

## Подвижные игры для детей и родителей в домашних условиях.

### «Буги- вуги» (игра для детей 4–7 лет)

Дети образуют круг.  
Не держась за руки, дети повторяют движения за взрослым, произнося:  
Ру́ку пра́вую вперёд  
А пото́м её наза́д  
А пото́м её вперёд  
И немно́го потрясе́м  
Мы танцу́ем буги буги  
Повора́чиваем в кру́ге  
И в ладо́ши хло́паем вот так.  
Раз, два, три.  
Бу́ги бу́ги окей !Бу́ги бу́ги оке́й !  
Потанцуйте вместе с нами веселей!  
Руку левую вперёд  
А потом её назад  
А потом её вперёд  
И немного потрясём  
Мы танцуем буги буги  
Поворачиваем в круге  
И в ладоши хлопаем вот так.  
Раз, два, три.  
Бу́ги бу́ги окей !Бу́ги бу́ги оке́й !  
Потанцуйте вместе с нами веселей!  
Ногу правую вперёд  
А потом её назад  
А потом её вперёд  
И немного потрясём  
Мы танцуем буги буги  
Поворачиваем в круге  
И в ладоши хлопаем вот так.  
Раз, два, три.  
Бу́ги бу́ги окей !Бу́ги бу́ги оке́й !  
Потанцуйте вместе с нами веселей!

Ногу левую вперёд  
А потом её назад  
А потом её вперёд  
И немного потрясём  
Мы танцуем буги буги  
Поворачиваем в круге  
И в ладоши хлопаем вот так.  
Раз, два, три.  
Бúги бúги окей ! Бúги бúги окéй !  
Потанцуйте вместе с нами веселей!  
(Локоть правый, локоть левый, колено правое, колено левое, ухо  
правое, ухо левое)  
Пузик (голову, носик) выставим вперёд  
А потом его назад  
А потом его вперёд  
И немного потрясём  
Мы танцуем буги буги  
Поворачиваем в круге  
И в ладоши хлопаем вот так.  
Раз, два, три.  
Бúги бúги окей ! Бúги бúги окéй !  
Потанцуйте вместе с нами веселей!

### **«Все наоборот»**

(игра для детей 5–7 лет)

Дети стоят лицом к взрослому. Воспитатель ритмично меняет положение рук, а дети выполняют те же движения, только наоборот. Например, воспитатель поднимает руки, а дети опускают руки; воспитатель отводит руки назад – дети протягивают руки вперед. Предлагаем такие варианты движений (взрослый – дети):

- поднять руки вверх – опустить вдоль туловища;
- вытянуть вперед – отвести назад, за спину;
- опустить вдоль тела – поднять вверх;
- отвести назад – вытянуть вперед;
- правая рука вверх, левая рука вниз – правая рука вниз, левая рука вверх.

**«Найди и промолчи»**  
(игра для детей 5–7 лет)

Дети стоят в шеренге лицом к воспитателю.

Он предлагает им повернуться и закрыть глаза, а сам в это время прячет какой-нибудь предмет.

По разрешению воспитателя дети поворачиваются, открывают глаза и приступают к поискам спрятанного предмета. Нашедший предмет подходит к воспитателю и тихо, на ухо говорит, где он его нашел. Если ребенок сказал правильно, он отходит в сторону.

Игра продолжается до тех пор, пока все дети не найдут предмет.

**«Шел король по лесу»**  
(игра для детей 4–7 лет)

Дети становятся в круг, берутся за руки и идут по кругу, произнося стихотворение и выполняя движения в соответствии с текстом:

Шел король по лесу,

По лесу, по лесу. (*Идут по кругу, взявшись за руки.*)

Нашел себе принцессу,

Принцессу, принцессу.

Давай с тобой попрыгаем,

Попрыгаем, попрыгаем. (*Прыгают на двух ногах на месте.*)

И ножками подрыгаем,

Подрыгаем, подрыгаем. (*Выбрасывают прямые ноги вперед.*)

И ручками похлопаем,

Похлопаем, похлопаем. (*Хлопают в ладоши.*)

И ножками потопаем,

Потопаем, потопаем. (*Топают ногами на месте.*)

**«Земля, вода, воздух»**  
(игра для детей 4–7 лет)

Дети садятся в круг или в ряд.

Ведущий ходит между ними и, указывая по очереди на каждого, произносит слово: «Вода!». Ребенок, на которого он указал, должен назвать рыбу или животное, которое живет в воде.

Если водящий произнес слово «земля», ребенок называет того, кто живет на земле, если названо слово «воздух» – того, кто летает.

### **«Дни недели»**

(игра для детей 4–7 лет)

Дети стоят в кругу или врассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

В понедельник я купался, *(Изображают, как плавают.)*

А во вторник рисовал, *(Изображают, как рисуют.)*

В среду долго умывался, *(Изображают, как умываются.)*

А в четверг в футбол играл, *(Бегут на месте.)*

В пятницу я прыгал, бегал, *(Прыгают на месте.)*

А в субботу танцевал, *(Кружатся на месте.)*

В воскресенье торт я кушал, *(Изображают, как едят.)*

А под вечер отдыхал. *(Приседают, сложенные ладони кладут под щеку, глаза закрывают.)*

### **«Дерево, кустик, травка»**

(игра для детей 4–6 лет)

Дети образуют круг и двигаются по кругу.

Воспитатель объясняет правила игры: на слово «дерево» дети поднимают руки вверх, на слово «кустик» – разводят в стороны, на слово «травка» опускают руки вниз, касаясь пола.

Взрослый вразнобой произносит слова, дети выполняют соответствующие движения. Тот, кто ошибается, выходит из игры.

### **«Ровным кругом»**

(игра для детей 2–7 лет)

Дети, взявшись за руки, ритмично идут по кругу, произнося стихотворение:

Ровным кругом

Друг за другом

Мы идем за шагом шаг.

Стой на месте!

Дружно вместе

Сделаем вот так!

С окончанием слов дети останавливаются и повторяют движение, которое показывает воспитатель, например, повернуться, наклониться, присесть и др.

### **«Каравай»**

(игра для детей 3–6 лет)

Дети образуют круг. Один ребенок стоит в центре круга. Остальные играющие берутся за руки и идут по кругу, произнося:

На Сережин день рождения

Испекли мы каравай *(Идут по кругу.)*

Вот такой вышины, *(Останавливаются, приподнимаются на носки, одновременно поднимая руки.)*

Вот такой низины, *(Присаживаются на корточки.)*

Вот такой ужины, *(Сходятся к центру круга.)*

Вот такой ширины. *(Отходят назад, расширяя круг.)*

«Каравай, каравай,

Кого хочешь, выбирай! *(Хлопают в ладоши.)*

Водящий выбирает любого ребенка на роль водящего. Тот встает в центр круга. Игра повторяется.

### **«Тик – так – тук»**(игра для детей 4–7 лет)

Дети стоят врассыпную. Воспитатель подает сигнал: «Тик!» – дети делают наклоны влево, вправо; по сигналу: «Так!» – останавливаются, а по сигналу: «Тук!» – подпрыгивают на месте. Тот, кто ошибся, выходит из игры. Сигналы повторяются 5–8 раз. Последовательность сигналов должна меняться.

### **«Лавата»**

(игра для детей 4–7 лет)

Дети образуют круг.

Не держась за руки, дети двигаются приставными шагами сначала в одну, а при повторе слов – в другую сторону, произнося:

Дружно мы танцуем —

Тра-та-та, тра-та-та,

Танец любимый наш —

Это Лавата.

Ведущий говорит: «Мои пальцы хороши, а у соседа лучше». Дети берут друг друга за мизинцы и повторяют слова с движениями вправо-влево. Затем водящий дает другие задания:

- наши плечи хороши, а у соседа лучше.
- наши уши хороши, а у соседа лучше.
- наши глазки хороши, а у соседа лучше.

- наши щеки хороши, а у соседа лучше.
- наша талия хороша, а у соседа лучше.
- наши коленки хороши, а у соседа лучше.
- наши пятки хороши, а у соседа лучше.

### «Солнце»(игра для детей 4–7 лет)

Дети стоят по кругу. В центре «солнце» - ребёнок.

Гори солнце ярче, (дети ходят)

Лето будет жарче (по кругу)

Я зима теплее, (идут в центр)

А весна милее (из центра обратно)

А зима теплее, (в центр)

А весна милее (обратно)

После слов «солнце» (ловишка) ловит детей.

### «Сова»(игра для детей 4–7 лет)

Один из играющих изображает «сову», остальные – «мыши». Сова выкрикивает: «Утро!» Тут же мыши начинают бегать, скакать, делать различные телодвижения. Сова кричит: «День!» Мыши продолжают двигаться. Сова говорит: «Вечер!» Мыши встают в круг, ходят вокруг совы и поют:

Ах, ты, совушка - сова,

Золотая голова.

Что ты ночью не спишь,

Всё на нас глядишь?

Сова говорит: «Ночь!» При этом слове мыши мгновенно замирают, не двигаясь. Сова подходит к каждому из играющих и различными движениями и весёлыми??????

### «Обеги круг» (игра для детей 4 –7 лет)

Дети вместе с воспитателем становятся в круг. Идут по кругу и поют народную считалку:

Водица, водица,

Студеная быстрица,

Обеги вокруг,

Напой наш луг!

Воспитатель называет двух детей, стоящих рядом друг с другом. Дети поворачиваются спиной и бегут в разные стороны. Каждый старается прибежать на свое место первым.

**«Подними ладошки» (игра для детей 2-4 лет)**

Дети стоят по кругу и поют:

Подними ладошки выше

И сложи над головой. (Дети складывают руки над головой).

Что вышло?

Вышла крыша,

А под крышей мы с тобой!

Подними ладошки выше (Дети сгибают руки в локтях, перед собой),

А потом сложи дугой (поочередно опуская кисти рук)

Кто же вышел?

Вышли гуси

вот один, а второй другой.

Подними ладошки выше (Дети складывают руки перед собой)

И сложи перед собой (одна на другую «полоской»).

Что же вышло?

Вышел мостик,

Мостик крепкий и прямой.