлопики ладошками

Да босыми ножками.

(Г. Лагздынь)

Дети стоят свободно.

Под чтение потешки дети встряхивают кистями обеих рук, как бы ударяя по воде.

На последнюю строчку притопывают ногами, переступая с одной ноги на другую.

«Флажок»

Дети стали в кружок,  
Увидали флажок,

Кому дать, кому дать,  
Кому флаг передать?

Выйди, Оля, в кружок,

Возьми, Оля, флажок!

Выйди, выйди, возьми,

Выше флаг подними!

Ход игры: дети стоят по кругу, в центре один ребёнок с флажком. После слов: "выйди, выйди..." названной ребенок выходит в середину и берет флажок. Первый ребенок встает в круг, игра повторяется

«Лето»

По лужайке босиком,

Солнышком согрето,

За цветистым мотыльком

Пробежало лето.

Искупалось в реке,

Полежало на песке,

Загорело, пролетело

И исчезло вдалеке.(В. Данько)

Дети стоят по кругу. С началом чтения стихотворения двигаются поскоком в одну сторону, а Лето скачет противоходом внутри круга.

На строки 6-7 останавливается, Лето выполняет прыжки на месте с маховыми движениями рук (“мельница”). На последние 3 строки Лето выбегает за круг и присаживается за кем-либо из играющих. С окончанием текста дети ищут, куда спряталось Лето. Кто найдет его за своей спиной, выходит в середину. Это новое Лето.

«Раки»

Тики-таки, тики-таки,

Ходят в нашей речке раки.

Ходят задом наперед,  
ищут раки в речке брод,

Стали раки воду пить —

Выходи, тебе водить!

Ход игры: играющие разбираются по парам, становятся по кругу. Каждый в паре поворачивается спиной друг к другу и подает руки. С началом текста все пары двигаются в одном направлении по кругу так, что первый в паре идет прямо по направлению движения и ведет за руки второго, идущего задом наперед (это рак).

Вариант игры проводится небольшими подгруппами по 4—5 человек. Играющие строятся в одну шеренгу у проведенной заранее черты. У черты стоит один из участников (речка). С началом текста шеренга поворачивается спиной к направлению движения и начинает ходьбу, проходя назад 16 шагов (на строки 1—4). Далее раки обращаются к речке со словами: Речка, речка, где тут брод?

- Вот!

С этими словами речка, ставит в любом месте площадки обруч, к которому раки должны подойти также задом наперед.

«Так можно, так не можно»

Дети стоят в кругу. Воспитатель, стоя на видном месте вместе с детьми, объясняет им, что на его слова:

«Делай так!» - все должны смотреть на него и делать движения, им показанные, а на слова:

"Не делай так!" стоять с опущенными руками и движения не повторять.

Те, что ошибаются, проигрывают и отходят на один шаг назад.

Игра продолжается. Если они дальше покажут движения правильно, снова вернуться в круг.

«Фигуры»

  По сигналу водящего дети идут по кругу или по площадке.

По второму сигналу останавливаются и принимают позу, заранее оговариваемую.

Шевелиться нельзя.

Водящий ходит и выбирает фигуру и меняется с ним местами.

Обязательно надо спросить, кого игрок хотел изобразить.

«ТЕЛЕФОН»

Все дети садятся в ряд: кто сидит первым, тот телефон. Ведущий на ухо быстро ему говорит какое-то слово или короткое предложение. То, что он услышал, передает своему соседу, тот в свою очередь передает это слово следующему игроку и так до последнего играющего.

После этого все говорят, что они слышали. Первый, кто перепутал сказанное, садится в конец, играющие передвигаются ближе к телефону. Каждый ребенок может выполнять роль телефона один раз, после чего садится в конце ряда.

«КОЛЕЧКО»

На длинный шнур надевают колечко, концы шнура сшивают. Все играющие встают в круг и держат шнур двумя руками сверху. В середине круга стоит водящий, он закрывает глаза и медленно поворачивается 3—4 раза, стоя на одном месте. Играющие быстро передвигают кольцо по шнуру. Затем водящий говорит: «Я иду искать». Последнее слово служит сигналом для детей. Кто-либо из них прячет колечко в руке. Водящий открывает глаза и старается отгадать, у кого спрятано кольцо. Тот, кого он называет, снимает руку со шнура. Если водящий отгадал, то он встает в круг, а игрок, у кого нашли кольцо, идет водить.

Правила

1. Кольцо передвигать по шнуру только тогда, когда водящий с закрытыми глазами поворачивается вокруг себя.

2. Водящий говорит слова: «Я иду искать» — с закрытыми глазами.

3. Играющий должен снять руки со шнура, как только водящий назовет его по имени.

Указания к проведению

Если желающих играть более 15 человек, то на шнур надевают от 3 до 5 колец и выбирают 2—3 водящих.

«Веселые снежинки»

Дети врассыпную располагаются в группе. Педагог произносит текст:

Метель-вьюга у ворот   
Кружит снежинок хоровод.   
Дети кружатся на месте в медленном темпе вправо и влево.

После команды «Метель утихла» дети останавливаются.

Игра повторяется.