

Картотека русских народных подвижных игр для детей 3-4 лет

Подготовила: Щепина Елена Леонидовна, инструктор по физической культуре, высшая квалификационная категория

«У медведя во бору»

Ход игры: На одной стороне площадки чертится круг—это берлога медведя; на другой - обозначается дом, в котором живут дети. Педагог выбирает медведя, который сидит в берлоге. Когда педагог скажет: «Идите, дети, гулять!» Они выходят из дома и идут в лес, собирают грибы, ловят бабочек. Они произносят хором:

У медведя во бору, грибы ягоды беру,
А медведь сидит и на нас рычит.

После слова «рычит» медведь начинает ловить детей, убегающих домой. Тот кого медведь коснется, считается пойманным: медведь отводит его к себе в берлогу. За линией детей ловить нельзя.

После того как медведь поймает несколько играющих, игра возобновляется. На роль медведя назначается другой ребенок. Игра повторяется 3-4 раза.

«Зайка беленький сидит»

Ход игры: Дети сидят на стульчиках или скамейках с одной стороны комнаты. Педагог говорит, что все они зайки, и предлагает им выбежать на полянку. Дети выходят на середину, становятся около педагога и присаживаются на корточки. Педагог произносит текст:

Зайка беленький сидит и ушами шевелит.

Вот так вот так он ушами шевелит (дети шевелят кистями рук, подняв их к голове).

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть

Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, надо лапочки погреть (со слова «хлоп» и до конца фразы дети хлопают в ладоши)

Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать

Скок-скок, скок-скок, надо зайке поскакать! (со слов «скок» и до конца фразы дети подпрыгивают на обеих ногах на месте).

Кто-то зайку испугал, зайка прыг.....и ускакал (воспитатель показывает игрушку мишку—и дети убегают на свои места.)

«Мыши и кот»

Ход игры: Дети сидят на скамейках или на стульчиках. Это мыши в норках. В противоположной стороне комнаты или площадки сидит кот, роль которого выполняет педагог. Кот засыпает (а мыши разбегаются по всей комнате). Но вот кот просыпается, потягивается, мяукает и начинает ловить мышей. Мыши быстро убегают и прячутся в норках (занимают свои места). Пойманных мышек кот уводит к себе. Когда остальные мыши спрячутся в норки, кот еще раз проходит по комнате, затем возвращается на своё место и засыпает.

«Мыши водят хоровод»

Ход игры: Дети идут по кругу, взявшись за руки и произносят слова: «Мыши водят хоровод, на лежанке дремлет кот. Тише мыши не шумите, кота Ваську не будите, как проснется Васька-кот, разобьет весь хоровод.» В это время в кругу сидит и дремлет «кот» - водящий. После произнесенных слов дети разбегаются, а «кот» ловит их.

«Зайка»

Ход игры: Дети вместе с педагогом становятся в круг. Педагог поет песенку и показывает детям движения.

1. Зайка топни ножкой, серенький топни ножкой
Вот так этак, топни ножкой! (2 раза) (дети топают ножкой руки на поясе)
2. Зайка, бей в ладоши, серенький, бей в ладоши!
Вот так этак, бей в ладоши! (2 раза) (дети хлопают в ладоши)
3. Зайка, повернись, серенький, повернись,
Вот так этак повернись (2 раза) (повороты в стороны, руки на поясе)
4. Зайка попляши, серенький попляши!
Вот так этак попляши (2 раза) (дети подпрыгивают на двух ногах кто как может)
5. Зайка поклонись, серенький поклонись
Вот так этак поклонись (2 раза) (дети кланяются, разводя руки в стороны).

«По ровненькой дорожке»

Ход игры: Дети свободно группируются или строятся в колонну и идут гулять. Педагог ритмично, в определенном темпе произносит следующий текст:

По ровненькой дорожке,
По ровненькой дорожке
Шагают наши ножки.
Раз-два, раз-два,
По камешкам, по камешкам
По камешкам, по камешкам....
В ямку бух!

При словах «По ровненькой дорожке дети идут шагом. Когда педагог говорит: «По камешкам, по камешкам» - они прыгают на двух ногах, слегка продвигаясь вперед. На слова «В ямку бух» присаживаются на корточки. «Вылезли из ямы» - и дети поднимаются. Снова повторяем стихотворение. После нескольких повторений он произносит другой текст:
По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке.
Устали наши ножки, устали наши ножки.
Вот наш дом—здесь мы живем.

По окончании текста малыши бегут в дом (заранее договариваются, где будет дом—на скамейке, за проведенной чертой и т.д.).

«Карусели»

Ход игры: Педагог предлагает детям покататься на карусели. Держит в руках обруч (находясь в середине обруча) с привязанными к нему разноцветными ленточками. Дети берутся за ленточки, воспитатель двигается с обручем. Дети идут, а затем бегут по кругу. Воспитатель говорит:
Еле-еле, еле-еле завертелись карусели,
А потом, а потом всё бегом, бегом, бегом!
Тише, тише, не бегите, карусель остановите,
Раз и два, раз и два, вот и кончилась игра!
(Дети останавливаются).

«Мороз Красный Нос»

Ход игры: Воспитатель стоит напротив детей на расстоянии 5 метров и произносит слова:

Я – Мороз Красный Нос. Бородою весь зарос.

Я ищу в лесу зверей. Выходите поскорей!

Выходите, зайчики! Девочки и мальчики!

(Дети идут навстречу воспитателю.)

- Заморожу! Заморожу!

Воспитатель пытается поймать ребят – «зайчат». Дети разбегаются.

«Мыши в кладовой»

Ход игры: Дети – «мышки» находятся на одной стороне площадки. На противоположной стороне протянута верёвка на высоте 50 см от уровня земли – это «кладовка». Сбоку от играющих находится «кошка» (её роль выполняет воспитатель). «Кошка» засыпает, и «мышки» потихоньку бегут в «кладовую». Проникая в «кладовую», они нагибаются, чтобы не задеть верёвку. Там они присаживаются и как будто «грызут» сухари. «Кошка» просыпается, мяукает и бежит за «мышками». Они быстро убегают в свои норки. Игра возобновляется. В дальнейшем по мере усвоения правил игры роль «кошки» может исполнять кто-либо из детей.

«Курочка – хохлатка»

Ход игры: Воспитатель изображает «курицу», дети – «цыплят». Один ребёнок (постарше) – «кошка». «Кошка» садится на стул в сторонке.

«Курочка» и «цыплята» ходят по площадке. Воспитатель говорит:

Вышла курочка – хохлатка, с нею жёлтые цыплятки,

Квохчет курочка: «Ко-ко, не ходите далеко».

Приближаясь к «кошке», воспитатель говорит:

На скамейке у дорожки улеглась и дремлет кошка...

Кошка глазки открывает и цыпляток догоняет.

«Кошка» открывает глаза, мяукает и бежит за «цыплятами», которые убегают в определённый угол площадки – «дом» - к курице-маме. Воспитатель

(«курица») защищает «цыплят», разводя руки в стороны, и говорит при этом:

«Уходи, кошка, не дам тебе цыпляток!» При повторении игры роль «кошки» поручается другому ребёнку.

«Хоровод»

Ход игры: Дети за воспитателем проговаривают слова. Взявшись за руки, ходят по кругу:

Вокруг розовых кустов, среди травок и цветов
Кружим, кружим хоровод, ох, весёлый мы народ!
До того мы закружились, что на землю повалились.
Бух!

При произнесении последней фразы выполняют приседания.

«Наседка и цыплята»

Ход игры: Дети, изображающие цыплят, вместе с воспитателем – «наседкой» - находятся за натянутой между стульями на высоте 35-40 см верёвкой или дугой – «домом». На противоположной стороне площадки сидит кот. «Наседка» выходит из «дома» и отправляется на поиск корма, она зовёт «цыплят»:

«Ко-ко-ко-ко». По её зову «цыплята» подлезают под верёвку, бегут к «наседке» и вместе с ней гуляют, ищут корм.

Цыплята по двору гуляли, цыплята зёрнышки искали.

(прыгают на двух ногах с продвижением вперед)

Клю-клю-клю, клю-клю-клю, так я зернышки клюю.

(приседают, стучат пальчиками по полу)

А как выйдет Васька-кот, лапкой мордочку утрет.

(кот выполняет движения по тексту)

Разбегайтесь кто куда, а то птичек ждет беда.

(цыплята убегают домой).

По сигналу: «Кот»- «цыплята» быстро убегают в дом. Роль «наседки» в первое время выполняет воспитатель, а затем эту роль можно давать детям, сначала по их желанию, а потом по назначению воспитателя.

«Снег, снег кружится...»

Ход игры: воспитатель напоминает детям, что снег легкий, он медленно падает на землю, кружится когда подует ветерок.

Воспитатель, предлагает покружиться, произнося: «Снег, снег кружится, белая вся улица!». Затем жестом приглашая детей приблизиться, произносит: «Собрались мы все в кружок! вертелись, как снежок». Дети выполняют действия 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.

«Солнышко и дождик»

Ход игры: Дети сидят на стульчиках. Воспитатель говорит: «На небе солнышко! Можно идти гулять». Дети бегают по площадке. На сигнал: «Дождик! Скорей домой!» - бегут к воспитателю под зонтик и присаживаются на корточки. Воспитатель снова говорит: «Солнышко! Идите гулять», и игра повторяется.

Светит солнышко сильнее

Светит в нашу комнату

Мы захлопали в ладоши,

Очень рады солнышку!

(дети прыгают, танцуют, хлопают в ладошки)

Дождик, дождик все быстрее!

Все под зонтик поскорей!

(Бегут под зонтик)

«Метелица»

Ход игры: играющие встают в круг и, не сходя с места, начинают кружиться, напевая:

Метелица, метелица,

Снег по полю стелется!

Кто кружится, вертится-

Тот заметелится!

На последнем слове песни все должны остановиться и стоять, не шевелясь.

Кто упадет, или не сможет вовремя остановиться, тот из игры выходит.

Остальные опять поют песню и кружатся. Остается в круге самый выносливый. Он и выигрывает.

«Зайка шел»

Ход игры: возьмитесь за руки, образуя круг. Идите по кругу, приговаривая слова:

Зайка шел, шел, шел,

Морковку нашел,

Сел, поел и дальше пошел.

Зайка шел, шел, шел,

Капустку нашел,

Сел, поел и дальше пошел.

Зайка шел, шел, шел,
Картошку нашел,
Сел, поел и дальше пошел.
На словах «сел» - останавливайтесь и присаживайтесь на корточки.

«Кружок»

Ход игры: Встаем в круг, держась за руки. Ведущий предлагает повторить за ним движения:

Мы сперва пойдём направо,

А затем пойдём налево.

А потом в кружок сойдемся,

И присядем на немножко.

А теперь назад вернемся,

И на месте покругимся

И похлопаем в ладоши,

А теперь в кружок все вместе.

(Повтор игры несколько раз, но в ускоряющемся темпе)

«Снежок»

Ход игры: дети встают в круг на мотив («как на тоненький ледок»)

Выпал беленький снежок,

Собираемся в кружок (идут по кругу)

Мы потопаем, мы потопаем (топают ногами)

Будем весело плясать,

Будем ручки согревать (потирают ладошки)

Мы похлопаем, мы похлопаем (хлопают)

Будем прыгать веселей (пружинки)

Чтобы стало потеплей.

Мы попрыгаем, мы попрыгаем (прыгают)

«Летает - не летает»

Ход игры: Дети свободно передвигаются по комнате: бегом, вприпрыжку, кружась. Ведущий называет любые слова (рыба, самолёт, дерево ...). Если то, что названо, может летать, дети имитируют полёт; если то, что названо, может плавать – имитируют плавание; если не плавает, не летает – то дети останавливаются. Самый внимательный тот, кто ни разу не ошибся.

