

Подвижные игры для детей среднего возраста (4-5 лет)

«Лошадки»

Цель: Упражнять в умении согласовывать движения.

Описание. Дети делятся на «лошадок» и «конюхов». Каждый «конюх» имеет «возжи» - скакалки (верёвочка). По сигналу, «конюхи» ловят «лошадок», «запрягают» их (надевают «возжи»). По указанию взрослого, дети могут ехать (бежать в паре) тихо, рысью или вскачь. Через некоторое время «лошадей» распрягают и выпускают на луг, «конюхи» садятся отдыхать. Через 2-3 повторения игры дети меняются ролями. В игре дети чередуют движения: бегают, подпрыгивают, ходят шагом и т. п. Можно предложить разные сюжеты поездок: на скачки, за сеном, в лес за дровами.

Правила:

Играющие меняют движения по сигналу. По сигналу «Идите отдыхать» - конюхи возвращаются на места.

Варианты: Включить ходьбу по мостику – доске, положенной горизонтально или наклонно, предложить разные цели поездки.

«Найди, где спрятано»

Цель: Упражнять в умении ориентироваться в пространстве. Развивать внимание, выдержку.

Описание игры: ребёнок поворачивается лицом к стене, взрослый прячет игрушку и говорит: «Пора», ребёнок ищет спрятанную игрушку. Если найдёт, то прячет её при повторении игры.

Правила: не подглядывать, куда будет спрятана игрушка.

Варианты: взрослый говорит холодно, если дети далеко от спрятанного предмета, горячо - если рядом.

«Котята и щенята»

Цель: Упражнять в лазанье, беге, ориентировке в пространстве. Развивать ловкость.

Описание игры: играющие делятся на "котят" и "щенят", они находятся в разных концах комнаты. По сигналу, котята начинают бегать, легко, как бы играя. На слова "котята!" они произносят "мяу!". В ответ на это щенята лают "гав-гав-гав!", на четвереньках бегут за котятами, которые быстро влезают на возвышенность (диван, кресло). Щенята возвращаются на свои места. После 2-3 повторений дети меняются ролями. Закончить игру можно следующим образом: предложить всем тихо и медленно "по - кошачьи" пройти.

Правила: действовать по сигналу «Котята».