Данные электронной подписи

Владелец: Гергерт Снежана Евгеньевна

Организация: МБДОУ № 195 "ДЕТСКИЙ САД

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА", 4205014756 420501001

Подписано: 02.02.2021 10:45 (МСК)

Данные сертификата

Серийный номер:

43EA79E298B969A6B81277780453F21078A30DB5

Срок действия: 21.12.2020 12:56 (МСК) - 21.03.2022 12:56

(MCK)

Документ подписан электронной подписью

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение № 195 «Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому направлению развития восцитанников»

Принята: Педагогическим советом Протокол Nel от « 18 » июня 2020 г.

Утверждена: МБДОУ № 195 Заведующей МБДОУ № 195 Гергерт С.Е. приказ № 135 от 18» июня 2020г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Подвижные игры»

Возраст учащихся: 5 - 8 лет Срок реализации программы: 2 года

Разработчик: Земскова С.В. инструктор по физической культуре

Кемеровский городской округ, 2020 г.

Содержание

1.	Пояснительная записка	.2
2.	Учебно - тематический план	.9
3.	Содержание программы	10
4.	Оценочные материалы	28
5.	Методическое обеспечение программы	. 30
	Список литературы	32
	Приложение	33

1. Пояснительная записка

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Конституция РФ, ст.43, 72
- Конвенция о правах ребёнка (1989 г.)
- Федеральный закон «Об образовании в РФ»
- СанПиН 2.4.1.3049 13
- Устав ДОУ
- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» ст. 48, ч.1, п.1.

целесообразность Педагогическая данной образовательной программы обусловлена тем, что двигательная активность способствует физическому разностороннему развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, значительно расширяет опорно-двигательного Подвижная возможности аппарата. игра сознательная, двигательная активность ребенка, предполагающая точное и своевременное выполнение заданий, которые связаны с обязательными для всех играющих правилами. Играя, ребенок упражняется в различных движениях. С помощью взрослых он овладевает новыми, более сложными видами действий. Подвижные игры в основном коллективные, поэтому у вырабатываются детей элементарные умения ориентироваться пространстве, согласовывать свои движения с движениями играющих, находить свое место, не мешая другим, по сигналу убегать или менять место. Игра помогает ребенку преодолевать робость, застенчивость. В действиям товарищей, игре, подражая своих ОН естественно непринужденно выполняет самые различные движения. Совместные лействия маленьких детей создают условия ДЛЯ общих радостных переживаний и активной деятельности. В подвижных играх дети учатся играть дружно, уступать и помогать друг другу. Активные двигательные

действия при эмоциональном подъеме способствуют значительному усилению деятельности костно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, благодаря чему происходит улучшение обмена веществ в организме и соответствующая тренировка различных систем и органов.

Изучением проблемы физического развития дошкольников занимались Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова, Т.Ф. Саулина, В. Г. Алямовская, Н.Ф. Дик, Е.В. Жердева, М.Д. Маханева, Л.И. Пензулаева, М.А. Рунова, Л.А. Фандикова, В.А. Шишкина, М.В. Мащенко, Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина и др. В работах этих авторов отмечено, что значимость двигательной активности

дошкольников сегодня возрастает в связи с тем, что в последние годы наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья физической подготовленности детей. Низкая двигательная активность ведет к тому, что заболеваемости растут показатели дошкольников, y большинства отсутствует интерес к двигательной активности: дошкольников

предпочитают просмотр телевизора и малоподвижные игры, что ведет к неадекватности статических и динамических нагрузок. В результате 30-40% дошкольников имеют избыточный вес вследствие «двигательного дефицита».

Под двигательной активностью понимается вид деятельности, направленный на улучшение или сохранении физической формы и здоровья в целом. Необходимость повышения двигательной активности детей дошкольного возраста обусловлена тем, что это способствует формированию здоровой, активной личности, способной к решению учебных и практических задач, обеспечивает успешную ее адаптацию и социализацию в современном обществе.

Вслед за учеными-исследователями (В.Г. Алямовская, М.А. Рунова, Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Л.И. Пензулаева и др.) мы рассматриваем подвижную игру как эмоционально-насыщенную, сознательную и активную деятельность ребенка, происходящую при соблюдении необходимых правил и побуждающую к творческому выполнению условий в изменяющихся игровых ситуациях.

эффективное Подвижные игры – это средство повышения двигательной активности дошкольников, так как игра – ведущий вид деятельности детей дошкольного возраста, а подвижная игра требует от ребенка умственного и физического усилия, и вместе с тем доставляет ему радость, чувство удовлетворения и захватывает воображение. Кроме того подвижная игра активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы, совершенствует движения, развивает их координацию, формирует быстроту, силу, выносливость, дает представления об окружающем мире, развивает память и чувство ритма, обогащает речь детей, учит действовать в коллективе, сопереживать, помогать друг другу; подчиняться общим выдержку требованиям; формирует честность, справедливость, дисциплинированность.

В ФГОС ДО одним из приоритетных направлений развитий дошкольников названо «Физическое развитие». Овладение содержанием этой образовательной области включает приобретение опыта в двигательной деятельности детей:

- связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;
- способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, выполнению основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

Эти задачи могут быть успешно решены с помощью подвижных игр, которые в силу своей универсальности, доступности, эмоциональности и привлекательности, занимают особое место в физическом воспитании дошкольников.

Принципиальная новизна разработанной системы работы состоит в:

1) использовании разных видов подвижных игр (игровых упражнений, малоподвижных, хороводных игр) для повышения двигательной активности дошкольников;

2) подвижные игры, входящие в систему, подобраны для детей старшего дошкольного возраста.

Цель программы: создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников в процессе обучения плаванию, обучение детей элементарным видам плавания.

Для достижения данной цели формируются следующие задачи:

Оздоровительные:

- укрепить здоровье детей, содействовать их гармоничному психофизическому развитию;
- содействовать расширению адаптивных возможностей детского организма, повышению его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям;
- совершенствовать опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку.

Образовательные:

- содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками, умениями и совершенствованию в них;
- развивать физические качества (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.).

Воспитательные:

- воспитывать нравственно-волевые качества, настойчивость, смелость, выдержку, силу воли;
- формировать стойкие гигиенические навыки;
- формировать потребность к здоровому образу жизни, устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом;

• способствовать эмоциональному и двигательному раскрепощению, появлению чувства радости и удовольствия от двигательной активности.

Сроки и формы реализации:

Содержание программы ориентировано на детские группы в количестве от 10 до 25 человек в возрасте от 5 до 8 лет.

Ведущей формой организации обучения является групповая.

Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к детям, так как в связи с их индивидуальными особенностями результативность в освоении двигательных навыков может быть различной.

Методы

- *Словесные методы*: объяснение, разъяснение, рассказ, команда (приказ), подсказка.
 - Игровые методы: подвижные игры, игровые упражнения.
 - Наглядные методы:
- 1) рассматривание разных видов наглядности (иллюстраций, картинок, фотографий и т.д.), позволяющие формировать представления о двигательных действиях;
- 2) показ воспитателем, как надо выполнять то, или иное двигательное действие в подвижной игре.
 - Практические методы:
 - 1) подвижная игра;
- 2) имитационные упражнения (имитация поведения животных, птиц, героев литературных и фольклорных произведений);
 - 3) импровизация.
- Методы формирования сознания (указание, убеждение, совет, рекомендация, похвала, поощрение).
 - Соревновательные методы.

Приемы

- прямые приемы (показ способов действия);
- косвенные приемы (побуждение детей к самостоятельному действию).

Занятия проводятся 1 раз в неделю, количество занятий в учебном году - 32.

Планируемые результаты

Старшая группа:

- 1. Проявляет интерес к подвижным играм. Осуществляет элементы контроля за действиями сверстников, замечает нарушение правил в играх.
 - 2. Стремится самостоятельно организовать подвижную игру.

Подготовительная к школе группа:

- 1. Самостоятельно и точно выполняет задания на двигательную активность, выполняет движения в оптимальном темпе, легко находит свое место при совместных построениях и в играх, быстро реагирует на сигнал, переключается с одного движения на другое.
- 2. Проявляет стойкий интерес к подвижным играм. Осуществляет элементы контроля за действиями сверстников, замечает нарушение правил в играх.
 - 3. Умеет самостоятельно организовать подвижную игру.

2. Учебно-тематический план

Учебный план по повышению двигательной активности детей 5-6 лет средствами подвижных игр

Включе ние игр в занятие	Подвиж ные игры	Игровые упражне ния	Игры- забавы	Игры малой подвижнос ти	Хороводн ые игры	Всего практическ их занятий за год
1 квартал	2	2	2	1	1	8
2 квартал	3	2	2	3	2	12
3 квартал	3	2	2	3	2	12
Всего	8	6	6	7	5	32

Учебный план по повышению двигательной активности детей 6-8 лет средствами подвижных игр

Включе ние игр в занятие	Подвиж ные игры	Игровые упражне ния	Игры- забавы	Игры малой подвижнос ти	Хороводн ые игры	Всего практическ их занятий за год
1	2	2	2	1	1	8
квартал						
2	4	2	2	3	1	12
квартал						
3	4	2	2	3	1	12
квартал						
Всего	10	6	6	7	3	32

3. Содержание программы

В программу включены игры:

• Сюжетные подвижные игры

• Игры этого вида строятся на основе опыта детей, имеющихся у них представлений и знаний об окружающей жизни, профессиях (летчик, пожарный, шофер и т.п.), средствах транспорта (автомобиль, поезд, самолет), явлениях природы, образе жизни и повадках животных и птиц. Сюжет игры и правила обуславливают характер движения играющих. Движения носят имитационный характер. Дети начинают, прекращают или изменяют движения в соответствии с правилами игры.

• Бессюжетные подвижные игры

- Бессюжетные игры типа ловишек, перебежек очень близки к сюжетным в них лишь нет образов, которым дети подражают, все остальные компоненты те же: наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Эти игры, так же, как и сюжетные, основаны на простых движениях, чаще всего беге в сочетании с ловлей. Такие игры доступны и младшим и старшим дошкольникам.
- Бессюжетные игры требуют от детей большей самостоятельности, быстроты и ловкости движений, ориентировки в пространстве. Постепенно игры усложняются, с более сложными заданиями.
- Бессюжетные игры с использованием определенных предметов
- «Кегли», «Кольцеброс» и т. п.
 Играющие выполняют в них более сложные движения: метание, бросание и ловля или перекатывание мечей, шаров, колец.
 Двигательные задания в этих играх довольно сложные и требуют определенных условий, играть могут небольшие группы детей. В этих играх появляются некоторые элементы индивидуального соревнования.

• Игровые упражнения

• Подвижные игры и упражнения взаимосвязаны, однако по целевому назначению, педагогическим задачам, содержанию и методике проведения игра и упражнение не тождественны. Подвижная игра имеет в основе определенный замысел (образный или условный). Упражнения же представляют собой методически организованные двигательные действия, специально подобранные с целью физического воспитания, суть которых заключается в выполнении конкретных заданий ("Доползи до погремушки", "Попади в воротца" и др.).

• Игры-забавы

• В работе с детьми дошкольного возраста используются и так называемые игры-забавы, аттракционы. Не будучи особенно важными

для физического развития, они, однако, часто проводятся на досуга, на физкультурных праздниках.

• Игры с элементами соревнования

• («Чье звено скорее построится», «Кто скорее к своему флажку» и т. п.). В основе таких игр лежит выполнение определенных двигательных заданий в соответствии с правилами. Элементы соревнования побуждают детей к большей активности, к проявлению различных волевых и двигательных качеств (быстроты, выдержки и т. д.) игры доступны детям более старшего возраста (5–6 лет), в младших группах их не проводят. Игры с элементами спортивных игр — проводятся только с детьми старшего дошкольного возраста по упрощенным правилам.

Королева Осень Сентябрь СТАРШАЯ ГРУППА

	1				V 111111	
Видигры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель	Оборудо вание
Ic	1.	1.	«Зайцы и волк»	Прыжки	Закрепить умения выполнять прыжки на двух ногах, на месте с продвижением вперед.	Маска — шапочка волка
Подвижные игры	2.	2.	«Перелет птиц»	Лазанье	Закрепить в умении с ходу выполнять правильный хват рейки гимнастической стенки и правильную постановку ноги.	Гимнастич еская стенка
Малоподв ижные	1.	1.	«Кто дольше всех простоит на одной ноге»	Равновесие	Совершенствовать развитие и удержание равновесия при упражнении	Групповая комната
Хорово дные	2.	1.	«Каравай»	Разнообразные движения	См. картотеку	Группа Зал
				Октябрі СТАРШАЯ ГР	УППА	
Видигры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель	Оборудо вание

	1.	1.	«Цветные автомобили»	Бег с заданием	Умение бегать с разной скоростью в зависимости оттребовании игры: спецмашины на вызов, по	Рули по
Подвижные игры	2.	2.	«Птицы»	Лазание	разному грунту, по асфальту Умение лазать по гимнастической стенке, используя правильный хват руками.	количест ву детей В зависимо сти от выбранно й игры
Малоподв ижные	1.	1.	«У кого мяч»	Передача мяча	Упражнять детей в передачи мяча друг другу. Развивать ловкость, внимание.	Мяч
Хорово	2.	1.	«Кто у нас хороший»	Хоровод	См. картотеку	Палка - лошадка
				Ноября СТАРШАЯ ГР		
Видигры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель	Оборудо вание
	1.	1.	«Краски»	Бег	Учить запоминать свой	Зал
Подвижные игры	2.	2.	«Дружные пары»	Ходьба с заданием	цвет, быстро реагировать на сигнал воспитателя. Упражнять в беге в нужном направлении. Учить, при ходьбе соблюдать непринужденность движений и хорошую	Ориентир ы для бега зал
					осанку.	

Малоподвижны е игры	1.	1.	«Трамвай»	Ходьба с заданием	Развивать умения ходить по краям площадки, придерживаясь правой стороны при встречи с движением.	Игровая площадка
Хорово дные	2.	1.	«Мыши водят хоровод»	Хоровод Бег	См. картотеку	Шапочка кота

Королева Зима Декабрь СТАРШАЯ ГРУППА

Вид игры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельнос ти	Цель	Оборудова ние
Подвижные игры	1.	1.	«Лиса в курятнике» Два мороза»	Бег и спрыгивани е Бег	Упражнять в беге, действовать по сигналу воспитателя, спрыгивать со скамейки. Учить четко проговаривать текст в игре, соблюдать правила игры.	Шапочка лисы зал
Малоподви жные игры	1.	1.	«Донеси мешочек»	Равновесие	Упражнять детей в равновесии и правильной осанке	Мешочки с песком
Хоров	2.	1.	«Васька — кот»	Хоровод	См.картотеку	Шапочка кота

Январь СТАРШАЯ ГРУППА

Вид игры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель	Оборудо вание			
іе игры	1.	 2. 	«Хитрая лиса»	Бег с увертыванием	Воспитывать выдержку, наблюдательность. Упражнять в быстром беге с увертыванием, построение в круг.	Шапочка лисы			
Подвижные игры			«Попади в обруч»	Бег с заданием	Повышать двигательную активность детей на прогулке, развивать меткость, ловкость, выносливость	Игровая площадка Обруч			
Малоподви жные игры	1.	1.	«Сбей флажок»	Метание	Учить метать снежки в цель, развивать меткость , внимание	Игровая площадка			
Хороводн ые игры	2.	1.	«Новогодний хоровод»	Хоровод	См. картотеку	Музыкал ьный зал			
	Февраль СТАРШАЯ ГРУППА								
Вид игры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель	Оборудо вание			

Подвижные игры	2.	2.	«Собака и воробьи» «Охотника и зайцы»	Бег Меткость	Упражнять в беге в разные стороны, умение ориентироваться в пространстве, быстро добегать до места и садиться. Учить согласовывать движения друг с другом, развивать глазомер	Шапочка собаки Тряпочн ые мячи
н Малоподвижн ые игры	1.	1.	Конкурс на лучшею фигуру на снегу	Разнообразные виды движений	Учить вырезать из снега простые фигуры, схожие с простыми предметами	Палки - «Ножи» Комки снега
Хороводн ые игры	2.	1.	«Ходит Ваня»	Хоровод	См. картотеку	Красненьки й цветочек, синенький платочек

Королева Весна Март СТАРШАЯ ГРУППА

Видигры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель	Оборудо вание
þbi	1.	1.	«Волк во рву»	Прыжки	Учить по сигналу перепрыгивать через ров и обратно,	Шапочка волка
Подвижные игры	2.	2.	«Ловишка, бери ленту»	Бег	Объяснить правила игры, учить действовать по сигналу.	Ленты по количест ву играющи х

Малоподвижные игры	1.	1.	«Лови – бросай»	Метание	Учить ловить мяч не прижимая иго к груди, бросать точно воспитателю двумя руками в соответствии с ритмом поизносимых слов.	Мяч
Хороводн ые игры	2.	1.	«Солнышка – ведрышко»	Хоровод	См. картотеку	Шапочка Солнышк а
				Апрель СТАРШАЯ ГРУ	уппа	
Вид	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель	Оборуд ование
Подвижные игры	2.	2.	«Перелетные птицы» «Не замочи ноги»	Бег Лазанье Прыжки	Учить бегать по всей площадке, не стоять у стенки, влезать на свободное место, уступая друг другу, слезать, до конца не спрыгивая, развивать ловкость, внимание. Учить перепрыгивать через препятствие и приземляться на обе ноги	Гимнаст ическая стенка Степы
Малоподвиж ные игры	1.	1.	«Живой лабиринт»	Равновесие	Развивать чувство равновесия, ловкость, быстроту движений, тренировать слаженность коллективных действий, быстроту реакции и смекалку.	Зал Площад ка
Хороводные игры	2.	1.	«Ходила млада за водой»	Хоровод	См. картотеку	Музыка льный зал

Май СТАРШАЯ ГРУППА

Видигры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель	Оборудо вание			
Подвижные игры	1.	1.	«Гуси – лебеди»	Бег с увертыванием	Упражнять в беге с увертыванием. Воспитывать смелость. Развивать выдержку. Умение выполнять движение по сигналу.	Шапочка волка			
Подви	2.	2.	«Мышеловка»	Бег	Развивать умение согласовывать свои действия со словами, упражнять в беге с увертыванием.	Шапочки мышей (5 штук)			
Малоподвижн ые игры	1.	1.	«Натяни кольцо»	Метание	Упражнять детей в набрасывании кольца точно в цель, развивать меткость, принимать правильное положение тела	Кольцебр ос			
Хоровод ные	2.	1.	«Во поле береза стояла»	Хоровод	См. картотеку	Музыкал ьный зал			

	Королева Осень Сентябрь ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА							
Вид игры	№ Недели	Nº	Название игры	Основной вид деятельнос ти	Цель	Оборудова ние		

	1.	1.	«Наседка и цыплята»	Подлезание	Развивать умение выполнять подлезания на ступнях, без помощи рук в момент погони	Шапочка курицы – наседки	
Подвижные игры	2.	2.	«Зайцы и волк»	Прыжки	Развивать умение выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	Шапочка волка	
Пол	3.	3.	«Ловишки»	Бег с увертывани ем	Умение бегать врассыпную, не наталкиваясь, ориентироваться в пространстве.	Зал	
Малоп одвижн	1.	1.	«Назови овощ»	Ловля мяча	Закреплять названия овощей и ловля мяча.	Мяч	
Хороводн ые игры	2.	1.	«Урожайная»	Различные движения	См. картотеку	Поют песню	
	Октябрь ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА						
Видигры	№ Недели	№	Название игры	Основной ви деятельности	LCJIB	Оборудо вание	

	1.	1.	«Смелые ребята»	Бег	Упражнять в быстром беге, развивать ловкость.	Зал Площадк		
			ролган		oere, pushiburb nobkoerb.	а		
	2.	2.	«Следопыты»	Ходьба с	Преодоление различных	T.C		
190				заданием	препятствий, дети по установленным	Карта		
Подвижные игры					ориентирам проходят к			
KHPI					назначенному пункту,			
ДВИЭ					Где спрятан предмет, умение увертываться.			
По					умение увертываться.			
	3.	3.	«Караси и	Подлезания	Быстро находить место			
			щука»		для подлезания.	Дуги		
Малопод вижные	1.	1.	«Поймай мяч»	Ловля мяча	Учить ловкости и	Мячи		
Малопод вижные					передавать мяч			
 НЫ	2.	1.	«Мы на луг	Хоровод	См. картотеку	Шапочка		
Хороводные игры			ходили»			зайца		
XoF								
	Ноябрь							
	ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА							
Ω ibi	<u>е</u> эли	3.2	Ш	Основной вид	•••	0.5		
Видигры	№ Недели	№	Название игры	деятельности	Цель	Оборудо вание		
	l .							

	1.	1.	«Мы веселые ребята»	Бег с увертыванием	Бег на скорость с увертыванием	Зал Площадк а		
е игры	2.	2.	«Лиса и зайцы»	Бег с увертыванием	Развивать способность умение увертываться.	Шапочка лися		
Подвижны	Подвижные игры 3. 3.		«Попади в круг»	Метание	Умение действовать по сигналу, умение метать в цель	Обруч, мешочки с песком		
Малоподвиж	1.	1.	«Пройди бесшумна»	Ходьба	Ходить четко, ритмично, с хорошей осанкой, координацию движений, выносливость	Группова я комната		
Хороводны	2.	1.	«На горе то калина»	Хоровод	См. картотеку	Музыкал ьный зал		
	Королева Зима Декабрь ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА							
Вид	ит ры № Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель	Оборудо вание		

			11 0 6	F	V	2	
	1.	1.	«Найди себе пару»	Бег	Упражнять в умении быстро изменять темп бега в	Зал Игровая	
					зависимости от сигнала, двигаться не наталкиваясь	площадка	
					друг на друга.		
Подвижные игры	2.	2.	«Выше ноги от	Спрыгивание	Развивать умение сохранять	Игровая	
ные			земли»	Запрыгивание Равновесие	статистическое равновесие на ограниченной	площадка	
ТВИЖ					поверхности, мягкое приземление и сохранение		
Под					равновесия при спрыгивании		
	3.	3.	«Мыши в	Подлезание	Тренироваться в подлезании,	«Хозяюшк	
			кладовой»		не задевая дуги и веревки, учить действовать по	а» (фартук, платок)	
					сигналу.		
1жн I	1.	1.	«Волшебные	Ходьба	Побуждать действовать	Стена	
лоподви ые игры	(елочки»		грациозно, выразительно, закреплять знание о	(точки	
Малоподвижн ые игры					правильной позе, положение головы.	соприкос новения)	
080	2.	1.	«Карусель»	Хоровод	См. картотеку	Веревка	
Хорово дные	2.	1.	«Карусслы»	Лоровод	См. картотску	Беревка	
	Январь						
	1		ПОДІ	ГОТОВИТЕЛЬН	АЯ ГРУППА		
Вид	№ Недели	№	Название	Основной вид	Цель	Оборудо	
H	He		игры	деятельности	7	вание	

Вид игры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель	Оборудо вание	
	Февраль ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА						
Хороводн ые игры	2.	1.	«Летал, летал воробей»	Движение в соответствии с текстом.	См. катротеку	Музыкал ьный зал	
Малоподви жные игры	1.	1.	«Солнце и планеты»	Ходьба с заданием	Закрепление знаний о движении планет вокруг Солнца	Шапочка Солнышк а	
Подвиж	3.	3.	«Быстро возьмем, быстро положим»	Подлезание	Упражнять в умении подлезать под шнур, прямо и боком на ступнях без рук.	Предмет	
Подвижные игры	2.	 2. 	«Два Мороза» «Встречные перебежки»	Бег с Бег с увертыванием	Четко проговаривать текст, в игре соблюдать правила. Уметь быстро ориентироваться и увертываться, выполнять бег на скорость.	Шапочка красная и синяя — «Морозы »	

Хоров	См. картотеку Зал Площадка Королева Весна Март ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА См. картотеку Площадка Площадка ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА							
ов Малоподви ые жные игры		1.	Обучение ходьбе на лыжах	Ходьба	Продолжать упражнять в ходьбе на лыжах, поднимание в горку, бегом, приставным шагом.	Лыжи		
	3.	3.	«Птицы и лиса»	Спрыгивание	Учить ловко спрыгивать с пеньков, бегать не наталкиваясь, по сигналу находить свой пенек.	Площадк а (возвыше нность, бревно)		
Подвижные игры	2. 2. «Найди по следу» Прыжки		Прыжки	Упражнять в прыжках с продвижением вперед, добиваясь естественности, ловкости, точности движений	Площадк а			
	1.	1.	«Мороз – красный нос»	Бег	Учить ловко и быстро перебегать через площадку.	Шапочка Деда Мороза		

	1.	1.	«Котята и щенята»	Подлезание	Упражнять детей в умении выполнять подлезание на ступнях без опоры на руки с	Гимнасти ческая скамейка			
Подвижные игры	2.	2.	«Перепрыжки через ручей»	Прыжки	ходу. Упражнять детей в выполнении прыжка с ходу.	Спортивн ая дорожка			
Ī	3.	3.	«Лесные тропинки»	Ходьба с заданием	Разнообразить движения в зависимости то условий.	«Дорожк и здоровья»			
Малоподвиж ные игры	Малоподвиж ные игры		«Камень, ножницы, бумага»	Сидя	Внимательно слушать, развивать усидчивость.	Кисти рук			
Хороводные игры	2.	1.	«Греет солнышко теплее»	Ходьба Свободная пляска	См. картотеку	Флажки по количеству детей			
	Апрель ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА								
Вид	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель	Оборудо вание			

	1.	1.	«С кочки на кочку»	Прыжки	Формировать навыки прыжков в длину.	Мягкие пуфы			
ые игры	2.	2.	«Пчелы и медведь»	Бег с увертыванием	Развивать способность бега, умение увертываться от ловишки.	Команды			
Подвижные игры	3.	3.	«Парные перебежки»	Бег с увертыванием и подлезанием	Упражнять детей в умении использовать ускорение, выполнять подлезание с ходу под шнур.	Шнур			
Малоподвиж ные игры	1.	1.	«Летает, прыгает, плывет»	Показ движений	Упражнять в движениях, закреплять знания о рыбах, птиц, зверях	Зал			
Хороводные игры	2.	1.	«Веснянка»	Хоровод	См. картатеку	Музыкал ьный зал			
	Май								
	ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА								
Видигры	№ Недели	№	Название игры	Основной вид деятельности	Цель	Оборудо вание			

гры	1.	1.	«Охотники и звери» «Лягушка и	Бег с заданием Прыжки	Бег через различные препятствия, развивать ловкость. Упражнять в прыжках на	Препятст вия Спортивн ый инвентар
Подвижные игры			цапля»		двух ногах с продвижением вперед.	ь Обручи
Подв	3.	3.	«Скворечник»	Бег с заданием	Упражнять в беге в разных направлениях, действовать по сигналу.	зал
					generalization eminary.	5401
Малоподвижн ые игры	1.	1.	«Водяной»	Ходьба с заданием	Ориентировка в пространстве.	Повязка на глаза
Хороводные игры	2.	1.	«Земелька – чернозем»	Ходьба	См. картотеку	Музыкал ьный зал

4. Оценочные материалы

Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы «Подвижные игры», предполагает комплексный подход к оценке результатов.

К концу года у детей должна наблюдаться положительная динамика физической подготовленности, умение работать в группах, соблюдать правила игры.

Критерии и показатели уровня развития двигательной активности в подвижных играх детей 5-8 лет

С помощью метода наблюдения оцениваются критерии по каждому показателю развития в баллах от 0 до 3 и данные заносятся в диагностическую карту ребенка.

1. Участие в подвижных играх

В свободное время в группе и на прогулке ребенок обычно:

- 3 балла организует подвижные игры с другими детьми и с удовольствием участвует в подвижных играх, организованных другими детьми;
- 2 балла предпочитает играть в малоподвижные игры, но не отказывается участвовать в подвижных играх;
 - 1 балл почти всегда отказывается участвовать в подвижных играх.

2. Темп двигательной активности

При проведении коллективных подвижных игр двигательная активность ребенка:

- 3 балла опережает средний темп;
- 2 балла соответствует среднему темпу;
- 1 балл отстает от среднего темпа;

3. Утомляемость

В подвижных играх, требующих концентрации внимания, ребенок:

- 3 балла утомляется незначительно;
- 2 балла утомляется ближе к концу игры;
- 1 балл быстро утомляется и отвлекается.

Уровни

- итоговая сумма 3-5 баллов (низкий уровень; требуется корректирующая работа педагога или помощь специалиста)
 - итоговая сумма 6-7баллов (средний уровень)
 - итоговая сумма 7-9баллов (высокий уровень)

Характеристика уровней двигательной активности дошкольника

Высокий уровень

В свободное время в группе и на прогулке ребенок обычно организует подвижные игры с другими детьми и с удовольствием участвует в подвижных играх, организованных другими детьми. При проведении коллективных подвижных игр двигательная активность ребенка опережает средний темп, характерный для данной возрастной группы детей. В подвижных играх, требующих концентрации внимания, ребенок утомляется незначительно в соответствии с возрастными нормами.

Средний уровень

В свободное время в группе и на прогулке ребенок обычно предпочитает играть в малоподвижные игры, но не отказывается участвовать в подвижных играх. При проведении коллективных подвижных игр двигательная активность ребенка соответствует среднему темпу, характерному для данной возрастной группы детей. В подвижных играх, требующих концентрации внимания, ребенок утомляется ближе к концу игры в соответствии с возрастными нормами.

Низкий уровень

В свободное время в группе и на прогулке ребенок почти всегда отказывается участвовать в подвижных играх. При проведении коллективных подвижных игр двигательная активность ребенка отстает от среднего темпа, характерного для данной возрастной группы детей. В подвижных играх, требующих концентрации внимания, ребенок быстро утомляется и отвлекается.

Диагностическая карта оценки уровня развития двигательной активности детей 5-8 лет

№ п/п	ФИ ребенка	Участие в подвижных играх	Темп двигательной активности	Утомляемость
1				
2				
3				

5. Методическое обеспечение программы

Перечень методических материалов, используемых в процессе реализации программы

- 1. Методические рекомендации программы.
- 2. Годовой план график прохождения материала.
- 3. Игры.
- 4. Разработки физкультурно спортивных мероприятий.
- 5. Техническое обеспечение занятий.
- 6. Техническое оснащение занятий.

Материально – техническое обеспечение программы.

- 1. Технические средства: музыкальный центр, интернет, ноутбук.
- 2. Экранно-звуковые пособия: аудиозаписи.
- 3. Учебно практическое оборудование:
- 1.Стенка гимнастическая (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек)
- 2.Скамейка гимнастическая жёсткая (2 м, 4 м,).
- 3. Мячи: мяч малый, мячи набивные, волейбольные, баскетбольный.
- 4. Палка гимнастическая (на каждого обучающегося).
- 5. Скакалка (на 12 человек).
- 6. Мат гимнастический (2 шт).
- 7. Кубики.
- 8. Кегли.
- 9. Секундомер.
- 10. Свисток.
- 11. Аптечка.

Программа предусматривает участие в соревнованиях, эстафетах. Это является стимулирующим элементом, необходимым в процессе обучения.

Применяемые методы и формы работы с обучающимися:

образовательные методы:

- словесный (рассказ, объяснение, беседа, анализ и обсуждение своих действий и действий соперника и др.);
- наглядность упражнений (показ упражнений и др.);
- методы практических упражнений
- метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качества усвоения программы, динамики показателей физического и личностного развития;
- метод самореализации через творческие дела, участие в соревновательно-игровой деятельности.

Методы организации занятий:

- фронтальный;
- групповой;

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- 1. индивидуальная;
- 2. работа в парах;
- 3. групповая;
- 4. коллективная.

Формы проведения занятий:

- 1. путешествие;
- 2. конкурс,
- занятие игра;
- 4. эстафета;
- 5. соревнование.

Формы подведения итогов:

- 1. наблюдение;
- 2. соревнования;
- 3. тестирование.

Список литературы

1. Агапова И.А.

Подвижные игры для дошкольников/И.А. Агапова, М.А. Давыдова. – М.: АРКТИ, 2008.

2. Вареник Е.Н.

Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009.

3. Горохова М.Ю.

Развитие активности и самостоятельности детей дошкольного возраста.

4. Громова О.Е.

Спортивные игры для детей. – М.: ТЦ Сфера, 2009.

5. Пензулаева Л.И.

Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет/Л.И. Пензулаева. – М.: Владос, 2003.

6. Степаненкова Э.Я.

Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — 2-е изд., испр. — М.: Издательский центр «Академия», 2006.

7. Конторович М., Михайлова Л.Подвижные игры в детском саду. Педагогика (дошкольная, школьная, общая)

Приложение 1

Картотека подвижных игр для детей.

Найли свой пвет

Цель: формировать ориентировку в пространстве, приучать действовать по сигналу, развивать ловкость, внимание.

Ход игры: воспитатель раздает детям флажки 3-4 цветов. Дети с флажками одного цвета стоят в разных местах зала, возле флажков определенного цвета. После слов воспитателя «Идите гулять» дети расходятся в разные стороны. Когда воспитатель скажет «Найди свой цвет» дети собираются у флага соответствующего цвета.

Игра может сопровождаться музыкальным оформлением. Как усложнение, когда игра освоена детьми, можно менять ориентировочные флажки местами, располагая их в разных местах спортивного зала.

Солнышко и дождик

Цель: формировать умение ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь, друг на друга; приучать действовать по сигналу.

Ход игры: дети сидят на стульчиках. Воспитатель говорит «Солнышко!». Дети ходят и бегают по залу в разных направлениях. После сов «Дождик!», они бегут на свои места.

Игра может проходить с музыкальным сопровождением. После того как игра хорошо освоена, слова можно заменять звуковыми сигналами.

Воробушки и автомобиль

Цель: формировать умение двигаться в разных направлениях, не наталкиваясь, друг на друга; совершенствовать умение реагировать на сигнал, развивать ориентацию в пространстве.

Ход игры: дети сидят на стульчиках на одной стороне зала. Это «воробушки» в гнездышках. На противоположной стороне — воспитатель. Он изображает автомобиль. После слов воспитателя «Воробышки полетели» дети поднимаются со стульев, бегают по залу, размахивая руками. По сигналу воспитателя «Автомобиль», дети убегают на свои стульчики.

После того, как игра освоена детьми, вместо слов можно использовать звуковые сигналы.

Поезд

Цель: формировать умение ходить и бегать друг за другом небольшими группами, сначала держась друг за друга, затем не держась; приучать начинать движение и останавливаться по сигналу.

Ход игры: сначала к игре привлекается небольшая группа детей. первое время каждый ребенок держится за одежду впереди стоящего, затем свободно двигаются друг за другом, двигая руками, имитируя движения колес. Роль паровоза сначала исполняет воспитатель. Лишь после

многократных повторений роль ведущего поручается наиболее активному ребенку.

Игра эмоциональнее проходит с музыкальным сопровождением.

Огуречик... огуречик...

Цель: формировать умение прыгать на двух ногах в прямом направлении; бегать не наталкиваясь друг на друга; совершать игровые действия в соответствии с текстом.

Ход игры: на одном конце зала – воспитатель, на другом дети. Они приближаются к ловишке прыжками на двух ногах. Воспитатель говорит:

Огуречик, огуречик не ходи на тот конечик,

Там мышка живет, тебе хвостик отгрызет.

После окончания речёвки, дети убегают в свой дом. воспитатель произносит слова в таком ритме, чтобы дети могли на каждое слово подпрыгнуть два раза.

После того как игра освоена детьми роль мышки можно поручать наиболее активным детям.

Наседка и цыплята

Цель: совершенствовать умение подлезания под веревку, не задевая ее; развивать ловкость, внимание; действовать по сигналу; воспитывать взаимовыручку, товарищество.

Ход игры: дети, изображающие цыплят вместе с наседкой находятся за натянутой веревкой. Наседка выходит из дома и зовет цыплят «ко-ко-ко». По ее зову цыплята подлезая под веревкой бегут к ней. На слова «Большая птица» цыплята быстро убегают. Когда цыплята убегают в дом, можно приподнять веревку повыше, чтобы дети не задевали ее.

Пробеги тихо

Цель: воспитывать выдержку, терпение, умение передвигаться бесшумно.

Ход игры: дети распределяются на три группы и выстраиваются за чертой. Выбирают водящего, он садится посередине площадки и закрывает глаза. По сигналу одна подгруппа бесшумно бежит мимо водящего на другой конец зала. Если водящий услышит, он говорит «Стой!» и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, водящий говорит какая группа бежала. Если он правильно указал группу, дети отходят в сторону. Если ошибся, они возвращаются на свои места. Так поочередно пробегают все группы. Выигрывает та группа, которая пробежала тихо и которую водящий не смог обнаружить.

Самолеты

Цель: формировать умение двигаться в разных направлениях не наталкиваясь друг на друга; приучать действовать по сигналу.

Ход игры: перед игрой необходимо показать все игровые движения. Дети становятся на одной стороне площадки. Воспитатель говорит «К полету готовы. Завести моторы!». Дети делают вращательные движения руками перед грудью. После сигнала «Полетели!» разводят руки в стороны и разбегаются по залу. По сигналу «На посадку!» играющие направляются на свою сторону площадки.

Игра эмоциональнее проходит с музыкальным сопровождением.

Найди свой домик

Цель: формировать умение действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве; развивать ловкость, внимание, умение двигаться в разных направлениях.

Ход игры: с помощью воспитателя дети делятся на группы, каждая из которых становится у определенного места. По сигналу они разбегаются по залу в разные стороны. После сигнала «Найди свой домик» - дети должны собраться группами у того места, где стояли вначале.

После освоения игры, исходные дома можно менять местами. Игра эмоциональнее проходит с музыкальным сопровождением.

Кролики

Цель: формировать умение прыгать на двух ногах продвигаясь вперед; развивать ловкость, смекалку, уверенность.

Ход игры: в одной стороне зала полукругом расставлены стулья — это клетки кроликов. На противоположной стул — это дом сторожа. Дети сидят на корточках за стульями. Когда сторож выпускает кроликов на лужок — дети один за другим проползают под стульями, а затем прыгают продвигаясь вперед. По сигналу «Бегите в клетки» кролики возвращаются на свои места, снова проползая под стульями.

Игра проходит эмоциональнее с музыкальным сопровождением.

Пузырь

Цель: научить детей образовывать круг, меняя его размер в зависимости от игровых действий; формировать умение согласовывать действия с произносимыми словами.

Ход игры: дети вместе с воспитателем, взявшись за руки, образуют круг и проговаривают слова:

Раздувайся пузырь, раздувайся большой. Оставайся такой да не лопайся.

Играющие в соответствии с текстом отходят назад держась за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет «Лопнул пузырь!». Тогда играющие приседают на корточки и говорят «Хлоп!». И идут в цент круга со звуком «ш-ш-ш». затем снова становятся в круг.

Где звенит колокольчик?

Цель: развивать глазомер, слуховую ориентацию, умение ориентироваться в пространстве.

Ход игры: дети стоят на одной стороне зала. Воспитатель просит их отвернуться. В это время другой взрослый спрятавшись звенит колокольчиком. Детям предлагают послушать, где звенит колокольчик и найти его. Дети поворачиваются и идут на звук.

Звонить в колокольчик нужно сначала громко, затем понижать звук.

Цветные автомобили

Цель: закреплять знание цвета, совершенствовать ориентировку в пространстве, развивать реакцию

Ход игры: дети размещаются по краям зала, они — автомобили. Каждому свой цветной круг. Воспитатель в центре зала, в руках у него три цветных флажка. Он поднимает один, де, имеющие круг этого цвета разбегаются по залу в разных направлениях. Когда воспитатель опускает флажок, дети останавливаются. Воспитатель поднимает флажок другого цвета и т.д.

Игра проходит эмоциональнее с музыкальным сопровождением.

Где постучали?

Цель: закреплять умение ориентироваться в пространстве, соблюдать правила игры.

Ход игры: дети стоят в кругу. Водящий встает в середину и закрывает глаза. Воспитатель бесшумно обходит круг сзади, останавливается возле когонибудь, стучит палочкой и кладет ее так, чтобы не было видно. Отходит в сторону и говорит «Пора!». Стоящий в кругу должен отгадать, где постучали и подойти к тому, у кого спрятана палочка. Отгадав он становится на место ребенка, за которым была спрятана палочка, а тот становится водящим.

Кот и мыши

Цель: совершенствовать умение ориентироваться в пространстве, избегать столкновений; двигаться в общей игровой ситуации.

Ход игры: с одной стороны зала огораживается участок — это дом мышей (высота 50 см.). на другой стороне зала дом кота. Воспитатель говорит:

Кот мышей сторожит, притворился будто спит!

Дети проползают под рейками и бегают.

Воспитатель приговаривает:

Тише, мыши, не шумите.

И кота не разбудите!

Дети бегают легко и бесшумно. Со словами «Кот проснулся», ребенок изображающий кота бежит за мышами. Дети не подлезают под рейки, а вбегают в норки через неогороженную часть.

У медведя во бору

Цель: закреплять умение двигаться врассыпную, имитировать игровые движения, двигаться в соответствии с текстом.

Ход игры: дети располагаются на одной стороне зала, а водящий на другой. Игроки двигаются к спящему медведю со словами:

У медведя во бору

Грибы-ягоды беру.

А медведь не спит

И на нас рычит.

Медведь с рычанием пытается поймать детей, те убегают. Поймав кого-либо, отводит к себе. Игра повторяется.

Мышеловка

Цель: развивать быстроту, ловкость, внимание; учить согласовывать слова с игровыми действиями.

Ход игры: играющие делятся на две неравные подгруппы. Меньшая образует круг — мышеловку. Остальные — мыши. Игроки в кругу двигаются и приговаривают

Ах, как мыши надоели, развелось их просто страсть. Все погрызли, все поели, всюду лезут – вот напасть.

По окончании слов дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. Мыши вбегают в мышеловку и тут же выбегают, с другой стороны. По сигналу дети опускают руки и приседают. Мыши, не успевшие выбежать, считаются пойманными. Они тоже встают в круг. Игра продолжается. Когда большая часть детей поймана, подгруппы меняются местами.

У кого мяч?

Цель: развивать внимательность; закреплять умение выполнять игровые действия в соответствии с правилами игры.

Ход игры: играющие образуют круг. Выбирается водящий, который стоит в центре. Остальные игроки плотно придвигаются друг к другу, руки у всех за спиной.

Воспитатель дает кому-нибудь мяч, и дети за спинами передают его друг другу. Водящий старается угадать, у кого находится мяч. Он говорит «Руки!» и тот, к кому обращаются должен выставить обе руки. Если водящий угадал, он берет в руки мяч и становится в круг. Игрок, у которого забрали мяч становится водящим.

Лохматый пес

Цель: совершенствовать умение двигаться врассыпную, двигаться в соответствии с текстом, развивать ориентировку в пространстве, ловкость.

Ход игры: дети стоят на одной стороне зала. Водящий – пес – на другой стороне. Дети тихо подходят к нему со словами

Вот лежит лохматый пес. лапы свой **УТКНУВШИ** HOC. Тихо, смирно ОН лежит, не дремлет, не TO TO спит. Подойдем к нему, разбудим, и посмотрим что-то будет!

После этих слов пес вскакивает и громко лает. Дети разбегаются, а пес старается их поймать.

Береги предмет

Цель: приучать детей действовать по сигналу; развивать ловкость, выдержку, глазомер.

Ход игры: дети становятся в круг. У ног каждого ребенка лежит кубик. Воспитатель находится в кругу и старается взять кубик то у одно то у другого ребенка. Играющий, к которому приближается водящий, приседает и закрывает кубик руками и не дает до него дотронуться. Вначале водящий не забирает кубики у детей, а только делает вид. Затем при повторении он может взять кубик у игрока, не успевшего закрыть его руками. Этот ребенок временно не участвует в игре.

Впоследствии роль водящего может быть предложена наиболее активным детям.

Автомобили

Цель: развивать ловкость и быстроту; закреплять умение передвигаться по площадке врассыпную.

Ход игры: каждый играющий получает руль. По сигналу водящего (поднят зеленый флажок) дети разбегаются в рассыпную так, чтобы не мешать друг

другу. На другой сигнал (красный флажок) автомобили останавливаются. Игра повторяется.

Игра проходит эмоциональнее под музыкальное сопровождение.

Мы веселые ребята

Цель: развивать ловкость, увертливость; совершенствовать умение соблюдать правила игры.

Ход игры: дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне также проводится черта — это дома. В центре площадки находится ловишка. Играющие хором произносят

Мы веселые ребята, любим бегать и скакать Ну, попробуй нас догнать. 1,2,3 – лови!

После слава «Лови!» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка старается поймать их. Тот, кого ловишка успеет задеть до черты, считаются пойманными и отходят в сторону, пропуская одну перебежку. После двух перебежек выбирается другой ловишка.

Найди себе пару

Цель: развивать ловкость, умение избегать столкновений, действовать по сигналу быстро.

Ход игры: для игры необходимы платочки по количеству детей. половина платочков одного цвета, половина другого. По сигналу воспитателя дети разбегаются. На слова «Найди пару!» дети имеющие одинаковые платочки встают парой. В случае если ребенок остался без пары, играющие говорят «Ваня, Ваня не зевай, быстро пару выбирай».

Слова воспитателя можно заменить звуковым сигналом. Игра эмоциональней проходит с музыкальным сопровождением.

Удочка

Цель: развивать ловкость, внимание, быстроту реакции.

Ход игры: играющие стоят по кругу, в центре воспитатель, он держит в руках веревку, к которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку по кругу над самой землей, а дети подпрыгивают вверх, стараясь, чтобы мешочек не задел их. Описав мешочком два три круга, воспитатель делает паузу, во время которой подсчитывают количество попавшихся.

Не попадись

Цель: развивать ловкость, быстроту; играть, соблюдая правила; совершенствовать прыжки на двух ногах.

Ход игры: играющие располагаются вокруг шнура положенного в форме круга. В центре — двое водящих. По сигналу воспитателя дети прыгают на двух ногах в круг и из него по мере приближения ловишек. Кого успели запятнать, тот получает штрафное очко. Через 40-50 секунд игра останавливается, подсчитываются проигравшие, и игра повторяется с новым водящим.

Пожарные на учении

Цель: закреплять умение влезания на гимнастические стенки, развивать ловкость, быстроту; совершенствовать умение действовать по сигналу.

Ход игры: дети становятся в 3-4 колонны лицом к гимнастическим стенкамэто пожарные. Первые в колоннах стоят перед чертой на расстоянии 4-5
метров от стены. На каждом пролете на одинаковой высоте привязаны
колокольчики. По сигналу дети стоящие первыми, бегут к гимнастической
стенке, взбираются по ней и звонят в колокольчик. Спускаются вниз,
возвращаются к своей колонне и встают в ее конец воспитатель отмечает
того, кто быстрее выполнил задание. Потом дается сигнал и бежит
следующая пара детей.

Не оставайся на полу

Цель: развивать ловкость, быстроту, увертливость; играть, соблюдая правила. Ход игры: выбирается ловишка, который вместе со всеми детьми бегает по залу. Как только воспитатель произносит слово «Лови1», все убегают от ловишки и взбираются на предметы. Ловишка старается осалить убегающих. Дети, до которых он дотронулся, отходят в сторону. По окончании игры подсчитывается количество пойманных и выбирается новый ловишка.

Ловишки с ленточками

Цель: развивать быстроту, ловкость, глазомер; совершенствовать ориентировку в пространстве, бег врассыпную.

Ход игры: дети стоят в кругу, у каждого имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга стоит ловишка. По сигналу дети разбегаются в разные стороны, а ловишка старается вытянуть у них ленточки. На сигнал остановки дети собираются в круг, водящий подсчитывает ленточки.

Игру можно проводить с усложнением:

- -в кругу стоят двое ловишек
- -ловишки нет, мальчики собирают ленточки у девочек, а девочки у мальчиков.

Лиса и куры

Цель: развивать ловкость, быстроту реакции, учить действовать по сигналу, развивать ориентировку в пространстве.

Ход игры: на одной стороне зала находится курятник (можно использовать скамейки). На насесте сидят куры. На другой стороне — нора лисы. По сигналу куры спрыгивают с насестов и свободно передвигаются по свободному пространству. Со словами «Лиса!» куры убегают в курятник и взбираются на насест, а лиса старается поймать курицу. Не успевшую спастись она уводит в сою нору. Когда водящий поймает 2-3 кур, выбирается другой ловишка.

Ловишки

Развивать увертливость, ловкость, быстроту.

Ход игры: дети выстраиваются за чертой на одной стороне площадки. Они должны добежать до противоположной стороны так, чтобы ловишка, стоящий посередине, их не поймал. Кого осалят, считается пойменным. После 2-3 пробежек пойманные подсчитываются. Выбирают нового ловишку.

Два мороза

Цель: развивать быстроту реакции, ловкость; закреплять умение согласовывать игровые действия со словами.

Ход игры: на противоположных сторонах площадки обозначаются два дома. Играющие располагаются в одном из них. Водящие - Мороз Красный нос и Мороз Синий нос встают посередине, лицом к играющим и произносят текст Я – Мороз Красный нос.

Я – Мороз Синий нос.

Кто из вас решится в путь дороженьку пуститься?

Играющие хором отвечают:

"Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз!"

После этих слов дети перебегают на другую сторону площадки, а Морозы стараются их поймать и заморозить. «Замороженные» останавливаются на том месте, где до них дотронулись и до окончания пробежки стоят не двигаясь.

Сети

Цель: развивать ловкость, смекалку, ориентировку в пространстве, умение соблюдать правила игры.

Ход игры: одни дети встают по кругу и держат обручи. Другие- «рыбки»- снуют туда-сюда через обручи. Далее возможны варианты:

- 1. Щука гоняется за рыбками.
- 2. Дети с обручами медленно двигаются, по сигналу бегут по кругу, и тогда из него не возможно выбраться
- 3. Дети с обручами стоят неподвижно и только по сигналу начинают двигаться.

Ведется подсчет улова.

Гуси-лебеди

Цель: развивать ловкость, быстроту реакции; закреплять умение выполнять действия взятой на себя роли; согласовывать слова с игровыми действиями. Ход игры: на одном краю зала обозначается дом, в котором находятся гуси. На противоположной — стоит пастух. Сбоку — логово, в котором живет волк. Остальное — луг. Выбираются дети, исполняющие роли волка и пастуха, остальные — гуси. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся.

Пастух: Гуси, гуси!

Гуси: Га-га-га!

Пастух: Есть хотите?

Гуси: Да-да-да!

Пастух: Так летите.

Гуси: Нам нельзя, серый волк под горой не пускает нас домой!

Пастух: Ну, летите, как хотите, только крылья берегите!

Гуси, расправив крылья, летят, а волк старается их поймать. После нескольких перебежек подсчитывается количество пойменных.

Воздушный футбол

Цель: совершенствовать ловкость, силу, смекалку; развивать координацию лвижений.

Ход игры: дети из положения сидя, зажимая ногами брусок, перекатываются на спину и бросают брусок через сетку, в ворота или вдаль. Вместо бруска можно использовать мяч.

Летает, не летает

Цель: закреплять знания детей о летающих и не летающих объектах; воспитывать выдержку, терпение.

Ход игры: дети стоят или сидят по кругу, в центре – воспитатель. Он называет одушевленные и не одушевленные предметы, которые летают и не летают. Называя предмет, воспитатель поднимает руки вверх. Дети должны поднять руки вверх, если предмет летает.

Возможен вариант с мячом.

Море волнуется

Цель: дать знания о различных пароходах, старинных парусниках, предметах такелажа.

Ход игры: играющие сидят на стульях, каждому присваивается определенное название. Затем капитан начинает двигаться по внешнему кругу, называя предметы, необходимые для плавания. Все названные предметы встают. На слова «Море волнуется1» дети начинают двигаться под музыку, изображая движения волн. Команда капитана «Море утихни!» служит сигналом к тому, что нужно как можно скорее занять места на стульях. Оставшийся без стула становится капитаном.

Почта

Цель: развивать игровую фантазию, умение соблюдать правила игры.

Ход игры: игра начинается с переклички игроков и водящего:

- -Динь, динь, динь!
- -Ктотам?
- -Почта!
- -Откуда?
- -Изгорода...
- А что в том городе делают?

Водящий может сказать, что танцуют, поют, рисуют и т.д. Все играющие должны делать то, что сказал водящий. А тот, кто плохо выполняет задание, отдает фант. Игра заканчивается, как только водящий наберет пять фантов. Потом фанты выкупаются, выполняя различные задания.

У Мазая

Цель: совершенствовать согласованность движений.

Ход игры: участники сидят на стульях, выбирают деда Мазая. Все остальные отходят от него и договариваются, что будут показывать. После чего идут и говорят:

- -Здравствуй, дедушка Мазай с длинной белой бородой, с карими глазами, с белыми усами»
- Здравствуйте, детки! Где вы были, что делали?
- Где мы были мы не скажем, а что делали покажем.

Все выполняют движения, о которых договаривались. Когда дед отгадает, играющие разбегаются, а он их ловит.

Птицелов

Цель: учить различать и имитировать крики различных птиц; развивать умение ориентироваться с закрытыми глазами.

Ход игры: играющие выбирают себе названия птиц. Встают в круг, в центре птицелов с завязанными глазами. Птицы водят хоровод

Во лесу в лесочке,

На зеленом дубочке

Птички весело поют.

Ах, птицелов идет,

Он в неволю нас возьмет.

Птицы, улетайте!

Птицелов хлопает в ладоши и начинает искать птиц. Кого поймали, кричит подражая какой-либо птице.

Водящий должен угадать имя игрока и птицу.

Четыре стихии

Цель: развивать внимание, память, ловкость.

Ход игры: играющие становятся в круг, в середине — ведущий. Он бросает мяч кому-нибудь из игроков, произнося при этом какое-либо из слов стихии (например - воздух). Тот, кто поймал мяч должен назвать обитателя воздуха. Если названа земля — животное, если вода — рыбы. При слове огонь все должны несколько раз повернуться кругом, помахивая руками.

Черный, белый не берите, «Да» и «Нет» не говорите

Цель: развивать внимательность, умение следить за своими ответами в ходе игры, закреплять знания об окружающем.

Ход игры: игра начинается так:

Вам прислали сто рублей,

Что хотите, то купите,

Черный, белый не берите,

«Да», «Нет» не говорите.

После этого водящий ведет разговор, задавая вопросы. Тот, кто сбился в ответе, отдает водящему фант. После игры, проштрафившиеся выкупают свои фанты, выполняя различные задания.

Краски

Цель: закреплять знание цвета и оттенков; совершенствовать навыки основных движений.

Ход игры: выбирают хозяина и двух продавцов. Все остальные игроки – краски, которые выбирают себе цвета. Покупатель стучится:

- Кто там?
- -Покупатель.
- -Зачем пришел?
- За краской.
- За какой?
- За голубой.

Если данной краски нет, хозяин говорит: "Скачи на одной ножке по голубой дорожке".

Выигрывает тот покупатель, который угадал больше красок.

Шветы

Цель: закреплять знания о цветах (или каких-либо других предметах, например, спортивный инвентарь), совершенствовать реакцию, скоростные качества.

Ход игры: каждый играющий выбирает себе цветок. По жребию выбранный цветок начинает игру. Он вызывает любой другой цветок, например, мак. Мак бежит, а роза его догоняет. Потом мак может назвать любой другой цветок. Побеждает тот, кто ни разу не был пойман.

Подбери пару

Цель: развивать логическое мышление, учить играть коллективом.

Ход игры: детям предлагается пара слов, находящихся в определенной логической связи. Например, причина-следствие, род-вид. Необходимо к указанному третьему слову подобрать из рада уже имеющихся, то слово, которое находится с ним в той же логической связи.

Например, школа – обучение, больница – доктор, ворота – футбол и т.д.

И третьи слова: ученик, лечение, больной, мяч, футболка.

Снежный ком

Цель: учить формировать последовательность в словах, запоминать предыдущие слова, согласовывать движения со словами.

Ход игры: групповая игра заключается в постепенном формировании последовательности слов, причем каждый следующий участник игры должен воспроизвести все предшествующие слова с сохранение их последовательности, добавив к ним свое слово. Игра проводится с передачей мяча.

Запретный номер

Цель: способствовать развитию внимания.

Ход игры: играющие встают в круг. Нужно выбрать цифру, которую нельзя говорить, вместо нее надо хлопнуть в ладоши, молча нужное количество раз.

Слушай команду

Цель: способствовать развитию внимания, совершенствовать умение самостоятельно организовываться, успокаиваться.

Ход игры: дети идут под музыку. Когда музыка замолкает все останавливаются и слушают произнесенную шёпотом команду и тот час ее выполняют.

Противоположное слово

Цель: учить детей обосновывать свое решение, подбирать слова, противоположные указанному.

Ход игры: предложить детям подобрать слова противоположные по смыслу к данным.

Для слов допускающих неоднозначное значение (например - сырой), предлагается найти все возможные слова противоположного смысла и обосновать свое решение.

Угадай слово

Цель: совершенствовать умение соблюдать правила игры, развивать навык классификации, выделение наиболее значимых признаков.

Ход игры: детям предлагается угадать названия произвольно выбранных предметов, задавая при этом уточняющие вопросы, на которые можно получить ответ «Да» или «Нет».

Птицы

Цель: закрепить знания детей о различных птицах; совершенствовать умение соблюдать правила игры.

Ход игры: играющие выбирают хозяйку и ястреба. Остальные-птицы.

Прилетает ястреб. Хозяйка говорит

- Зачем пришел?
- За птицей!
- За какой?

Ястреб называет. Если названной птицы нет, хозяйка прогоняет его. Игра продолжается до тех пор, пока ястреб не переловит всех птиц.

Ловля рыб

Цель: закреплять знания детей о различных видах рыб, совершенствовать умение действовать по правилам.

Ход игры: игроки делятся на две группы. Одни становятся напротив других на расстоянии нескольких шагов. Одна группа – рыболовы, вторая – рыбы. В начале игры у них происходит разговор:

- Что вы вяжете? (рыбы)
- Невод. (рыбаки имитируют движения)
- Что вы будете ловить?
- Рыбу.
- Какую?
- Щуку.
- Ловите.

Рыбы поворачиваются и бегут до черты. Рыбаки стараются выловить как можно больше рыбы.

Винт

Цель: развивать творческую фантазию, воображение, пластику движения.

Выполнение: И.П. Основная сойка. Корпус поворачивается вправо и влево.

Руки свободно следуют за корпусом.

Раз, два, три, четыре, пять – Тебе в космос улетать!

Шалтай-болтай

Цель: развивать творческую фантазию, умение вживаться в образ, передовая характерные движения, выполнять движения одновременно с текстом

Выполнение: педагог проговаривает слова:

Шалтай-болтай сидел на стене

Шалтай-болтай свалился во сне...

Ребенок поворачивает туловище вправо – влево. На слова «Свалился во сне» резко наклоняет корпус вниз.

Факиры

Цель: тренировать отдельные группы мышц, развивать умение передавать характерные признаки образа.

Ход игры: дети сидят, ноги скрестно, руки на коленях, кисти свисают вниз, спина и шея расслаблены. Голова опущена, подбородок касается груди. Глаза закрыты.

Под соответствующую музыку у детей «оживают» сначала кисти, затем поднимаются руки и голова, корпус вытягивается вперед-вверх.

Приложение 2