

*Картоотека рухливих  
ігор  
(ранній вік)*





# Зміст:

1. Пташки літають.
2. Біжіть до мене.
3. Принеси іграшку.
4. Пройди по стежці.
5. Доженіть мене.
6. Доженіть м'яч.
7. Через струмок.
8. Хто тихіше.
9. Скоти з гірки.
10. До ляльок у гості.
11. Потяг.
12. Літаки.
13. Доженіть мене
14. Пташки літають.
15. Сонечко і дощик.
16. Хто тихіше?
17. Всі до мене.
18. Горобчики і автомобіль.





## Зміст:

18. Принеси предмет.
19. Дзвіночок.
20. Зайченята.
21. Жабки.
22. Через струмочок.
23. Пташки у Гніздечках.
24. М'яч у колі.
25. Лови м'яч.
26. Діти та ведмедик.
27. Жучки.
28. Котик.
29. Лисичка та зайці.
30. Курчата.
31. Зайці на галявині.
32. Качечка з каченятами.





## Пташки літають

**Мета:** учити дітей зістрибувати з невисоких предметів і бігати врозтіч; виховувати увагу, кмітливість.

**Обладнання:** маски пташок, дощечка (5–10 см).

**Хід гри:** Діти стоять на майданчику на дощечці.

**Вихователь:** Ясно світить сонечко,

Пташки в поле захотіли,

Піднялися й полетіли.

Діти зістрибують і «літають» – бігають, розмахуючи руками, присідають; «клюють зернятко» – стукають пальчиками по колінах.

**Вихователь:** Дощик! Пташки в гніздечка полетіли!».

Діти біжать на свої місця.

## Біжіть до мене

**Мета:** удосконалювати вміння виконувати рух за сигналом і біг по прямій; виховувати увагу; учити орієнтуватися в просторі.

**Хід гри:** **Вихователь:** Діти, давайте з вами погуляємо. Діти з вихователем ходять по майданчику, вільно розміщуючись де хто хоче. Вихователь відходить на протилежний бік майданчика.

**Вихователь:** Біжіть до мене! Діти біжать до вихователя. Вихователь привітливо їх зустрічає, широко розкинувши руки.





## Принеси іграшку

**Мета:** учити орієнтуватися в просторі; виховувати спостережливість, витримку.

**Обладнання:** іграшки (ведмедик, зайчик, лисиця, вовк).

**Хід гри:** Діти стоять біля корзини з іграшками.

Вихователь стоїть в другому кінці майданчику.

**Вихователь:** Діти, принесіть мені іграшку. За сигналом діти беруть іграшки і біжать до вихователя.

**Вихователь:** Молодці, діти! Впоралися із завданням. Він ласкаво зустрічає їх і йде до корзини разом з дітьми. Діти кладуть іграшки в корзину. Гра повторюється (1–2 рази).

## Пройди по стежці

**Мета:** вправляти дітей в ходьбі по обмеженій площині; розвивати відчуття рівноваги, спритності.

**Обладнання:** мотузки довжиною 2,5–3 м.

**Хід гри:** Вихователь кладе паралельно дві мотузки на відстані 35–30 см.

**Вихователь:** Діти, це довга стежка в лісі. Ми з вами погуляємо цією стежинкою. Але треба йти дуже обережно. Будьте уважні.

Діти йдуть повільно один за одним, а потім повертаються по ній.





## Доженіть мене

**Мета:** учити дітей бігати по прямій; виховувати вміння швидко орієнтуватися та рухатись, не заважаючи один одному.

**Хід гри:** Вихователь стоїть за 3–5 кроків від дітей, вишикуваних у шеренгу.

**Вихователь:** Діти, доженіть мене!

Діти біжать, намагаючись наздогнати вихователя. Побігавши не дуже швидко 15–20 с, він дає кому-небудь з дітей спіймати себе, і всі повертаються на свої місця.

## Доженіть м'яч

**Мета:** учити дітей бігати і ловити м'яч; виховувати увагу та витримку.

**Обладнання:** стільчики, м'ячі, кошик.

**Хід гри:** Діти сидять на стільчиках, на відстані 2–3 кроків накреслено лінію. Вихователь викликає п'ятеро–шестеро дітей, які встають уздовж лінії на певній відстані один від одного. Поруч з ними стає вихователь з кошиком, у якому стільки м'ячів, скільки викликаних дітей.

**Вихователь:** Раз, два, три. Біжіть!

Кидає вперед на підлогу всі м'ячі з кошика.

**Вихователь:** М'ячик, м'ячик, не спиняйся.

Куди хочеш повертайся,

А ми будемо гуртом

За тобою йти слідом

Діти біжать за м'ячами. Кожний з них доганяє який-небудь м'яч, ловить його і кладе вихователеві в кошик. Потім сідають на свої місця і до лінії підходить інша підгрупа.





## Через струмок

**Мета:** учити дітей ходити по зменшеній опорі; розвивати почуття рівноваги та спритність.

**Обладнання:** дошка, мотузки.

**Хід гри:** Вихователь кладе на підлогу дві мотузки – це «струмок». Потім через «струмок» кладе дошку «місток».

**Вихователь:** Діти, подивіться, який у нас струмочок. Нам необхідно пройти по «містку» на інший бік. Йти треба обережно, не промочити ніжки.

**Вихователь:** (ім'я дитини) спробуй пройти по «містку». Гра продовжується поки всі діти не перейдуть на інший бік.

## Хто тихіше

**Мета:** учити дітей ходити та бігати в одному напрямі; виховувати увагу та орієнтування в просторі.

**Обладнання:** стільчики, іграшковий кіт.

**Хід гри:** Діти сидять на стільчиках з одного боку майданчика (кімнати). У вихователя в руках котик.

**Вихователь:** Діти, котик спить, треба пройти тихо, щоб його не розбудити. Спочатку викликає кілька дітей (3–4).

**Вихователь:** Подивимося, хто з вас уміє ходити тихенько. Діти намагаються пройти біля вихователя якомога тихіше. **Вихователь:** Швидше на свої місця.

Діти біжать до своїх стільців і сідають. Потім у грі беруть участь усі діти.





## Скоти з гірки

**Мета:** вчити дітей скочувати м'ячі з гірки, розвивати увагу, виховувати організованість.

**Обладнання:** гірка, м'ячі малого діаметра (3–4).

**Хід гри:** На майданчику (в кімнаті) біля гірки приготувати 3–4 невеликі м'ячки.

**Вихователь:** Діти, спробуємо скотити м'ячки з гірки. (ім'я дитини), розпочинай. Дитина бере м'ячки і скочує з «гірочки» один за одним. Потім збирає м'ячки і знову скочує їх. Гра продовжується до тих пір, поки всі діти спробують скотити м'ячки з гірки.

**Вихователь:** Молодці, діти! Впоралися!

## До ляльок у гості

**Мета:** привчати дітей дотримуватись вказаного напрямку, рухатися групою, організовано.

**Обладнання:** ляльки.

**Хід гри:** Діти сидять на стільцях, розставлених уздовж однієї зі стін кімнати.

**Вихователь:** Діти, ляльки запросили нас у гості. Де вони живуть? Діти показують.

**Вихователь:** Ходімо, діти, привітаємося з ляльками і пограємося з ними. Діти встають зі стільчиків і повільно, разом з вихователем йдуть провідати ляльок.

**Вихователь:** Діти, ляльки втомилися. І нам вже час повертатися. До побачення!

Діти прощаються. Повертаються і сідають на стільчики.





## Потяг

**Мета:** Розвивати у дітей вміння виконувати рухи за звуковим сигналом, закріплювати навички шикунання в колону. Вправлятися з ходьби, бігу один за одним.

**Хід гри:** Діти шикуються в колону з одного боку майданчика. Перший – паровоз, інші вагони. Вихователь дає гудок, діти починають рухатися вперед (без зчеплення). Спочатку повільно, потім швидше, поступово переходячи на біг, вимовляють «Чу – чу – чу!». «Поїзд під'їжджає до станції» - каже вихователь. Діти поступово сповільнюють темп і зупиняються. Вихователь знову дає гудок, рух поїзда повновлюється.

## Літаки

**Мета:** Тренувати дітей в умінні бігати, чи не наштовхуючись один на одного, виконувати всі рухи за сигналом.

**Матеріал.** Іграшковий літак.

**Хід гри:** Діти сидять на стільчиках, які розташовані на одній стороні кімнати. Вихователь показує іграшковий літак. Літак літає високо і швидко. Вихователь каже дітям, але щоб літак полетів, потрібно спочатку завести мотор літака. Звертає увагу дітей на обертальні рухи своїх рук перед грудьми і вимовляє: «Р-р-р-». Діти, хочете пограти в гру «Літаки». Вихователь пропонує дітям встати біля своїх стільчиків: «Увага, до польоту приготувалися, завести мотори!» Всі діти повторюють за вихователем руху рук. Після слів вихователя: «Полетіли» діти розводять руки в сторони (крила у літака, але стежити, щоб руки були прямими. І починають біга-





бігати в різних напрямках по всій кімнаті. Далі після слів: «на посадку» всі діти повертаються до своїх стільчикам. сідають на стільчики, гра закінчується. Щоб діти добре виконували рухи руками, вихователь обов'язково спочатку показує сам, а після разом з дітьми ці рухи повторюють. І тільки потім гра починається. За бажанням дітей, гра повторюється два рази.

## Доженіть мене

**Мета:** навчати дітей бігати в одному напрямку, слухати сигнал вихователя і починати рухи за сигналом.

**Хід гри:** діти сидять на стільцях чи на лаві з одного боку кімнати чи майданчика. „До жени мене”, – каже вихователь і біжить на протилежний бік. Діти біжать за ним, прагнуть піймати педагога. Вихователь зупиняється, коли діти підбігають, каже: „Тікайте, тікайте, наздожену”. Діти бігом повертаються на свої місця.

**Вказівки до проведення:** спочатку гру доцільно проводити з 4-6 дітьми, збільшуючи кількість до 10-12 дітей. Вихователь повинен не дуже швидко бігти, щоб діти наздогнали його. Коли малюки зайняли місце на стільцях, їх варто похвалити, відзначити, як добре вони бігають





## Пташки літають

**Мета:** учити дітей зістрибувати з невисоких предметів і бігати врозтіч. Виховувати увагу, кмітливість.

**Хід гри:** Діти стоять на підвищенні: дошці, кубиках (висота 5-10 см). Вихователь каже:

Ясно світить сонечко,  
Пташки в поле захотіли,  
Піднялися й полетіли.

Діти зістрибують з підвищення і “літають” – бігають, розмахуючи руками, присідають, “клюють зернятка” – стукають пальцями по колінах.

На слова вихователя “Дощ! Пташки в гніздечка полетіли” біжать на свої місця і стають на підвищення. Гру повторюють.

## Сонечко і дощик

**Мета:** учити дітей ходити та бігати врозтіч. Розвивати швидкість і спритність.

**Хід гри:** Діти присідають навпочіпки за стільчиками, що стоять на відстані 1,5 м від стін кімнати (залу) і дивляться у “віконце” (отвір спинки стільчика).

Вихователь: “На небі сонечко, можна йти гуляти”.

Діти ходять і бігають по кімнаті. Після слів “Дощик, швидше додому!” всі біжать на свої місця і ховаються в свої “будиночки” (присідають за стільчиками).

**Рекомендації до гри:**

Спочатку у грі беруть участь четверо - п'ятеро дітей, а потім уся група. При повторенні гри можна у складнювати: запропонувати





## Хто тихіше

**Мета:** привчити дітей ходити тихо, навшпиньках, виховувати увагу; розвивати спритність.

**Хід гри:** Діти ідуть зграйкою разом з вихователем в одному напрямку. Раптом вихователь каже: „А тепер побачимо, хто з вас уміє ходити тихо-тихо, навшпиньках” (показує, як потрібно йти).

Діти піднімаються навшпиньки і прагнуть пройти якомога тихіше. Вони продовжують йти в тому напрямку, в якому йшли раніше. Потім вихователь непомітно відходить у бік і каже: „А тепер усі біжіть до мене”. Діти біжать до вихователя. Вихователь хвалить тих, хто старанно і добре виконав вправу.

**Вказівки до проведення:** деякі діти під час ходьби навшпиньках неприродно пригинають голову, втягуючи її в плечі. Їм здається, що вони в цьому випадку тихіше йдуть. Потрібно стежити за цим, вказуючи дітям на помилки і виправляти їх.

Ходьба навшпиньках корисна для фізичного розвитку дитини, оскільки укріплює стопу. Однак не слід втомлювати дітей надмірно тривалими виконаннями цієї вправи. Гра повторюється 3-4 рази.





# Горобчики і автомобіль

**Мета:** вчити дітей виконувати рухи згідно зі словами; закріплювати вміння імітувати поведки птахів, вчити дітей бігати в заздалегідь обумовлене місце. Виховувати уважність, сміливість.

## Хід гри:

Діти біжать гуртом, як пташки, розвівши руки в боки і помахуючи ними, як крилами. Вихователь стоїть збоку і каже:

Пташечки маленькі, дружно полетіли  
Всі літали, всі літали, крильцями махали.

Так вони літали, крильцями махали,  
На стежинку сіли, зернятка клювали.

На слова «На стежинку сіли» діти присідають і постукують пальчиками (пташки клюють зернята).

Пташки клюють ще деякий час після закінчення слів вихователя. Потім вихователь, тримаючи в руках обруч, або серсо, як кермо автомобіля, біжить у напрямку до «пташок», промовляючи «бі-бі». Діти тікають від автомобіля і біжать в заздалегідь обумовлене місце кімнати – “гніздечко”.

Роль автомобіля можна доручати дитині або кільком дітям. Згодом можна запропонувати дітям стрибати, просуваючись уперед, зістрибувати з пеньочків або низької колоди не вище 15см.





## Принеси предмет

**Мета:** учити орієнтуватися в просторі; виховувати спостережливість, витримку.

**Матеріали:** іграшки (зайчик, ведмедик, білочка, лисичка, вовк).

**Хід гри:** Всі діти стоять біля корзини з іграшками, вихователь стоїть в другому кінці майданчику. Вихователь просить принести йому іграшку. За сигналом діти беруть іграшки і біжать до вихователя. Він ласкаво зустрічає їх і йде до корзини разом з дітьми. Діти кладуть іграшки в корзину. Гра повторюється. (1 – 2 рази.)

## Дзвіночок

**Мета:** вчити дітей бігати по колу, орієнтуватися у просторі. Виховувати дружні стосунки, уважність.

**Хід гри:** діти сидять на стільчиках, розставлених півколом. Вихователь сидить обличчям до дітей. В однієї дитини в руках дзвіночок. Вихователь промовляє, а дитина імітує рухи:

Із дзвіночком я біжу,  
усіх діток веселю,  
Я дзвіночок тьоті дам  
і на місце сяду сам.

На ці слова дитина з дзвіночком оббігає ззовні дітей, які сидять півколом, віддає дзвіночок вихователю і сідає на своє місце. Потім вихователь віддає дзвіночок другій дитині, гра триває.

**Вказівки до проведення:** якщо дитина не





встигла оббігти півколо, поки звучить текст, вихователь двічі повторює перші два рядки:

Я дзвіночок Олі дам і на місце сяду сам.

Пізніше діти передають дзвіночок один одному, а вихователь називає у вірші ім'я дитини, якій має бути переданий дзвіночок

## Зайченята

**Мета:** вчити дітей стрибати на двох ногах, просуваючись уперед, пролазити під ніжками стільців, розвивати спритність, упевненість.

**Хід гри:** з одного боку кімнати півколом розставлено стільці, сидіннями всередину. Це клітки кроликів. З іншого боку – будинок сторожа. Посередині розташована галявина, на яку кроликів випускають гуляти. Діти (по двоє або по троє) стають позаду стільців, за вказівкою вихователя вони сідають навпочіпки – кролики сидять у клітках. Вихователь – сторож підходить до кліток і випускає кроликів на галявину. Діти проповзають під стільцями, а потім стрибають, просуваючись уперед усією галявиною. За сигналом вихователя «Біжить у клітки!» кролики повертаються на свої місця, знову проповзаючи під стільцями.

**Вказівки до гри:** вихователь має стежити за тим, щоб діти, проповзаючи під стільцями, намагалися не зачіпати їх спинами. Замість стільців можна використовувати дуги для під повзання та ін.





# Жабки

**Мета:** удосконалювати вміння стрибати на обох ногах, просуваючись уперед. Виховувати увагу та розвивати спритність.

**Хід гри:** Діти стоять у колі. Усередину кола вибирають "жабку" і двох "жабенят". Вихователь проказує:

Скаче жабка по доріжці,  
Витягнувши довгі ніжки.

Дитина, яка зображує жабку, стрибає по колу на обох ногах і на слова вихователя "Побачила комара" зупиняється і закінчує: "Ква-ква-ква".

Вихователь продовжує: "А за жабкою – жабенята..."

Двоє дітей, які зображують жабенят, стрибають за "жабкою" по колу, потім зупиняються і закінчують: "Ква-ква-ква". Усі діти проказують: "Ква-ква-ква".

Вихователь називає "жабенят", які своєчасно почали стрибати і правильно проказували визначені їм слова. Гру повторюють, вибирають нових "жабку" і "жабенят".

**Вказівки до гри:** "Жабка" і "жабенята" починають стрибати тільки після слів "ква-ква-ква". Перед початком гри показати дітям, як стрибати на обох ногах із просуванням уперед.





## Через струмочок

**Мета:** розвивати в дітей відчуття рівноваги, спритності.

**Хід гри:** На підлозі лежить дошка (завширшки 25-30 см, завдовжки 2-2,5 м). Це місток через річку (струмочок). На „протилежному березі” струмочка ростуть квіти – маки, волошки, ромашки (на килимку розкидані кольорові клаптики).

Діти переходять на протилежний берег струмка, збирають квіти (збираючи клаптики, присідають, нахиляються), потім повертаються додому.

Гра повторюється 3-4 рази.

**Вказівки до гри:** вихователь стежить за тим, щоб діти йшли саме по містку, промовляючи: „Струмочок швидкий, глибокий, потрібно йти обережно, щоб не замочити ніг”.

## Пташки у гніздечках

**Мета:** учити дітей вистрибувати з предметів і бігати врозтіч. Виховувати увагу, кмітливість.

**Матеріали:** обручі за кількістю дітей.

**Хід гри:** На ігровому майданчику розкласти обручі (або намалювати кола). Це – гніздечка для пташок.

Усі гравці стають в обручі. Вихователь каже: «Сонечко світить. Пташки вилетіли з гніздечок». Гравці вискакують з обручів, бігають по майданчику, змахуючи руками. Вихователь каже: «Сонечко сіло.

Пташки летять додому». Гравці повертаються в обручі.





## М'яч у колі

**Мета:** удосконалювати навички відштовхування м'яча під час котіння.

**Хід гри:** Діти сідають в коло і котять м'яч один одному.

**Вказівки до проведення:** дорослий стоїть поза колом і підказує, кому котити м'яч, пояснює, що м'яч потрібно відштовхувати двома руками, підказує, як краще це зробити, подає м'яч, якщо він викотився з кола.

## Лови м'яч

**Мета:** навчити дітей кидати м'яч у певному напрямку і ловити м'яч у повітрі.

**Хід гри:** Діти стають у коло. Вихователь з великим м'ячем у руках (діаметр 18-20 см) стоїть у центрі й каже: «Іро, лови м'яч!». Потім кидає його дівчинці. Та ловить і кидає назад.

**Вказівки до проведення:** вихователь стежить, щоб діти енергійно кидали м'яч двома руками знизу, а ловили його, злегка витягуючи руки вперед і хапаючи м'яч кистями, не притискаючи до грудей





# Діти і ведмедик

**Мета:** вчити дітей виконувати рухи згідно зі словами; закріплювати вміння бігти в одному напрямку, імітувати поведки тварин; виховувати дружні стосунки з однолітками.

**Хід гри:** Діти ходять по кімнаті чи ділянці. Раптом з'являється помічник вихователя з ведмедиком в руці й «ричить, як ведмедик». Діти разом з вихователем тікають, вихователь може накрити дітей марлевою серветкою.

**Ведмідь:** – Десь тут дітки були?

**Вихователь:** – Нема тут діток, ведмедику.

**Няня:** – А хто тут?

**Це котенята.**

**А чому вони не нявкають?**

**Діти нявкають, як киці.**

**Кошеняток мені не потрібно. Іде.**

**Діти встають і стрибають (бігають, танцюють).**

**Знову з'являється ведмедик. Відбувається розмова ведмедика з вихователем. Тепер діти зображають собачок. При повторенні гри діти можуть бути кізочками та іншими тваринами.**





# Жучки

**Мета:** вчити дітей діяти за змістом віршованого тексту, вчити дітей бігати в різних напрямках, імітуючи «жучка», укріплювати вестибулярний апарат дитини засобом кружляння навколо себе, закріплювати вміння присідати.

**Хід гри:** На мелодію української пісні «По дорозі жук»:

Ось летять, летять жучки,  
Крильцями тріпочуть – (діти бігають, тріпаючи кистями рук)

Покружляли, покружляли,  
Танцювати хочуть. (діти кружляють)

По дорозі жук, жук,

По дорозі чорний,

Подивіться ви на нього,

Який він моторний. (виконують пружинку)

По дорозі пробіжить

І на спину ляже,

Догори підніме лапки,

Танець нам покаже. (діти падають на спину і тріпають ніжками)

По доріжці жук, жук,

По доріжці чорний,

Упіймаю я жука, (вихователь робить вигляд, що ловить жучків, діти розбігаються).

Хоч він і моторний.

