

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №10 «Аленушка»

Принято

Педагогическим советом МКДОУ Детский сад №10

«12» августа 2024 г.

Протокол № 1

Утверждаю

заведующий МКДОУ Детский сад №10

Е.В.Семендяева

«12» августа 2024 г. Приказ № 72



Дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Непоседы»

2024 год

Пояснительная записка

Игра - самая любимая и естественная деятельность младших дошкольников, отвечающая их жизненно важным потребностям. Игра занимает важнейшее место в жизни малыша и является главным средством воспитания и оздоровления. Подвижные игры благоприятно влияют на весь организм ребёнка в целом. Радость и удовольствие сопровождают интересную, активную и доступную для ребёнка игру, она захватывает малыша, оказывая положительное влияние на общее физическое и умственное развитие.

Играя, ребёнок удовлетворяет свою потребность в движениях и одновременно с этим повторяет уже освоенный материал. Подвижные игры проводятся ежедневно в группе или на прогулке в зависимости от погодных условий. При активной деятельности детей на воздухе усиливается работа сердца и лёгких. Это оказывает благоприятное влияние на общее состояние детей: улучшается нервная система, повышается сопротивляемость организма к различным заболеваниям.

С помощью подвижных сюжетных игр малыши легче проходят адаптацию в детском саду, учатся действовать по словесной инструкции взрослого. У них появляется интерес к занятиям, которые вызывают положительные эмоции, радостное настроение.

Одним из наиболее эффективных способов решения данной проблемы в дошкольном учреждении является организация кружковой деятельности по подвижным играм. Подвижные игры создают благоприятные условия для развёртывания активной двигательной деятельности

Новизна. Актуальность.

Новизна программы, заключается в использовании дополнительных игровых технологий, что является очевидным признаком соответствия современным требованиям к организации учебно-воспитательного процесса.

Актуальность данной программы заключается в том, что её специфика развивает все физические качества детей дошкольного возраста (скорость, быстроту, выносливость, ловкость, силу, гибкость), а так же такие физические качества как глазомер и равновесие. В связи с тем, что для дошкольного возраста разработано недостаточное количество программ по подвижным играм, нами был систематизирован и обобщён опыт по этому вопросу. Коллективом педагогов МКДОУ Детский сад №10 «Аленушка» разработана дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Непоседы» (подвижные игры).

Отличительная особенность данной программы заключается в широком применении игровых технологий при воспитании разносторонне развитой личности.

Сроки реализации дополнительной образовательной программы

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Непоседы» рассчитана на четыре года обучения и направлена на всестороннее, гармоничное и целостное развитие личности детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет.

Формы и режим

Формой организации образовательного процесса является групповая и индивидуальная.

Работа педагога с детьми осуществляется на основе наглядности, доступности, систематичности, закрепление навыков, индивидуального подхода, сознательности

Формы подведения итогов

В конце учебного года проводятся открытые развлечения, досуги для родителей, педагогов дошкольного учреждения.

Цели и задачи программы

Целью объединения является повышение двигательной активности детей дошкольного возраста, через организацию подвижных игр.

Задачи:

- 1.удовлетворение потребности детского организма в движениях;
- 2.снижение тяжести адаптации детей к дошкольному учреждению;
- 3.развитие двигательных, скоростно-силовых качеств, общей выносливости;
- 4.развивать глазомер и силу рук; укреплять у детей силу мышц рук и туловища.

Планируемые результаты

- овладение основными движениями (легкими, красивыми, уверенными);
- умение ориентироваться в пространстве, проявлять выдержку, смелость, находчивость (изменение правил игры, придумывание новых игр), творчески решать двигательные задачи.

- умение соблюдать правила и последовательность выполнения упражнений, простейших комплексов для развития физических качеств и формирования правильной осанки;
- умение передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в различных условиях;
- умение выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости, координации и выносливости);
- умение осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

Описание образовательной деятельности в соответствии с программой

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Непоседы» рассчитана на 4 года обучения и рекомендуется для занятий детей с 3 до 7 лет. Программа предполагает проведение занятий 1 раз в неделю. Исходя из календарного года (с 1 сентября по 31 мая) количество часов, отведенных для занятий кружка подвижных игр 36 ч.

Группа	Продолжительность	Количество в неделю	Количество в год
2-я младшая группа	15 мин.	1	36
Средняя группа	20 мин.	1	36
Старшая группа	25 мин.	1	36
Подготовительная к школе группа	30 мин.	1	36

Игры и игровые упражнения с бегом.

Игры с бегом дети усваивают быстрее, чем ходьбу возрастает скорость бега, улучшается пространственная ориентировка в процессе его выполнения, дети с большей лёгкостью меняют направление, оббегают препятствия, придерживаются заданного направления.

«Догони мяч», «Солнышко и дождик», «Птички в гнёздышках», «Воробышки и автомобиль», «Бегите ко мне», «Карусель» и др.

«Не боимся мы ката», «У медведя во бору», «Самолёты», «Солнышко и дождик», «Наперегонки», «Догони обруч», «Схвати змею за хвост» и др.

«Бег с препятствиями», «Попробуй, догони», «Гуси—лебеди», «Морская фигура», «Весёлые ребята», «Перемена местами», «Коршун и наседка», «Поймай дракона за хвост».

Игры и игровые упражнения с прыжками.

Прыжки укрепляют и развивают мышцы ног, брюшного пресса, содействуют развитию быстроты, ловкости, координации движений.

«Зайка беленький сидит», «Мой весёлый звонкий мяч», «Перепрыгни через ручеёк», «Весёлые зайчишки», «По дорожке», «Поймай комара», «Поймай снежинку».

«Допрыгни до мяча», «Кто выше», «Прыжки на одной ноге», «Попрыгунчики», «Кто быстрее», «Переселение лягушек», «Поймай комара», «Поймай снежинку», «Лягушки».

«Прыжки с мячом», «Прыжки по кочкам», «Точно в круг», «Цапля», «Скачи за мной», «Поймай лягушку», «Зайцы и волк».

Игры и игровые упражнения на метание.

Упражнения в метании, катании, бросании улучшают общую координацию движений, способствуют укреплению мышц ног, туловища, плечевого пояса и рук.

«Попади в обруч», «Кто дальше бросит?», «Прокати мяч в воротца», «Лови-бросай», «Сбей кеглю».

Игры и игровые упражнения на равновесие.

Упражнения в равновесии являются необходимым компонентом для выполнения любого движения и для сохранения любой рабочей позы. Основная задача упражнений на равновесие состоит в том, чтобы научить детей сохранять устойчивое положение тела в разнообразных ситуациях и быстро его восстанавливать.

«По ровненькой дорожке», «Ходьба по доске», «С горки на горку», «Пройди по верёвочке», «Бег боком».

Игры и игровые упражнения на ориентировку в пространстве

В процессе действий на ориентировку в пространстве, у детей приобретается опыт поведения и ориентировка в условиях действия коллектива. Такие игры требуют от играющих, сообразительности и широкой ориентировки в пространстве.

«Найди, где спрятался зайка?», «Где звенит?», «Найди флажок», «Кто позвал?», «Бездомный заяц», «Воробышки и автомобиль», «Кролики», «Не задень», «Найди пару».

Игровые упражнения в ползании и лазанье.

Упражнения в ползании и лазанье развивают силу, ловкость, смелость, координацию движений, помогают формированию правильной осанки. Горизонтальная поза содействует разгрузке позвоночника. Ползание развивает и укрепляет мускулатуру как крупных мышечных групп (плечевого пояса, спины, живота), так и мелких мышц рук, предплечья и спины.

«Проползи между пирамидками», «Подлезь под воротики», «Лазанье по гимнастической скамейке».

Организация развивающей предметно-пространственной среды.

Для игр подобраны мячи разных размеров, мешочки с песком, колеброс, кегли, обручи, скакалка, атрибуты для подвижных игр. Предметное наполнение уголка применяется в подвижных играх (в группе и на улице, индивидуальной двигательной деятельности, в свободной деятельности детей).

Календарное планирование по возрастам.

Сентябрь

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
2 младшая группа	«Догони мяч», «Солнышко и дождик».	«По ровненькой дорожке», «Поезд».	«Солнышко и дождик», «Найди свой домик».	«Бегите ко мне», «Наседка и цыплята».
Средняя группа	«Не пропусти мяч», «Цветные автомобили».	«Автомобили», «Прокати обруч».	«Не пропусти мяч», «Пробеги тихо».	«Перебрось—поймай», «Вдоль дорожки».
Старшая группа	«Пятнашки».	«Удочка».	«У кого мяч?».	«Белки в лесу».

Подготовительная группа	«Мышеловка».	«Перелет птиц».	«Катай мяч».	«Гори, гори ясно!».
-------------------------	--------------	-----------------	--------------	---------------------

Октябрь

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя
2 младшая группа	«Не боимся мы кота», «Обойди прыжками».	«Докати мяч», «Птички и кошка».	«Схвати змею за хвост», «Поймай комара».	«Самолёты», «Прыгуны».	«Через ручеёк», «Попади в обруч».
Средняя группа	«Птицы в клетке», «Не задень».	«Найди себе пару», «Лошадка».	«Бег с препятствиями», «Цветные автомобили».	«Морская фигура», «Скачи за мной».	«Коршун и наседка», «Мяч на лопатке».
Старшая группа	«Гуси – лебеди».	«Перебежки».	«Колпачок и палочка».	«Накинь кольцо».	«Перелёт птиц».
Подготовительная группа	«Ловишки из круга».	«Лягушки и цапля».	«Ловишки с мячом».	«Найди, где спрятано?».	«Затейники».

Ноябрь

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
2 младшая группа	«Кто дальше бросит», «Карусель».	«Весёлые пингвины», «Снежинки и ветер».	«Лошадки», «Где звенит колокольчик?».	«У медведя во бору», «Угадай кто кричит».
Средняя группа	«Преодолей полосу препятствий», «Кто быстрее».	«Не попадайся», «Дружная семейка».	«Перемена местами», «Коршун и наседка».	«Огуречик, огуречик», «Воробышки и кот».
Старшая группа	«Кошка и мышка».	«Ловля мячей сачками».	«Не оставайся на полу (на земле)».	«Затейники».
Подготовительная группа	«Хитрая лиса».	«Удочка».	«Спрячь руки за спину»	«Угадай, что делали».

Декабрь

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя
2 младшая группа	«Найди свой домик».	«По кочкам через болото», «Птички в гнёздышках».	«Кто дальше бросит», «Карусель».	«Где спрятано», «Попади в цель».	«Поймай снежинку».
Средняя группа	«Ручеёк».	«Ловишки», «Кто ушёл?».	«Лиса и куры», «Сбей кеглю».	«Цветные автомобили».	«Прыжки по кочкам».
Старшая группа	«Мы веселые ребята...».	«Серсо».	«Сделай фигуру».	«Тетери».	«Мороз – Красный нос».
Подготовительная группа	«Два Мороза».	«Волк во рву».	«Серсо».	«Свободное место»	«Льдинки, ветер и мороз» (бег, ловкость)

Январь

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя
2 младшая группа	«Наседка и цыплята», «Воробышки и автомобиль».	«Прокати мяч и догони его», «Прыжки из обруча в обруч», «Найди свой домик».	«Поезд», «Беги ко мне», «Жуки», «Котята».	«Кролики», «Найди свой домик», «Игра с мячом».	«Прокати мяч по дорожке», «Снежная карусель».
Средняя группа	«Кто дальше», «Снежная карусель».	«Кролики», «Весёлые снежинки».	«Снежинки— пушинки», «Прыжки по кочкам».	«Катание на санках друг друга», «Лиса в курятнике».	«Зайцы и волк», «Цветные автомобили».
Старшая группа	«Карусель».	«Лошадки».	«Снежная карусель».	«Уголки».	«Совушка».
Подготовительная группа	«Совушка».	«Не попадись».	«Бездомный заяц».	«Бездомный заяц».	«Скакалки».

Февраль

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
2 младшая группа	«Наседка и цыплята», «Кролики».	«Поймай снежинку», «Найди свой цвет».	«Лягушки», «Добеги до кегли».	«Трамвай», «Птички и птенчики».
Средняя группа	«Пролезание через обруч», «У медведя во бору».	«Метелица», «Добрось до кегли», «Лиса в курятнике».	«Бег с препятствиями», «Мяч соседу».	«Туннель», «Зайцы и волк».
Старшая группа	«Мышеловка».	«Кто скорее до флажка».	«Пастух и стадо».	«Будь ловким».
Подготовительная группа	«Скворечники», «Эстафета с мячами»	«Пожарные на ученье».	«Волк во рву». Народная игра «Гори, гори ясно».	«Быстро возьми, быстро положи» (бег).

Март

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
2 младшая группа	«Воробышки и автомобиль», «По ровненькой дорожке».	«Найди свой цвет», «Трамвай».	«Наседка и цыплята», «Схвати змею за хвост».	«Найди свой домик», «Птички в домиках».
Средняя группа	«Сбей предмет», «Ловушка».	«Подбрось—поймай», «Прокати—не задень».	«Выше ножки от земли», «Перемена местами»	«Бегом по дорожке», «Котята и щенята»
Старшая группа	«Караси и щука».	«Медведи и пчелы».	«Пожарные на учении».	«Быстрее по местам».
Подготовительная группа	«Рыбаки и рыбки».	«Ловля обезьян».	«Перемени флажок».	«Кто раньше дойдет до середины».

Апрель

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя
2 младшая группа	«Воробышки и кот», «Сбей кеглю».	«Снежная карусель», «Кто быстрее допрыгнет до...».	«Поймай комара», «Лягушка», «Найди свой цвет».	«Где цыплёнок?», «Кролики».	«По ровненькой дорожке», «Цапля и лягушата».

Средняя группа	«Прокати и поймай обруч», «Сбей кеглю».	«Угадай, кто позвал?», «Бег по дорожке».	«Жмурки», «Перепрыгни и не задень».	«Успей поймать», «Догони свою пару»	«У медведя во бору», «Найдём воробушка».
Старшая группа	«Успей пробежать».	«Школа мяча».	«Кто скорее».	«Космонавты».	«Горелки» (бег).
Подготовительная группа	«Кто первый через обруч к флажку».	«Передай мяч».	«Море волнуется».	«Паук и мухи».	«Перелёт птиц».

Май

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
2 младшая группа	«Найди свой цвет», «Наседка и цыплята».	«Трамвай», «Мы топали ногами».	«Солнышко и дождик», «Путешествие поездом».	«По ровненькой дорожке», «Кролики».
Средняя группа	«Достань до мяча», «Перепрыгни через ручей»	«Кто не уронит», «Самолёты».	«Подбрось-поймай», «Сбей кеглю».	«Угадай, кто позвал?», «Совушка - сова».
Старшая группа	«Чье звено скорее соберется».	«Кегли».	«Прыжки через веревку».	«Кольцо на палочке».
Подготовительная группа	«Коршун и наседка» (с бегом)	«Не оставайся на полу».	«Бросить и поймать».	«Ловишка с ленточкой»

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
Подвижные игры (младшая группа)

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
1 месяц	Игра с бегом	Игра на ориентировку в пространстве, внимание	Игра с лазаньем	Народная игра
2 месяц	Игра с бегом	Игра с прыжками	Игра с метанием	Хороводные игры
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Сентябрь	<p>1. Обучение: «Бегите ко мне» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Мой веселый, звонкий мяч» (прыжки)</p> <p>3. Упражнение: «Прокати мяч» (метание)</p> <p>4. Усложнение: «Доползи до погремушки» (лазанье)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Пузырь» (хороводная)</p>	<p>1. Обучение: «Найди свой домик» (ориентировка в пространстве)</p> <p>2. Закрепление: «Бегите ко мне» (бег)</p> <p>3. Упражнение: «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)</p> <p>4. Усложнение: «Прокати мяч» (метание)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Доползи до погремушки» (лазанье)</p>	<p>1. Обучение: «Наседка и цыплята» (лазанье)</p> <p>2. Закрепление: «Найди свой домик» (ориентировка в пространстве)</p> <p>3. Упражнение: «Бегите ко мне» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Прокати мяч» (метание)</p>	<p>1. Обучение: «Угадай, кто кричит?» (м/п)</p> <p>2. Закрепление: «Наседка и цыплята» (лазанье)</p> <p>3. Упражнение: «Найди свой домик» (ориентировка в пространстве)</p> <p>4. Усложнение: «Бегите ко мне» (бег)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)</p>
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Октябрь	<p>1. Обучение: «Поезд» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Угадай, кто кричит?» (м/п)</p> <p>3. Упражнение: «Наседка и цыплята» (лазанье)</p> <p>4. Усложнение: «Найди свой</p>	<p>1. Обучение: «По ровненькой дорожке» (прыжки)</p> <p>2. Закрепление: «Поезд» (бег)</p> <p>3. Упражнение: «Угадай, кто кричит?» (м/п)</p> <p>4. Усложнение: «Наседка и</p>	<p>1. Обучение: «Кто бросит дальше мешочек» (метание)</p> <p>2. Закрепление: «По ровненькой дорожке» (прыжки)</p> <p>3. Упражнение: «Поезд» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Угадай, кто</p>	<p>1. Обучение: «Паучок» (хороводная)</p> <p>2. Закрепление: «Кто дальше бросит мешочек» (метание)</p> <p>3. Упражнение: «По ровненькой дорожке» (прыжки)</p> <p>4. Усложнение: «Поезд» (бег)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Угадай, кто кричит?» (м/п)</p>

	домик» (ориентировка в пространстве) 5. Самостоятельная деятельность: «Бегите ко мне» (бег)	цыплята» (лазанье) 5. Самостоятельная деятельность: «Найди свой домик» (ориентировка в пространстве)	кричит?» (м/п) 5. Самостоятельная деятельность: «Наседка и цыплята» (лазанье)	
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Ноябрь	1. Обучение: «Трамвай» (бег) 2. Закрепление: «Паучок» (хороводная) 3. Упражнение: «Кто дальше бросит мешочек» (метание) 4. Усложнение: «По ровненькой дорожке» (прыжки) 5. Самостоятельная деятельность: «Поезд» (бег)	1. Обучение: «Найди, что спрятано» (ориентировка в пространстве) 2. Закрепление: «Трамвай» (бег) 3. Упражнение: «Паучок» (хороводная) 4. Усложнение: «Кто дальше бросит мешочек» (метание) 5. Самостоятельная деятельность: «По ровненькой дорожке» (прыжки)	1. Обучение: «Мыши в кладовой» (лазанье) 2. Закрепление: «Найди, что спрятано» (ориентировка в пространстве) 3. Упражнение: «Трамвай» (бег) 4. Усложнение: «Паучок» (хороводная) 5. Самостоятельная деятельность: «Кто дальше бросит мешочек» (метание)	1. Обучение: «Зайка» (народная) 2. Закрепление: «Мыши в кладовой» (лазанье) 3. Упражнение: «Найди, что спрятано» (ориентировка в пространстве) 4. Усложнение: «Трамвай» (бег) 5. Самостоятельная деятельность: «Паучок» (хороводная)
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Декабрь	1. Обучение: «Такси» (бег) 2. Закрепление: «Зайка» (народная) 3. Упражнение: «Мыши в кладовой» (лазанье) 4. Усложнение: «Найди, что спрятано» (ориентировка в пространстве) 5. Самостоятельная деятельность: «Трамвай» (бег)	1. Обучение: «Поймай снежинку, комара» (прыжки) 2. Закрепление: «Такси» (бег) 3. Упражнение: «Зайка» (народная) 4. Усложнение: «Мыши в кладовой» (лазанье) 5. Самостоятельная деятельность: «Найди, что спрятано» (ориентировка	1. Обучение: «Попади в круг» (метание) 2. Закрепление: «Поймай снежинку, комара» (прыжки) 3. Упражнение: «Такси» (бег) 4. Усложнение: «Зайка» (народная) 5. Самостоятельная деятельность: «Мыши в кладовой» (лазанье)	1. Обучение: «Зимний хоровод» (хороводная) 2. Закрепление: «Попади в круг» (метание) 3. Упражнение: «Поймай снежинку, комара» (прыжки) 4. Усложнение: «Такси» (бег) 5. Самостоятельная деятельность: «Зайка» (народная)

		в пространстве)		
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Январь	<p>1. Обучение: «Мыши и кот» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Зимний хоровод» (хороводная)</p> <p>3. Упражнение: «Попади в круг» (метание)</p> <p>4. Усложнение: «Поймай снежинку, комара» (прыжки)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Такси» (бег)</p>	<p>1. Обучение: «Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве)</p> <p>2. Закрепление: «Мыши и кот» (бег)</p> <p>3. Упражнение: «Зимний хоровод» (хороводная)</p> <p>4. Усложнение: «Попади в круг» (метание)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Поймай снежинку, комара» (прыжки)</p>	<p>1. Обучение: «Кролики» (лазанье)</p> <p>2. Закрепление: «Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве)</p> <p>3. Упражнение: «Мыши и кот» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Зимний хоровод» (хороводная)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Попади в круг» (метание)</p>	<p>1. Обучение: «Жмурки» (народная)</p> <p>2. Закрепление: «Кролики» (лазанье)</p> <p>3. Упражнение: «Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве)</p> <p>4. Усложнение: «Мыши и кот» (бег)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Зимний хоровод» (хороводная)</p>
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Февраль	<p>1. Обучение: «Птички в гнздышках» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Жмурки» (народная)</p> <p>3. Упражнение: «Кролики» (лазанье)</p> <p>4. Усложнение: «Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Мыши и кот» (бег)</p>	<p>1. Обучение: «Воробушки и кот» (прыжки)</p> <p>2. Закрепление «Птички в гнздышках» (бег)</p> <p>3. Упражнение: «Жмурки» (народная)</p> <p>4. Усложнение: «Кролики» (лазанье)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве)</p>	<p>1. Обучение: «Сбей кеглю» (метание)</p> <p>2. Закрепление: «Воробушки и кот» (прыжки)</p> <p>3. Упражнение: «Птички в гнздышках» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Жмурки» (народная)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Кролики» (лазанье)</p>	<p>1. Обучение: «Подарки» (хороводная)</p> <p>2. Закрепление: «Сбей кеглю» (метание)</p> <p>3. Упражнение: «Воробушки и кот» (прыжки)</p> <p>4. Усложнение: «Птички в гнздышках» (бег)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Жмурки» (народная)</p>

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Март	<p>1. Обучение: «Лохматый пес» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Подарки» (хороводная)</p> <p>3. Упражнение: «Сбей кеглю» (метание)</p> <p>4. Усложнение: «Воробушки и кот» (прыжки)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Птички в гнездышках» (бег)</p>	<p>1. Обучение: «Не опоздай» (ориентировка в пространстве)</p> <p>2. Закрепление: «Лохматый пес» (бег)</p> <p>3. Упражнение: «Подарки» (хороводная)</p> <p>4. Усложнение: «Сбей кеглю» (метание)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Воробушки и кот» (прыжки)</p>	<p>1. Обучение: «Проползи – не задень» (лазанье)</p> <p>2. Закрепление: «Не опоздай» (ориентировка в пространстве)</p> <p>3. Упражнение: «Лохматый пес» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Подарки» (хороводная)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Сбей кеглю» (метание)</p>	<p>1. Обучение: «Ходит Ваня» (народная)</p> <p>2. Закрепление: «Проползи – не задень» (лазанье)</p> <p>3. Упражнение: «Не опоздай» (ориентировка в пространстве)</p> <p>4. Усложнение: «Лохматый пес» (бег)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Подарки» (хороводная)</p>
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Апрель	<p>1. Обучение: «Бегите к флажку» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Ходит Ваня» (народная)</p> <p>3. Упражнение: «Проползи – не задень» (лазанье)</p> <p>4. Усложнение: «Не опоздай» (ориентировка в пространстве)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Лохматый пес» (бег)</p>	<p>1. Обучение: «С кочки на кочку» (прыжки)</p> <p>2. Закрепление: «Бегите к флажку» (бег)</p> <p>3. Упражнение: «Ходит Ваня» (народная)</p> <p>4. Усложнение: «Проползи – не задень» (лазанье)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Не опоздай» (ориентировка в пространстве)</p>	<p>1. Обучение: «Поймай мяч, подбрось повыше» (метание)</p> <p>2. Закрепление: «С кочки на кочку» (прыжки)</p> <p>3. Упражнение: «Бегите к флажку» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Ходит Ваня» (народная)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Проползи – не задень» (лазанье)</p>	<p>1. Обучение: «Карусели» (хороводная)</p> <p>2. Закрепление: «Поймай мяч, подбрось повыше» (метание)</p> <p>3. Упражнение: «С кочки на кочку» (прыжки)</p> <p>4. Усложнение: «Бегите к флажку» (бег)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Ходит Ваня» (народная)</p>
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Май	<p>1. Обучение: «Птичка и птенчики» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Карусели» (хороводная)</p> <p>3. Упражнение: «Поймай мяч, подбрось</p>	<p>1. Обучение: «Иди тихо» (ориентировка в пространстве)</p> <p>2. Закрепление: «Птичка и птенчики» (бег)</p>	<p>1. Обучение: «Обезьянки» (лазанье)</p> <p>2. Закрепление: «Иди тихо» (ориентировка в пространстве)</p> <p>3. Упражнение:</p>	<p>1. Обучение: «Вышел мишка на лужок» (народная - хороводная)</p> <p>2. Закрепление: «Обезьянки» (лазанье)</p> <p>3. Упражнение: «Иди тихо» (ориентировка в пространстве)</p> <p>4. Усложнение: «Птичка и птенчики» (бег)</p>

	<p>повыше» (метание) 4. Усложнение: «С кочки на кочку» (прыжки) 5. Самостоятельная деятельность: «Бегите к флажку» (бег)</p>	<p>3. Упражнение: «Карусели» (хороводная) 4. Усложнение: «Поймай мяч, подбрось выше» (метание) 5. Самостоятельная деятельность: «С кочки на кочку» (прыжки)</p>	<p>«Птичка и птенчики» (бег) 4. Усложнение: «Карусели» (хороводная) 5. Самостоятельная деятельность: «Поймай мяч, подбрось выше» (метание)</p>	<p>5. Самостоятельная деятельность: «Карусели» (хороводная)</p>
--	--	--	--	--

Перспективный план подвижных игр в средней группе

Месяц	№ п/п	Название игры	Цель игры	Описание игры
Сентябрь	1. 2.	«Птички и птенчики» «Мыши в кладовой»	<p>Развивать у детей выполнение движений по сигналу. Упражнять в беге в разных направлениях не задевая друга.</p> <p>Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге, подлезании.</p>	<p>Дети делятся на 3 – 4 группы; каждая группа имеет свой домик-гнездо. У каждой группы «птенчико в» есть птичка-мама. По слову воспитателя «полетели</p>

				<p>стороне протянута веревка на высоте 50 – 40 см. Это «кладовая». Сбоку от играющих сидит «кошка» - воспитатель. Кошка засыпает, мыши бегут в кладовую. Проникая в кладовую, они стараются не задеть веревку. Там присаживаются и как будто грызут сухари. Кошка внезапно</p>
--	--	--	--	--

				<p>просыпается, мяукает и бежит за мышами. Мыши убегают в норки. Игра проводится 4 - 5 раза.</p>
Сентябрь	3 . 4 . .	<p>«Лиса в курятнике» «Кто бросит дальше мешочек»</p>	<p>Развивать, внимание, ловкость. Выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге. Развивать у детей умение действовать по сигналу. Упражнять в метании вдаль правой и левой рукой, в беге, в распознавании цвета.</p>	<p>На одной стороне площадки очерчивается курятник. На противоположной стороне – нора лисы. Все остальное место – двор. Один из играющих назначается лисой, остальные куры –</p>

				<p>куры. По сигналу воспитателя куры ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу воспитателя «Лиса!» - куры убегают в курятник, а лиса старается утащить курицу, не успевшую спастись, в нору. Продолжительность игры 4 – 5 раз. Дети сидят вдоль стен или по</p>
--	--	--	--	--

				<p>сторонам площадки. Несколько детей, названных воспитателем, становятся на одной линии перед положенной на пол веревкой. Дети получают мешочки 3 – 4 разных цветов. По сигналу воспитателя «бросай» дети бросают мешочек вдаль. Воспитатель обращает внимание детей на то, чей</p>
--	--	--	--	--

				<p>мешочек упал дальше, и говорит: «Подними те мешочки». Дети бегут за своими мешочкам и, поднимаю т их и салятся на места. Воспитате ль называет других детей. Игра повторяет ся 3 – 4 раза.</p>
О к т я б р ь	1 . 2 . .	«Най ди свой цвет » «Кро лики »	<p>Развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по сигналу. Упражнять ходьбе и в беге. Развивать у детей умение двигаться в коллективе, находить свое место на площадке. Упражнять в подлезании, в беге, прыжках на двух ногах.</p>	<p>Дети получают флажки трех-четырех цветов: красного, синего и желтого</p>

				<p>я возле флага соответств ующего цвета. Продолжи тельность игры 4 – 5 минут. На одной стороне площадки очерчиваю тся кружки – «клетки кроликов» . Перед ними ставятся стульчики, к которым вертикаль но привязыва ются обручи, а если нет обручей, протягива ется шнур. На противопо</p>
--	--	--	--	--

				<p>ложной стороне ставится стул – «дом сторожа», на котором сидит воспитатель. Между домом и клетками – «луг». Воспитатель делит детей на маленькие группы. Каждая группа становится в очерченный круг. «Кролики сидят в клетках» - дети присаживаются на корточки. Воспитатель</p>
--	--	--	--	---

				<p>ль поочередн о подходит к клеткам и выпускает кроликов на травку. Кролики пролезают в обруч и начинают бегать и прыгать. Через некоторое время воспитате ль говорит: «Бегите в клетки». Кролики бегут домой и каждый возвращае тся в свою клетку, пролезая снова в обруч.</p>
--	--	--	--	--

				Игра проводится 4 - 5 раза.
О к т я б р ь	3 . 4 . и	«Воробышки и кот» «Возьми, что хочешь, и поиграй, с кем хочешь»	Развивать умение размещаться в пространстве и двигаться в коллективе, не задевая друг друга, а также действовать по сигналу. Упражнять в прыжках в глубину, с места в длину и в быстром беге. Развивать у детей: активность, инициативу, чувство дружбы.	Дети стоят вдоль стен комнаты на скамеечках, на больших кубиках или в обручах, положенных на полу. Это «воробышки на крыше» или в «гнездышках». Поодаль сидит кошка, роль которой выполняет воспитатель. Воробышки

				<p>полетели», - говорит воспитате ль. Воробышк и спрыгива ют с крыши или выпрыгив ают из гнезда и, расправив крылья, бегают врасыпну ю по всей комнате. «Кошка» тем временем спит. Но вот она просыпает ся, произноси т: «Мяу, мяу» и бежит догонять воробышк ов,</p>
--	--	--	--	---

				<p>которые бегут в свои гнезда. Пойманных воробышков кошка отводит к себе «в дом». Дети сидят на стульчиках по кругу или полукругом. Напротив, детей на расстоянии и стоит стол, на котором расположены игрушки: флажок, платочек, вожжи, обруч, мяч, музыкальн</p>
--	--	--	--	---

				<p>ые игрушки. Воспитатель называет имя ребенка и говорит ему: «Возьми, что хочешь, и поиграй, с кем хочешь». Ребенок подходит к столу, берет игрушку и выбирает товарища для игры. Через некоторое время воспитатель говорит: «Положи игрушку на место». Игравшие</p>
--	--	--	--	--

				<p>Воспитатель поднимает флажок какого – либо цвета. Все дети, имеющие флажок этого цвета, бегут по площадке; на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда воспитатель опустит флажок, дети останавливаются и по сигналу «в гараж» направляются обычным шагом к своему стулу.</p>
--	--	--	--	--

				<p>Продолжи тельность 4 - 6 минут. Дети стоят по кругу. В центре круга выложен из веревки кружок, концы веревки связаны; круг может быть также начерчен на земле. Дети находятся на расстояни и 1 – 2 шагов от этого круга. В руках у детей мешочки с песком. По</p>
--	--	--	--	--

				<p>сигналу воспитателя «бросай» все дети бросают свои мешочки в круг. «Поднимите мешочки», - говорит воспитатель. Дети поднимают мешочки, становятся на место. Воспитатель отмечает, чей мешочек не попал в круг, и игра продолжается. Игра повторяется 4 – 6 раз.</p>
--	--	--	--	--

<p>Но я б р ь</p>	<p>3 . 4 . .»</p>	<p>«Два мяча » «Най ди, где спря тано! »</p>	<p>Развивать у детей выполнение движений по сигналу. Упражнять в быстроте передачи мяча Развивать у детей зрительную память, внимание. Упражнять в работе с коллективом.</p>	<p>Дети стоят по кругу на расстоянии и вытянутых рук один от другого. Воспитатель дает два мяча детям, которые стоят рядом. На команду «раз» дети начинают передавать мячи один с правой стороны от себя, а другой - с левой. Когда мячи встретятся у детей, которые стоят рядом, эти</p>
--	-----------------------------------	--	--	---

				<p>дети выходят на середину круга, подбрасыв ают мяч вверх 2 - 3 раза, ловят его, а потом подходят к детям, которые стоят в кругу рядом, и дают им мяч, а сами встают на свои места. Игра продолжае тся. Воспитате ль отмечает детей, у которых мяч при передачи</p>
--	--	--	--	--

				<p>другому ни разу не упал. Продолжительность игры 5 – 6 минут. Дети сидят с одной стороны площадки. Воспитатель показывает детям игрушку или флажок, который он будет прятать. Воспитатель предлагает детям встать, отвернуться к стене. Сам воспитатель отходит от детей</p>
--	--	--	--	--

				<p>на несколько шагов и прячет флажок, после чего говорит: «Ищите». Дети начинают искать. Кто первый найдет флажок, тот имеет право прятать его при повторении игры. Игра заканчивается, когда 3 - 5 ребят найдут флажок. Продолжительность игры 5 – 6 минут.</p>
--	--	--	--	---

Де к а б р ь	1 . 2 .	«Трамвай » «Котята и щенята»	Развивать у детей умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу. Упражнять в беге и ходьбе в колонне. Развивать ловкость ориентировку в пространстве. Упражнять в лазанье, беге.	Дети стоят вдоль стены или стороны площадки в колонне парами, держа друг друга за руку. Свободными руками они держаться за шнур, концы которого связаны (один ребенок держится правой рукой, другой левой). Воспитатель находится в одном из углов площадки и держит в руке, три
-----------------------------	------------------	------------------------------------	---	--

				цветных флага. Воспитате ль поднимает флаг зеленого цвета, и дети бегут – «трамвай двигается» . Добежав до воспитате ля, дети смотрят, не сменился ли цвет флага; если поднят зеленый флаг, движение трамвая продолжае тся, если появляетс я желтый или красный
--	--	--	--	---

				<p>флаг, дети останавливаются и ждут, когда появится зеленый цвет. Продолжительность игры 5 – 6 минут. Игроков делят на две группы. Дети одной группы изображают котят, другой – щенят. Котята находятся с одной стороны площадки, щенки – с другой стороны. Воспитатель</p>
--	--	--	--	--

				<p>предлагает котят побегать легко, мягко. На слова воспитателя: «Щенята!» - вторая группа детей перелезает через скамейку. Они на четвереньках бегут за котят и лают. Котят быстро влезают на свою скамейку или гимнастическую стенку. Игра проводится 4 - 5</p>
--	--	--	--	---

				раза.
Де к а б р ь	3 . 4 . .	«Нак инь коль цо» «Сво бодн ое мест о»	Развивать меткость, глазомер, координацию движений. Упражнять в метании. Развивать у детей умение выполнять движение по сигналу. Упражнять в быстром беге.	Игра заключат ся в набрасыва нии колец на различные забавные фигурки, например на слона с поднятым хоботом, гуся с вытянутой шеей и т.д. На расстояни и 1,5 – 2 м. от фигуры проводитс я черта – граница, с которой дети бросаю т кольцо. Воспитате ль

				<p>показывае т, как надо встать, как держат кольцо в горизонта льном положени и, как бросать. Продолжи тельность игры 5-7 минут. Играющие сидят на стульях по кругу. Воспитате ль вызывает детей сидящих рядом. По сигналу «раз, два, три – беги!» бегут в разные стороны за кругом, добегают</p>
--	--	--	--	---

				до своего места и садятся. Воспитатель и все играющие отмечают, кто первый занял свободное место. Продолжительность игры 5-7 минут.
--	--	--	--	---

Ян в а р ь	1 . 2 . »	«Най ди себе пару » «Пой май кома ра»	Развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять детей в беге. Развивать у детей умение согласовывать движения со зрительным сигналом. Упражнять в прыжках на месте.	Каждый ребенок получает один флажок. Флажки двух цветов поровну. По сигналу воспитате ля дети разбегают ся по площадке. По сигналу «найди пару» дети, имеющие одинаковы е флажки, становятся рядом. В игре должно принимать участие нечетное число детей,
-----------------------------------	-----------------------	---	---	---

				<p>чтобы один остался без пары. Обращаяс ь к нему, все играющие говорят: Ваня, Ваня не зевай (Таня, Оля и др.)</p>
--	--	--	--	--

				<p>Быстро пару выбирай. Затем по удару в бубен дети опять разбегают ся по площадке, и игра повторяет ся. Продолжи тельность игры 5-7 минут. Играющие</p>
--	--	--	--	--

				<p>становятся в круг, на расстоянии и вытянутых в стороны рук. Воспитатель в центре. Он вращает по кругу шнур, к концу которого привязан «комар». Воспитатель кружит комара немного выше головы играющих. Играющие внимательно следят за комаром и при его приближении подпрыгив</p>
--	--	--	--	--

				ают на месте, чтобы поймать его. Тот, кто схватит комара, говорит: «Я поймал». Продолжительность 4 -5 минут.
Февраль	1 . 2 . . .	«У медведя во бору...»	Развивать у детей сообразительность, ориентировку в пространстве и ритмичность движений. Упражнять детей в беге и ловле. Упражнять прыжках с места в длину.	На одном конце площадки проводится черта. Эта

	«Перепрыгнем через ручеек»		опушка леса. За чертой очерчивается место для медведя. На противоположном конце площадки обозначается линией дом детей. Воспитатель назначает одного из играющих медведем. Дети направляются к опушке леса и проговаривают: У медведя во бору грибы, ягоды беру.
--	----------------------------	--	--

				узкий, а дальше все шире и шире (от 10 до 40 см.) Группе детей предлагает ся перепрыгн уть через ручеек вначале там, где узкий, а затем там, где по шире, и, наконец, где самый широкий. Продолжи тельность игры 5 – 6 минут
Фе в р а л ь	3 . 4 .	«На прог улку » «Баб очки »	Развивать у детей умение выполнять движение по сигналу. Упражнять в ходьбе. Развивать у детей сообразительность, ориентировку в пространстве и ритмичность движений. Упражнять детей в беге и приседании.	Дети делятся на 2 одинаковы е группы. Каждая группа

				<p>садится на стульчики, расставленные на противоположных концах площадки, перед нарисованными линиями. Воспитатель сначала подходит к одной группе детей и говорит: «Ну, ребята, на прогулку собирайтесь поскорей!» Дети встают и один за другим идут за воспитателем. Воспитате</p>
--	--	--	--	---

				<p>ль вместе с детьми первой группе подходит ко второй группе, и все вместе этими же словами приглашают их на прогулку. Дети второй группы встают за детьми первой группы и идут вместе. Воспитатель отводит их как можно дальше от их мест. Неожиданно воспитатель говорит:</p>
--	--	--	--	--

				<p>«На места!», и дети бегут на свои места. Чья группа быстрее справится с заданием, считается победителем.</p> <p>Продолжительность игры 5 – 6 минут</p> <p>Дети – «бабочки» стоят на краю площадки, где хотят.</p> <p>Под музыку или на слова воспитателя:</p> <p>«бабочки, бабочки полетели в сад» дети</p>
--	--	--	--	--

				<p>отводят руки в стороны, бегают в разные стороны, обега я один другого. Воспитате ль продолжае т: «на цветочек беленький все тихонько присели». Дети приседают возле цветочков названного цвета. На сигнал воспитате ля: «у-у- у», который означает завывание ветра, бури,</p>
--	--	--	--	--

				<p>бабочки убегают из сада на край площадки. Игра повторяется на слова: «бабочки, бабочки, в поле полетели!». Воспитатель постоянно отмечает детей, которые легко и тихо, бегали и приседали.</p> <p>Продолжительность игры 5 – 6 минут</p>
М а р т	1 . 2 . » «Огу	«Про беги тихо»	<p>Развивать у детей умение действовать согласно правилам. Упражнять в легком беге на носках.</p> <p>Развивать у детей ритмичность движений. Упражнять в прыжках и в беге.</p>	<p>Дети делятся на группы по 5 – 6 человек.</p>

	речи к, огур ечик ...»		Они стоят за чертой на одном конце площадки. Выбирается водящий, он садится посередине площадки и закрывает глаза. По сигналу воспитателя одна группа бежит мимо водящего на противоположную сторону бесшумно. Если водящий услышит шум, он говорит «Стой», -
--	------------------------------------	--	---

				<p>и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, ведущий показывает, где слышит шум. Если он указал правильно, дети отходят в сторону; если ошибся игра продолжается. Выигрывает та группа, которую не услышит водящий. Продолжительность игры 5 – 6 минут. На одном конце</p>
--	--	--	--	---

				<p>площадки – воспитате ль, на другом – дети. Дети приближа ются к ловишке прыжками на двух ногах. Воспитате ль говорит: Огуречик, огуречик, Не ходи на тот конечик: Там мышка живет, Тебе хвостик отгрызет. При последних словах дети убегают на свои места, а</p>
--	--	--	--	---

				воспитатель их догоняет. Продолжительность игры 5 – 6 минут
М а р т	3 . 4 .	«Под арки » «Пое зд»	Развивать у детей ритмичность движений, находчивость. Упражнять в ходьбе по кругу. Развивать у детей выполнять движение по сигналу, ритмичность движений, находчивость. Упражнять в ходьбе по кругу.	Взявшись за руки, дети образуют хоровод. Выбирается водящий, он становится в середину хоровода, а остальные идут по кругу в правую сторону и говорят: Принесли мы всем подарки. Вот вам кукла с лентой

				<p>чок, Вот как кружится волчок, Слышен топот быстрых ног. Прожужж ал и на бок лег. Кукла, кукла, попляши.</p> <p>Самолет летит, летит, Красной лентой помаши.</p> <p>Летчик смелый в нем сидит Тот, кого выбрали, идет на середину круга, и игра продолжае тся.</p>
--	--	--	--	--

				<p>Дети встают в колонну по росту. Первый ребенок в колонне – «паровоз», остальные – «вагончики».</p> <p>Паровоз после сигнала воспитателя гудит: «у - у - у», в это время дети сгибают руки в локтях. После гудка паровоза дети вытягивают руки вперед и говорят: «чу», руками</p>
--	--	--	--	---

				<p>изобража ют движение колес. Они повторяют это 3 - 4 раза. На слова воспитате ля: «Колеса стучат» дети делают шаг на месте, на сигнал «поехали» идут, постепенн о ускоряя шаг, далее - на бег. На слова воспитате ля: «мост», или «под гору» поезд идет медленно, а «с горы»</p>
--	--	--	--	--

				<p>- снова идет быстрее. Когда воспитатель поднимает красный флажок, поезд останавливается; когда зеленый - движется дальше. К станции поезд подходит медленно и останавливается. Паровоз выпускает пар: «пш - ш...».</p> <p>Продолжительность игры 5 – 6 минут</p>
--	--	--	--	---

<p>Ап р е л ь</p>	<p>1 . 2 .</p>	<p>«Самолеты» «Воробушки и автомобили»</p>	<p>Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, Упражнять в беге враспынную. Развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в беге и прыжках.</p>	<p>Дети строятся в 3 – 4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаютя флажками. Играющие изображают летчиков. По сигналу воспитателя: «К полету готовься!» - дети делают движения руками – заводят мотор. «Летите!» - дети поднимают руки в стороны и летят</p>
--	----------------------------	--	--	--

				<p>врасыпну ю в разных направлен иях. По сигналу воспитате ля: «На посадку!» - самолеты находят свои места и приземля ются: строятся в колонны и опускаютс я на одно колени. Продолжи тельность игры 5 – 6 минут Границы площадки очерчиваю тся или отмечаютс я флажками. На одном конце</p>
--	--	--	--	--

				<p>воробушки, на другом – место для автомобилей.</p> <p>«Воробушки вылетают из гнезда», - говорит воспитатель, и дети начинают бегать в разных направлениях.</p> <p>Раздается гудок и появляется автомобиль (назначенный ребенок).</p> <p>Воробушки и пугаются и улетают в гнезда.</p> <p>Автомоби</p>
--	--	--	--	--

				ль возвращае тся в гараж. Продолжи тельность игры 5 – 6 минут
Ап р е л ь	3 . 4 . .	«Что спря тано ?» «Охо тник и и зайц ы»	Развивать у детей зрительную память, внимание. Развивать умение метать в подвижную цель. Упражнять детей в беге и лазанье.	Дети сидят в комнате на стульях, на полу по кругу или по одной линии. Воспитате ль кладет в центре круга 3 – 5 предметов и предлагает их запомнить . Затем играющие встают и поворачив аются спиной к центру

				<p>или к стене и закрывают глаза. Воспитатель прячет одну – две вещи, лежащие в центре круга, и говорит: «Посмотрите!» Дети открывают глаза, снова поворачиваются лицом к центру и вспоминают, каких вещей нет. Воспитатель подходит к некоторым детям, и каждый из них на ухо говорит</p>
--	--	--	--	--

				<p>ему, что спрятано. Когда большинство играющих даст правильный ответ, воспитатель громко называет спрятанную вещь.</p> <p>Продолжительность игры 3 – 4 минуты. На одной стороне площадки очерчивается место для охотника. На другой стороне обозначаются кружками места зайцев. Охотник</p>
--	--	--	--	---

				<p>обходит площадку, как бы разыскивая следы зайцев, затем возвращается к себе. Воспитатель говорит: «выбежал и на полянку зайцы». Зайцы выбегают и прыгают на двух ногах, продвигаясь вперед. По сигналу «охотник!» » зайцы останавливаются, поворачиваются к охотнику спиной, а</p>
--	--	--	--	---

				<p>он, не сходя с места, бросает в них мячом. Тот заяц, в которого попал мяч, считается подстреленным и охотник уводит к себе. Продолжительность игры 5 - 7 минут.</p>
--	--	--	--	--

<p>М а й</p>	<p>1 . 2 .</p>	<p>«Лошадки» «Приноси мяч»</p>	<p>Развивать у детей ловкость, сообразительность, чувство товарищества. Упражнять в беге колонной. Развивать у детей наблюдательность, сообразительность и выполнение движения по сигналу. Упражнять в беге по определенному направлению.</p>	<p>Дети становятся парами: один – лошадка, другой – возчик. Для игры даются вожжи или дети держаться за пояс. Поехали, поехали с орехами, с орехами К дедке по репку, по пареньку, По сладеньку, по горбатеньку. С окончание м текста дети продолжают бежать в том же</p>
-----------------------------	----------------------------	------------------------------------	---	---

				<p>ритме под проговариванием воспитателя «Гоп, гоп...», пока воспитатель не скажет «Тпру – у...». При повторении игры дети меняются ролями. Продолжительность 5-7 минут. Дети сидят на стульях с одной стороны площадки. На расстоянии 3 – 4 шага проводится линия, за</p>
--	--	--	--	--

				<p>которой по назначению воспитателя ставятся 5 – 6 детей спиной к сидящим. У воспитателя ящик с небольшими мячами по количеству стоящих детей. «Раз, два, три – беги!» - говорит воспитатель и выбрасывает вперед все мячи из ящика. Дети бегут за мячами; каждый догоняет</p>
--	--	--	--	---

				какой – ни будь из мячей, бежит с ним к воспитателю и кладет его в ящик. Затем дети садятся на свои места, а за чертой становиться другая группа.
М а й	3 . 4 . .	«Зайцы и волк» «Где позвонили?»	Развивать у детей координацию движение, ориентировку в пространстве. Упражнять в беге и прыжках. \ Развивать у детей ловкость, сообразительность. Упражнять в беге, в ловле и в построении в круг	Одного из играющих выбирают волком. Остальные дети изображают зайцев. На одной

				<p>площадки зайцы стоят в своих домиках, волк – на другом конце площадки. Воспитате ль говорит: Зайки скачут, скок, скок, скок,</p> <p>На зеленый на лужок.</p> <p>Травку щиплют, кушают,</p> <p>Осторожн о слушают –</p>
--	--	--	--	---

				<p>Не идет ли волк. Зайцы выпрыгив ают из домиков и разбегают ся по площадке. Они то прыгают, то присажива ются и оглядыва ются. Когда воспитате ль произноси т последнее слово, волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать. Зайцы</p>
--	--	--	--	--

				<p>убегаю. Пойманны х зайцев волк отводит в овраг. Продолжи тельность игры 5 – 6 раз. Дети сидят по кругу или вдоль стены комнаты. Один из играющих по назначени ю воспитате ля становить ся в центре круга или перед сидящими (повернув шись спиной). По</p>
--	--	--	--	---

				<p>сигналу воспитателя он закрывает глаза. Воспитатель дает кому-нибудь из детей звоночек и предлагает позвонить. Ребенок, находящийся в центре круга, должен, не открывая глаз, указать рукой, откуда доносится звук. Если он укажет правильно, воспитатель говорит «пора», и</p>
--	--	--	--	--

				отгадывающий открывает глаза, а тот, кто позвонил, поднимает звонок и показывает его. Если водящий ошибается, он снова закрывает глаза и отгадывает еще раз. Продолжительность игры 3 – 5 минут.
--	--	--	--	--

Перспективный план подвижных игр в старшей группе

Месяц	№ п/п	Название игры	Цель игры	Содержание
Сентябрь	1.	«Пятнашки»	Развивать быстроту реакции на сигнал. Упражнять в беге с увертыванием и в ловле.	Дети находятся в разных местах площадки (границы ее обозначены флажками). Назначенный воспитателем или выбранный детьми пятнашка, получив цветную повязку (ленточку), становится на середине площадки. После сигнала воспитателя: «Лови!» - все дети разбегаются по площадке, а водящий старается догнать кого – ни будь из играющих и коснуться его рукой. Тот, кого водящий коснулся рукой, отходит в сторону. Игра заканчивается, когда пятнашка поймает 3-4 играющих.
	2.	«Удочка»	Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в прыжках на месте в высоту.	

				<p>При повторении игры выбирается новый пятнашка.</p> <p>Если пятнашка в течение 30-40 секунд не может поймать никого из играющих, воспитатель должен назначить другого водящего</p> <p>Дети стоят по кругу. В центре круга – воспитатель. Он держит в руках веревку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку с мешочком по кругу над самой землей, а дети подпрыгивают вверх, стараясь чтобы мешочек не задел их ног.</p> <p>Предварительно воспитатель показывает и объясняет детям, как надо подпрыгивать: сильно оттолкнуться и подобрать ноги.</p> <p>Время от времени следует делать паузы, чтобы дать детям отдохнуть.</p>
	3.	«У кого мяч?»	Развивать у детей внимание, наблюдательность, координацию движения.	<p>Играющие образуют круг. Выбирается водящий. Он становится в центре круга, остальные придвигаются плотно друг к другу, руки у всех за спиной. Воспитатель дает кому – либо мяч (диаметром не более 15 см), и дети за спиной передают его по кругу. Водящий старается угадать, у кого мяч. Он говорит: «Руки», - и тот, к кому он обращается, должен выставить вперед обе руки ладонями вверх, как бы показывая, что мяча у него нет. Если водящий угадал, он берет мяч и становится в круг, а у кого найден мяч, начинает водить.</p>

<p>Сентябрь</p>	<p>4.</p>	<p>«Белки в лесу»</p>	<p>Развивать у детей внимание, быстроту, ловкость. Упражнять в лазанье.</p>	<p>Игра проводится на площадке или в комнате, где есть гимнастическая стенка. Дополнительно к ней расставляются переносные приборы для лазанья: лесенка двойная, пирамида с прицепными досками и лесенками, скамейки, доски, положенные на крупные кубы, и др. Выбирается водящий – охотник. Он становится в домик – круг, начерченный в противоположной части площадки или комнаты. Остальные играющие – белки, они размещаются на приборах – деревьях.</p> <p>По сигналу воспитателя: «Берегись!» или по удару в бубен – все белки меняются местами: быстро слезают, спрыгивают с приборов и влезают на другие. В это время охотник их ловит – дотрагивается рукой. Пойманными считаются белки, которых водящий осалит рукой, пока они были на полу, а также те, которые остались на прежних местах. Они отходят к домику охотника и одну игру пропускают.</p> <p>Игра проводится 5 – 6 раз. Новый охотник выбирается через 1 – 2 игры. В заключение игры воспитатель отмечает тех белок, которые были смелыми и ловкими.</p> <p>В процессе игры воспитатель следит, чтобы дети пользовались разными приборами и не спрыгивали с недозволенной высоты.</p>
<p>Октябрь</p>	<p>1.</p>	<p>«Гуси – лебеди»</p>	<p>Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге с увертыванием.</p>	<p>Из числа играющих выбирается волк и пастух. Остальные дети – гуси. На одной стороне площадки проводится черта, за которой находятся гуси. Сбоку площадки очерчивается место – логово волка. Пастух выгоняет гусей на луг. Гуси ходят, летают по лугу.</p> <p>- Гуси, гуси! (Га, га, га!); - Есть хотите? (Да, да, да!)</p> <p>- Так летите! (Нам нельзя: Серый волк под горой Не пускает нас домой!</p> <p>- Так летите, как хотите!</p> <p>Гуси, расправив крылья, летят через луг домой, а волк выбегает, пересекает им дорогу, стараясь поймать их (коснуться рукой). Пойманных гусей волк уводит к себе. После 3 – 4 перебежек (согласно условию) производится подсчет пойманных гусей. Затем выбираются новые волк и пастух, и игра повторяется. Примечание. Когда воспитатель впервые проводит игру, он рассказывает детям, что гуси гуляют на лугу, щиплют травку, при этом они нагибаются, вытягивают шею, а когда</p>

				летают, расправляют крылья
Октябрь	2.	«Перебежки»	Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в метании в подвижную цель.	<p>На одной стороне площадки отделяется линией дом, на расстоянии 5-6 м чертится 2 линия, за которой находится другой дом. Вдоль одной из сторон перпендикулярно домам проводится еще одна черта. Играющие делятся на 2 группы – два отряда Дети одного отряда встают вдоль линии любого дома. Другой отряд размещается вдоль боковой линии; у ног каждого ребенка лежит по два снежка. По сигналу воспитателя 1 отряд перебегает из одного дома в другой. Дети 2 отряда берут по одному снежку и бросают их в бегущих. Те, в кого попали снежком, отходят в сторону. На новый сигнал перебежка происходит в обратную сторону; дети, стоящие у боковой линии, бросают в бегущих по второму снежку. Осаленные в этот раз так же отходят в сторону. Воспитатель отмечает, кто из детей одного и другого отряда был более ловким, смелым, метким. После этого временно выбывшие из игры возвращаются в свои отряды. Отряды меняются местами и игра возобновляется.</p> <p>Примечание.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. снежки для игры можно заготовить заранее и сложить в кучку, откуда дети будут их брать, а можно лепить их тут же перед началом игры. 2. для установления очередности (какому отряду первому бежать,

				а какому бросать снежки) отряды могут воспользоваться считалками.
	3.	«Колпачок и палочка»	Развивать у детей внимание. Упражнять в ходьбе по кругу.	Играющие образуют круг. Выбирается водящий, он получает палочку и становится в середине круга. Воспитатель надевает ему на голову красивый колпак с яркой кисточкой. Колпак надвигается ребенку до носа, прикрывает ему глаза, не касаясь их. Дети, держась за руки, бегут по кругу и говорят: «Раз, два, три, четыре, пять – будет палочка стучать». Водящий в это время, присев на корточки, стучит палочкой об пол. С последним словом дети останавливаются, а водящий протягивает палку в сторону детей. Тот, на кого указала палочка, берется за ее конец и называет водящего по имени, а водящий отгадывает, кто его назвал. Игра продолжается с новым водящим.

	4.	«Накинь кольцо»	Развивать у детей внимание, глазомер, координацию движений. Упражнять в метании.	<p>В старших группах используются как сюжетные, так и бессюжетные кольцебросы: по 2 – 6 колышков на подставках разной формы. Дети набрасывают кольца с расстояния 1,5 – 2,5 м. Игра может проводиться с группой детей (4 -6 человек). Дети получают по три кольца и по очереди бросают их, стараясь попасть на любой колышек.</p> <p>Воспитатель отмечает, кто из детей набросит большее количество колец.</p> <p>Вариант игры Дети поочередно бросают по два кольца до тех пор, пока кто – либо не наберет обусловленное количество очков (6 – 10). Попадания можно считать вслух или фиксировать с помощью камушков шишек и других предметов.</p>										
Ноябрь	1.	«Кошка и мышка»	Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в ходьбе по кругу, беге, ловле.	<p>Играющие встают в круг. Выбираются кошка и мышка. Мышка становится в круг, кошка - за кругом. Остальные дети, взявшись за руки, идут по кругу и говорят:</p> <table border="0"> <tr> <td>Ходит Васька беленький,</td> <td>Когти расправляются,</td> </tr> <tr> <td>Хвост у Васьки серенький,</td> <td>Зубы, как игла.</td> </tr> <tr> <td>А бежит – стрела.</td> <td>Только мыши заскребут,</td> </tr> <tr> <td>Глазки закрываются.</td> <td>Чуткий Васька тут как тут,</td> </tr> <tr> <td>Всех поймает он.</td> <td></td> </tr> </table> <p>После слов «Всех поймает он» дети останавливаются и в условленном месте круга двое детей опускают руки, оставляя проход – ворота. Мышка, убегая от кошки, может пробежать в ворота и подлезать под руки стоящих в кругу. Кошка ловит мышку. Она может пробежать в круг только через ворота. Когда кошка поймает мышку, на эти роли выбираются другие дети, и игра повторяется.</p> <p>Если кошка долго не может поймать мышку, воспитатель устраивает дополнительные ворота.</p>	Ходит Васька беленький,	Когти расправляются,	Хвост у Васьки серенький,	Зубы, как игла.	А бежит – стрела.	Только мыши заскребут,	Глазки закрываются.	Чуткий Васька тут как тут,	Всех поймает он.	
Ходит Васька беленький,	Когти расправляются,													
Хвост у Васьки серенький,	Зубы, как игла.													
А бежит – стрела.	Только мыши заскребут,													
Глазки закрываются.	Чуткий Васька тут как тут,													
Всех поймает он.														

<p>Ноябрь</p>	<p>2.</p>	<p>«Ловля мячей сачками»</p>	<p>Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в метании.</p>	<p>Эта игра проводится на площадке. Для нее нужно несложное, но постоянное оборудование: по углам начерченного квадрата (100x100 см) вкапываются четыре столбика высотой 50 - 60 см, на которых с помощью резинки укрепляется чашка (диаметром 15 см); через дно ее пропускается шнурок так, чтобы за него удобно было взяться. В чашку кладут мелкие легкие мячи (от настольного тенниса) по количеству играющих (2 – 4 человека). Дети встают с сачками по сторонам квадрата. Кто – либо силой дергает за шнурок, чашка взлетает вверх и выбрасывает мячи. Играющие ловят их сачками не сходя с места. Воспитатель отмечает детей, поймавших мячи, и игра продолжается. Если желающих играть много, они договариваются, сколько раз повторяет игру одна партия (2 – 3 раза).</p>
	<p>3.</p>	<p>«Не оставайся на полу (на земле)»</p>	<p>Развивать у детей ловкость, выдержку. Упражнять в прыжках, беге.</p>	<p>В различных местах площадки (комнаты), ближе к границам ее, расположены предметы высотой 25 – 30 см.: лестницы со ступеньками, доски и т.д., поставленные на возвышение (не меньше 25 см в диаметре). Выбирается ловишка. Ему надевают на руку повязку. Дети размещаются на приборах в разных местах площадки. Под удары в бубен дети спрыгивают и бегают или прыгают по площадке в зависимости от того темпа и ритма, который дает воспитатель. По сигналу воспитателя: «Лови!» - все дети снова взбираются на расставленные предметы (возвышения). Ловишка ловит тех, кто не успел вскочить на возвышение. Пойманные садятся в стороне. После того, как игра повторена 2 -3 раза, проводится подсчет пойманных, выбирается новый ловишка и игра возобновляется. Воспитатель следит, чтобы дети спрыгивали с возвышения двумя ногами и мягко приземлялись, сгибая колени, а также чтобы дети разбегались по всей площадке, подальше от предметов, на которые они должны взбираться.</p>

Декабрь	2.	«Серсо»	Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в метании, ловле, согласованности движений.	В старших группах используются как сюжетные, так и бессюжетные кольцебросы: по 2 – 6 колышков на подставках разной формы. Дети набрасывают кольца с расстояния 1,5 – 2,5 метров. Игра может проводиться с группой детей (4 – 6 человек). Дети получают по три кольца и по очереди бросают их, стараясь попасть на любой колышек. Воспитатель отмечает, кто из детей набросит большее количество колец. Попадания можно считать вслух или фиксировать с помощью камушков, шишек и других предметов.
	3. 4.	«Сделай фигуру» «Тетери»	Развивать у детей равновесие. Упражнять в беге, подскоках. Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в ходьбе по кругу, прыжках, ритмичности движений.	Из числа играющих выбирается ведущий, он стоит в стороне. Остальные дети бегают, прыгают с ножки на ножку по все комнате или площадке. На сигнал воспитателя (удар в бубен или слово «стоп») все останавливаются в какой – либо позе и не двигаются. Ведущий обходит все «фигуры» и выбирает ту, которая ему больше всех нравится. Этот ребенок становится водящим – оценщиком, а предыдущий водящий присоединяется к остальным детям, и игра продолжается. Двое играющих изображают тетерь. Они находятся в одном из углов комнаты. Остальные дети (6 -8 человек) стоят в кругу посередине комнаты, держась за руки. Это чашка творогу. Текст читают хором, слегка приседая пружинно в ритм потешки. Как на нашем на лугу Стоит чашка творогу, Прилетели две тетери, Поклевали, улетели. На третью и четвертую строки тетери выпрыгивают из угла и подскоками приближаются к чашке творогу, прыгают на двух ногах возле чашки, слегка наклоня голову внутрь круга (клюют). С окончанием потешки дети, изображающие чашку, поднимают руки вверх, вскрикивая: «Шу – у!» - как бы вспугивая тетерь, и тетери улетают в свой угол. Дети их ловят. Тетеря меняется местами с тем, кто ее поймал. Игра повторяется.

<p>Январь</p>	<p>1. 2.</p>	<p>«Карусель» «Лошадки»</p>	<p>Развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами. Упражнять в беге, ходьбе по кругу и построении в круг. Развивать у детей умение действовать по сигналу и согласовывать движения друг с другом. Упражнять детей в ходьбе и беге.</p>	<p>Играющие образуют круг. Воспитатель даёт детям шнур, концы которого связаны. Дети, взявшись правой рукой за шнур, поворачиваются на лево и говорят стихотворение Еле, еле, еле, еле, Завертелись карусели. А потом кругом, кругом, Все бегом, бегом, бегом. В соответствии с текстом дети идут по кругу: сначала медленно, потом быстрее, а под конец бегут. После того, как дети пробегут два раза по кругу, поворачиваются кругом, быстро перехватывая шнур левой рукой, и бегут в другую сторону. Затем воспитатель продолжает вместе с детьми: Тише, тише не спешите! Карусель остановите! Раз – два, раз – два! Вот и кончилась игра! Движение карусели становится постепенно все медленнее. При словах «Вот и кончилась игра!» дети опускают шнур на землю и расходятся по площадке. Дети делятся на две равные группы. Одна группа изображает конюхов, другая – лошадей. В-ль говорит: «Конюхи, вставайте скорей, запрягайте лошадей». Каждый конюх выбирает себе лошадку, запрягает вожжами и бегают или ходят. По слову в-ля «приехали» конюхи останавливают и распрягают лошадей. Лошади спокойно ходят по площадке, пасутся, щиплют траву. Игра продолжается. Продолжительность игры 5 – 7 минут.</p>
	<p>3.</p>	<p>«Снежные круги»</p>	<p>Развивать у детей внимание, глазомер. Упражнять в метании в цель.</p>	<p>Дети делятся на две равные группы по 4 – 5 человек в каждой. На двух фанерных листах, прикрепленных к забору, чертятся круги – мишени диаметром 50-60 см. На расстоянии 3 м от мишени проводится черта. Каждая группа выстраивается шеренгой против своей мишени за чертой, которую переступать не разрешается. У каждого играющего по 6 – 8 снежков. По сигналу воспитателя: «Начали!» - каждая группа бросает снежки, стараясь как можно скорее залепить ими свои круги. Если у детей не хватает снежков, они лепят их тут же. Выигрывает та группа, которая раньше закроет площадь круга снежками.</p>

	2.	«Кто скорее до флага».	Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в подлезании.	<p>Все играющие сидят на стульях. На расстоянии 5 – 6 шагов от края площадки проводится черта, за которую становятся 4 – 5 детей. На противоположной стороне площадки на расстоянии 18 – 20 шагов от черты против каждого ставят стул, на который кладут флажок. Стулья стоят на одной линии. По сигналу воспитателя (удар в бубен, или хлопок, или при словах «Раз, два, три – беги!») дети бегут к флажкам, берут их, поднимают вверх, потом кладут обратно. Воспитатель отмечает, какие дети раньше других подняли флажок. Затем все бежавшие садятся на стулья, а вместо на их место становятся за черту следующие 4 - 5 человек. Игра заканчивается, когда все дети пробегут по одному разу за флажками.</p> <p>Воспитатель отмечает, какие дети раньше других подняли флажок. Затем все бежавшие садятся на стулья, а вместо на их место становятся за черту следующие 4 - 5 человек.</p> <p>Игра заканчивается, когда все дети пробегут по одному разу за флажками.</p> <p>Примечание.</p> <p>Когда дети хорошо освоят этот вариант игры, рекомендуется внести усложнение: на пути к флажку ставятся стойки с веревкой, натянутой на высоте 60 см. Дети подлезают под нее, не касаясь земли (пола) руками, выпрямляются и бегут дальше к флажку.</p>
	3.	«Пастух и стадо»	Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в прыжках и ориентировке в пространстве.	<p>На одной стороне площадки с помощью гимнастической скамейки или реек, положенных на кубы, огораживается овчарня. Выбирается пастух. Остальные – овцы. Пастуху завязывают глаза. Он стоит недалеко от овчарни и говорит: «Овечки, овечки, вот и я пришел». Овцы поочередно перепрыгивают через ограду, подходят к пастуху и спрашивают: «Пастух, пастух, сколько мне даешь шагов?»</p> <p>Каждый раз пастух называет какое – либо число (до 10). Овца отсчитывает соответствующее число шагов и останавливается.</p> <p>Когда все овцы разойдутся, пастух спрашивает «Где мое стадо?» все овцы отзываются: «Бе, бе, бе...» - потом замолкают.</p>

				<p>Пастух начинает искать овец – идет на их голоса, а овцы стоят на своих местах. Когда пастух дотронется до кого – ни будь, он говорит: «Овечка, овечка, кто ты?» Овечка отвечает: «Бе, бе, бе». Пастух должен отгадать, кто это. Если он ошибся, все овцы начинают блеять и кто – ни будь из них отводит пастуха к овчарне, а сам возвращается на свое место. Пастух снова спрашивает: «Где мое стадо?» - и игра продолжается до тех пор, пока он узнает пойманную овечку. Тогда он снимает повязку и становится овечкой, а овечка – пастухом.</p>
Март	1.	«Караси и щука»	<p>Развивать умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге и приседании, в построении в круг, в ловле.</p>	<p>Один ребенок выбирается щукой. Остальные играющие делятся на две группки: одна из них – камешки – образует круг, другая – караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за кругом.</p> <p>По сигналу воспитателя: «Щука!» - она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат поскорее занять место за кем – ни будь из играющих и присесть (караси прячутся от щуки за камешки). Щука ловит тех карасей, которые не успели спрятаться. Пойманные уходят за круг.</p> <p>Игра проводится 3 – 4 раза, после чего подсчитывается число пойманных.</p> <p>Затем выбирают новую щуку. Дети, стоящие по кругу и внутри его, меняются местами, и игра повторяется.</p>
	2.	«Медведи и пчелы»	<p>Развивать у детей смелость, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге и в лазании.</p>	<p>Играющие делятся на две неравные группы. Одни (приблизительно треть детей) – медведи, остальные – пчелы. На расстоянии 3 -5 м от вышки очерчивается лес, а на расстоянии 8 - 10 м на противоположной стороне – луг. Пчелы помещаются на вышке или на гимнастической стенке (улей). По сигналу воспитателя пчелы летят на луг за медом и жужжат. Как только все пчелы улетят, медведи вылезают на вышку – в улей и лакомятся медом. По сигналу воспитателя: «Медведи!» - пчелы летят и жалят медведей, не успевших убежать в лес (дотрагиваясь до них рукой). Затем пчелы возвращаются на вышку, и игра возобновляется. Ужаленный медведь один раз не выходит за медом. После того, как игра проведена 2 – 2 раза, дети меняются ролями.</p> <p>Воспитатель должен находиться у вышки (гимнастической</p>

				стенке), чтобы в случае надобности оказать помощь играющим.
Март	3. 4.	«Пожарные на учении». «Быстрее по местам»	Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в лазании. Развивать у детей внимание, ориентировку в пространстве. Упражнять в беге.	Играющие дети делятся на 2 – 3 отряда по 5 – 6 человек и строятся в колонны против гимнастической стенки на расстоянии 4 – 5 м. Это – пожарные, они должны уметь быстро взбираться по лестнице. На верхней рейке гимнастической стенки против каждого отряда подвешивается колокольчик. По сигналу воспитателя (слово или удар в бубен) дети, стоящие первыми в колонне, бегут к гимнастической стенке, взбираются по ней, звонят в колокольчик, слезают и встают в конец колонны. Воспитатель снова дает сигнал; бежит следующая пара или тройка и т.д. В конце игры воспитатель отмечает более ловких пожарных, которые уже быстро лазают по лестнице. После этого игра повторяется. В процессе игры воспитатель должен находиться около гимнастической стенки, следить, чтобы дети при лазанье не пропускали ступеньки и не спрыгивали (об этом он договаривается с детьми до начала игры). Дети становятся в круг на расстоянии вытянутых в стороны рук. Место каждого играющего отмечается каким – ни будь предметом, например кубиком, который кладется на пол. По слову воспитателя «бегите» или удара в бубен дети выходят из круга, ходят, бегают или прыгают по всей площадке. Воспитатель тем временем убирает один из предметов, лишая таким образом

				<p>одного ребенка места. При ударе в бубен или после слов «по местам» все дети бегут в круг и занимают любое место. Оставшемуся без места дети хором говорят: Ваня, Ваня, не зевай (Таня, Оля и др.), Быстро место занимай.</p> <p>Когда игра проводится в последний раз, воспитатель кладет кубик обратно, для того, чтобы все дети имели место.</p>
	1.	«Успей пробежать».	Развивать у детей координацию движений. Упражнять в беге.	<p>Воспитатель с кем – ни будь из детей держит за концы шнур (длина его 3-4 м.) и медленно вращает его по направлению к бегущим детям. Дети, один за другим, должны успеть пробежать под шнуром в тот момент, когда он находится наверху.</p> <p>Воспитатель регулирует движение детей; для каждого пробегающего он дает сигнал: «Беги!»</p> <p>В дальнейшем дети должны сами следить за движением шнура и пробегать, когда он находится наверху.</p>
Апрель	2.	«Школа мяча»	Развивать у детей внимание. Упражнять в ловле и метании.	<p>Для игры дается небольшой мяч. Играют дети по одному, по двое или небольшими группками.</p> <p>В ходе игры ребенок, допустивший ошибку, передает мяч другому. При продолжении игры он начинает с того движения, на котором ошибся.</p> <p>Виды движений:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Подбросить мяч вверх и поймать его двумя руками. Подбросить мяч вверх и, пока он совершает полет, хлопнуть в ладоши перед собой. 2. Ударить мяч о землю и поймать его двумя руками. Ударить мяч о землю, одновременно хлопнуть в ладоши перед собой и поймать его двумя руками. 3. Стать лицом к стене на расстоянии двух – трех шагов от нее, ударить об нее мяч и поймать его двумя руками. 4. Бросить мяч о стену, дать ему стукнуться о землю, отскочить от нее, а затем уже ловить его. 5. Отбивать мяч о землю до пяти раз правой и левой рукой.
	3. 4.	«Кто скорее» «Космонавты»	Развивать у детей координацию движений. Упражнять в прыжках. Развивать у детей внимание,	<p>Дети с прыгалками в руках становятся в шеренгу на одной стороне площадки так, чтобы не мешать друг другу. В пятнадцати – двадцати шагах от них проводится черта или протягивается шнур с флажками.</p>

			<p>ловкость, воображение. Упражнять в быстрой ориентировке в пространстве.</p>	<p>По условленному сигналу все дети одновременно прыгают по направлению к черте. Воспитатель отмечает детей, которые раньше оказались у черты. По краям площадки чертятся контуры ракет. Общее количество мест в ракетах должно быть меньше количества играющих детей. Посередине площадки космонавты, взявшись за руки, ходят по кругу, приговаривая: Ждут нас быстрые ракеты На такую полетим! Для прогулок по планетам. Но в игре один секрет: На какую захотим, Опоздавшим места нет. С последними словами дети отпускают руки и бегут занимать места в ракете. Те, кому не хватило места в ракетах, остаются на космодроме, а те, кто сидит в ракетах, поочередно рассказывают, где пролетают и что видят. После этого все снова встают в круг, и игра повторяется. Во время полета вместо рассказа о виденном детям предлагается выполнять различные упражнения, задания, связанные с выходом в космос, и др.</p>
Май	1. 2.	«Чье звено скорее соберется» «Кегли»	<p>Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в беге на скорость, ориентировке в пространстве. Развивать у детей внимание, ловкость, глазомер. Упражнять в метании в цель.</p>	<p>Дети делятся на 3-4 группы с одинаковым числом играющих: каждой группе даются флажки какого – либо одного цвета. В разных концах площадки или по одной стороне становятся на подставках 3 – 4 флага тех же цветов. Каждая группа строится колонной перед флагом своего цвета. Когда воспитатель ударяет в бубен, дети начинают ходить, бегать, прыгать по площадке в разных направлениях. Движения меняются в зависимости от того ритма и темпа, который дается воспитателем. По сигналу: «На месте!» - дети бегут к своему флагу и строятся в колонну (лицом к флагу). Воспитатель отмечает, какая группа построилась первой. После двух – трех повторений игры, в тот момент, когда дети бегают, прыгают, воспитатель говорит: «Стоп!» По сигналу все играющие останавливаются и закрывают глаза. Тем временем воспитатель меняет места флагов и говорит: «На места!» Дети открывают глаза и спешат построиться в колонну против своего флага. Отмечается, какая колонна построилась первой. Кегли ставятся в ряд на расстоянии 3 – 5 см одна от другой. На расстоянии 1,5 – 3 м от них проводится линия – «кон». Играющие дети (3 -4 человека) в порядке очереди (она устанавливается</p>

				<p>самими детьми) выходят на черту кона и с силой катят шар, стараясь сбить кеглю. Выбивший высокую кеглю имеет право пробить еще раз. Сбитые кегли убираются. Выигравшим считается тот, кто собьет больше кеглей обусловленным количеством шаров.</p> <p>Расстояние между кеглями, а также от кеглей до линии кона увеличивается постепенно.</p> <p>В кегли можно играть и в помещении, и на участке.</p>
	3.	«Прыжки через веревку»	Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в прыжках на месте в высоту.	<p>Двое детей держат толстую веревку, шнур или длинную скакалку: один за один конец, другой за – второй. Медленно и равномерно они начинают крутить ее в сторону стоящих детей, а те в порядке очередности прыгают через веревку, стараясь не задеть ее. Тот, кто заденет, меняет одного из крутящих веревку.</p> <p>В игре можно давать детям определенные задания, например: «Кто без ошибки прыгнет 5 – 10 раз?».</p>
Май	4.	«Кольцо на палочке»	Развивать у детей внимание, координацию движений руки, меткость. Упражнять в метании колец.	<p>Из картона или фанеры вырезают кольцо (диаметр – 15 см, ширина ободка – 3 – 4 см). К кольцу привязывают шнурок, второй конец которого прикрепляют к палочке длиной примерно 30 см. Играющие, поочередно подбрасывая кольцо, ловят его на палочку. Каждый играющий имеет право сделать подряд три попытки и считает, сколько раз удалось ему поймать кольцо. Затем он передает палочку с кольцом следующему. Игра заканчивается, когда кто – ни будь из детей наберет условное количество попаданий. Играть могут 3 – 5 детей.</p>

Перспективный план подвижных игр в подготовительной группе

Мес яц	№ п / п	Назв ание игры	Цель игры	Описан ие игры

<p>С е н т я б р ь</p>	<p>1</p>	<p>«Мышеловка»</p>	<p>Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге и приседание, построение в круг и ходьбе по кругу.</p>	<p>Играющие делятся на две неравные команды, большая образует круг – «мышеловку», остальные – мыши. Слова Ах, как мыши надоели, Все погрызли, все поели. Берегитесь же плутовки, Доберемся мы до вас.</p>
--	----------	--------------------	--	---

			<p>Вот расставим мышеловки, Переловим всех сейчас! Затем дети опускают руки вниз, и «мышин» оставшиеся в кругу встают в круг и мышеловка увеличивается.</p>
2	«Перелет птиц»	Развивать у детей выдержку, умение двигаться по сигналу. Упражнять в беге, лазании.	<p>Дети стоят враспынную на одном конце площадки –</p>

			По сигналу «буря прекратилась», птицы летают. Продолжительность 5-7 минут.
3	«Катанье мяча»	Развивать выдержку, внимание, ловкость. Упражняться в катании мяча.	Играющие образуют круг, опускаются на колени и садятся на пятки. Воспитатель катит мяч кому – ни будь из детей. Тот,

				отталки вает от себя рукой, не давая коснуть ся ног, другом у играющ ему. Если мяч коснулс я ног, ребенок делает шаг из круга. Сидя за кругом, проигра вший приним ает участие в игре если он отталки вает мяч случайн
--	--	--	--	--

				о посланный ему. Продолжительность игры 4 – 5 минут.
4	«Гори , гори ясно!»	Развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.		Играющие становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. «Ловящий» становится на эту линию.

			слева, другой – справа), стремяс ь схватит ь за руки впереди ловяще го, которы й старае т ся поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встрети ться и соедини ть руки. Если ловяще му это удается сделать, то он
--	--	--	--

				образует пару и становится впереди колонны, а оставшийся – ловящий.
Ок т я б р ь	1	«Ловишки из круга»	Развивать у детей умение согласовывать движения со словами. Упражнять в ритмической ходьбе, в беге с увертыванием и в ловле, в построении в круг.	Дети стоят по кругу, взявшись за руки. Ловишка – в центре круга, на руке повязка. Играющие двигаются по кругу и говорят: Мы,

				веселые ребята, Любим бегать и скакать Ну, попроб уй нас догнать. Раз, два, три – лови! Дети разбега ются, а ловишк а догоняе т. Пойман ный времен но отходит в сторону . Игра продол жается, пока ловишк а не поймает
--	--	--	--	--

			2-3 детей. Продолжительность 5-7 минут.
2	«Лягушки и цапля»	Развивать у детей умение действовать по сигналу, ловкость. Упражнять в прыжках в высоту с места	Очерчивается квадрат – «болото», где живут «лягушки». В углах вбиваются колышки или кладутся кубики. Высота 10 – 15 см. По сторонам

				<p>квадрат а протяги вается веревка. За предела ми квадрат а «гнездо цапли». По сигналу «цапля» она, подним ая ноги, направл яется к болоту и переша гивает через веревку . Лягушк и выскаки вают из болота, прыгая</p>
--	--	--	--	---

				<p>через веревку , отгалки ваясь двумя ногами. Переш агнув через веревку , цапля ловит лягуше к. Продол житель ность 5-7 минут</p>
Ок т я б р ь	3	«Ловишки с мячом»	Развивать умение выполнять движения по слову. Упражнять в метании в движущуюся цель и в беге с увертыванием.	Площадка ограничивается линиями. В центре площадки играют образуют круг,

			стоя друг от друга на расстоянии вытянутых в стороны рук. Один ребенок становится в центр (водящий). У его ног лежат 2 небольших мяча. Водящий проделывает ряд движений, играющие повторяют. По
--	--	--	---

			Продолжительность 5-7 минут.
4	«Найди, где спрятано?»	Развивать у детей выдержку, наблюдательность, четность.	Дети сидят вдоль стены. Воспитатель показывает детям флажок и говорит, что он его спрячет. Затем воспитатель предлагает детям встать и

			отверну ться к стене. Убедив шись, что никто из детей не смотрит , воспита тель прячет флажок, после чего говорит «пора». Дети начина ют искать спрятан ный флажок. Кто первый найдет – тот его прячет.
--	--	--	---

			Повторить игру 3-4 раза.
5	«Затейники» (Игра малой подвижности)	Закрепить умение детей ходить по кругу взявшись за руки. Развивать координацию движения, ловкость.	Выбирается водящий — затейник, который встает в центр круга, образованного детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу вправо (влево) и произно

			сят: «Ровны м кругом друг за другом Мы идем за шагом шаг. Стой на Месте! дружно вместе Сделае м вот так...» Дети останав ливают ся, опуска ют руки, а затейни к показыв ает какое- нибудь движен ие, и все
--	--	--	--

			должны его повторить. Игра повторяется с другим водящим (3—4 раза).
Н о я б р ь	1	«Хитрая лиса»	Развивать у детей выдержку и наблюдательность. Упражнять в быстром беге, в построении в круг, в ловле. Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга очерчивается «дом лисы». Дети закрывают глаза, а воспита

				тель обходит круг и дотраги вается до одного из играющ их, которы й станови ться «хитрой лисой». Дети открыва ют глаза. Играю щие три раза спраши вают хором сначала тихо, а затем громче: «Хитра я лиса, где
--	--	--	--	---

				ты?» Хитрая лиса выходи т на середин ы круга, подним ает руку и говорит : «Я здесь!» Дети разбега ются, а «лиса» ловит. Пойман ного- в дом. Продол житель ность 6- 8 минут.
--	--	--	--	--

	2	«Удочка»	Развивать у детей торможение, умение действовать по сигналу. Упражнять в беге с увертыванием, в ловле.	Играющие становятся в круг, на расстоянии вытянутых в стороны рук. Воспитатель в центре. Он вращает по кругу шнур, к концу которого привязан мешочек с песком (удочка). Играющие внимательно
--	---	----------	--	---

				следят за мешочком и при его приближении подпрыгивают на месте, чтобы мешочек не коснулся их ног. Тот, кого мешочек заденет выбывает из игры. Продолжительность 5-7 минут.
--	--	--	--	--

Но я б р ь	3	«Спрячь руки за спину »	Развивать у детей быстроту реакции на сигнал. Упражнять в беге, в ловле, закреплять правильную осанку.	Выбирают водящего — «ловишка », стоит в середине площадки . Остальные стоят в разных местах площадки и держат руки за спиной. По слову воспитателя «начинай » играющие опускают руки и начинают бегать в любом направлении, но только в пределах границ
------------------------	---	-------------------------------------	--	---

			<p>площадки , обозначен ной флажками . Задача ловишки – поймать кого – либо из играющих , но касаться можно только тех, у кого руки опущены. Если играющи й успел заложить руки за спину и сказать «не боюсь», ловишка не может его трогать. Если ловишка</p>
--	--	--	---

			не сумел поймать никого – назначается другой. Продолжительность 5-7 минут.
4	«Угадай, что сделал и»	Развивать у детей выдержку, инициативу, воображение.	Выбирают одного ребенка, который отходит на 8 – 10 шагов от остальных и поворачивается спиной. Дети договариваются

			скажем, А что делали – покаже м. Все дети изобра жают какое – ни будь действи е (играют на гармош ке, скачут на лошадь х и т.д.) Водящи й должен отгадат ь это действи е. Продол житель ность игры 4-
--	--	--	---

				6 минут.
--	--	--	--	-------------

Де к а б р ь	1	«Два мороз а»	Развивать у детей торможение, наблюдательность, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге	Играю щие распола гаются по две сторон ы площад ки, двое водящи х становя тся по середин е (Мороз – Красны й нос и Мороз – Синий нос) и говорят : Мы два брата молоды е, Два мороза удалые: Я мороз –
-----------------------------	---	---------------------	--	---

				Красны й нос, Я Мороз – Синий нос, Кто из вас решитс я В путь – дороже ньку пустить ся? Все играющ ие хором отвеча ют: Не боимся мы угроз, И не страше н нам мороз. После слова «мороз»
--	--	--	--	---

				все играющие перебегают в дом на противоположной стороне площадки, а морозы стараются их «заморозить» (коснуться рукой). Продолжительность игры 5-7 минут.
--	--	--	--	--

	2	«Волк во рву»	Развивать смелость и ловкость, умение действовать по сигналу. Упражнять в прыжках в длину с разбегу.	На площад ке проводя тся две паралле льные прямые на расстоя нии 80 – 100 см – «ров». По краям площад ки очерчив ается «дом коз». Воспит атель назнача ет одного играющ его «волко м», остальн ые –
--	---	---------------------	--	---

			<p>«козы». Все козы располагаются на одной стороне площадки. Волк становится в ров. По сигналу воспитателя «волк во рву» козы бегут на противоположную сторону площадки, перепрыгивая через ров, а волк - старает</p>
--	--	--	---

				ся их поймать (коснуться). Пойманных отводит в угол рва. Продолжительность игры 5-7 минут.
Декабрь	3	«Серсо»	Развивать меткость, глазомер. Упражнять в метании, ловле и согласованности движений.	Двое детей становятся друг против друга на небольшом расстоянии (2 – 3 м.). Один из них бросает в сторону другого

			кольца, а тот их ловит на палку или на руку. Когда все кольца брошен ы, произво дится подсчет , после чего дети меняют ся ролями. Продол житель ность игры 5- 7 минут.
--	--	--	--

4	«Свободное место»	сигналу. Упражнять в быстром беге.	Развивать у детей умение выполнять движение по	Играющие сидят на стульях по кругу. Воспитатель вызывает прудетей сидящих рядом. По сигналу «раз, два, три – беги!» бегут в разные стороны за кругом, добегают до своего места и садятся. Воспитатель и все
---	-------------------	------------------------------------	--	---

			играющие отмечают, кто первый занял свободное место. Продолжительность игры 5-7 минут.
5	«Льдинки, ветер и мороз» (бег, ловкость)	Учить детей действовать по сигналу быстро, приучать ориентироваться в пространстве, развивать ловкость.	Играющие образуют два круга и берутся за руки. Один круг выстраивается вокруг белой снежинки, другой – вокруг

			«Мороз !» нужно быстро построй ть круг вокруг своей снежин ки и взяться за руки. Команд а, которая первой построй т круг, получае т очко. Побежд ает команд а, набрав шая больше е количес тво очков. Бегать нужно,
--	--	--	--

				не задевая друг - друга, использовать всю площадку.
Январь	1	«Совушка»	Развивать у детей торможение, наблюдательность, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять детей в беге.	На площадке проводятся линии, за которые играющие не вправе выбегать. В одном углу площадки – круг «Гнездо совушки». Выбира

				ется «совуш ка», а остальн ые дети изобра жают насеком ых, разбега ются по площад ке. «Ночь» - «совуш ка» гуляет, «насеко мые» спят. И «совуш ка» смотрит , не шевели тся ли кто? Того, кто шевели тся «совуш
--	--	--	--	---

			ка» отводит к себе в гнездо. Продол житель ность 5- 7 минут
2	«Не попад ись»	Развивать у детей ловкость, решительность. Упражнять в прыжках в длину с места	Вариан т № 1. Черти тся круг или кладетс я шнур в форме круга. Все играющ ие стоят за ним на расстоя нии полуша га. Выбира ется водящи й. Он станови ться внутри

			<p>возвращаются за линию. Тот, до кого дотронутся водятый, отходит в сторону.</p> <p>Через 30-40 секунд воспитатель прекращает игру и считает пойманных. Затем выбирается новый водятый их тех детей, кого ни</p>
--	--	--	---

			считается проигравшим и выбывает из игры вместе с пойманными.
3	«Бездомный заяц»	Развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге	Из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки – «свой домик». Бездом

			ролями. Продол житель ность игры 5- 7 минут.
4	«Скак алки»	Развивать координацию движений. Упражнять в прыжках на месте и при движении вперед	Дети прыгаю т через скакалк у на месте, пока не сделают ошибку или каждый играющ ий придум ывает свои движен ия. Прыжк и через скакалк у проводя тся на месте и продвиг

				аясь вперед до условле нного места. Продол житель ность игры 5- 7 минут.
Фе в р а л ь	1	«Скво речни ки»	Развивать у детей сообразительность, ориентировку в пространстве и умение действовать по сигналу. Упражнять детей в беге.	Играю щие чертят круги в разных местах площад ки – «скворе чники» - одна пара скворцо в в нем. Число сквореч ников равно полови не числа

				играющих. Дети бегают по площадке в разных направлениях. По сигналу воспитателя «скворцы прилетели» они бегут в «скворечники». Дети оставшиеся без скворечника считаются проигравшими. Продолжительность
--	--	--	--	---

			игры 5-7 минут.
2	«Пожарные на ученье»	Развивать у детей чувство коллективизма, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в лазании и в построении в колонну.	Дети строятся лицом к гимнастической стенке на расстоянии 5 – 6 шагов в 3 – 4 колонны. Против каждой колонны на одной и той же высоте подвешивается колокол

				<p>ьчик. По сигналу «1, 2, 3 – беги» дети, стоящи е первым и, бегут к стенке, влезают и звонят в колокол ьчик. Затем спуска ются и становя тся в конец своей колонн ы. Повтор ить игру 6-8 раз.</p>
--	--	--	--	---

	3 . «Ловля бабочек»	Развивать у детей выдержку и умение действовать по сигналу. Упражнять в беге с увертыванием и в ловле, в приседании.	Выбрать четырех играющих – «дети с сачками». Остальные играющие – «бабочки». На слово «летите» дети разбегаются по площадке. По сигналу «лови» двое детей выбегают ловить бабочек, они ловят, смыкая руки
--	---------------------------	--	---

				вокруг пойман ного, затем отводят его в условно е место. на слова «Бабочк и сели на цветы». бабочки присаж иваются и отдыха ют. Когда пойман о 3-5 бабочек , отмеча ют, какая пара поймал а больше. Повтор
--	--	--	--	--

			ить игру 6-8 раз.
4	«Эстафета с мячами»	Развивать у детей координацию движений, умение действовать по сигналу. Упражнять в ловкости.	Играющие делятся на две колонны. Первым в колонне дается мячу. На сигнал воспитателя: «Вверх!» - дети поднимают руки и стоят

			<p>первым передает мяч через голову стоящему сзади и т.д. Выигрывает та колонна, которая первой принесет мяч. Продолжительность игры 6 – 8 минут.</p>
	<p>«Быстро возьми, быстро положи» (бег)</p>	<p>Учить детей действовать по сигналу быстро, приучать ориентироваться в пространстве, развивать ловкость.</p>	<p>По всему залу разбросаны (мячи, кубики, ленты). Воспитатель</p>

				играет в бубен, дети врасып ную разбега ются по залу, не задевая предмет ы. По команд е «Быстр о возьми! », все дети быстро берут предмет , подним ают руки вверх и замира ют. Потом с предмет ом в руках продол
--	--	--	--	--

				жают бег. Через некотор ое время, воспита тель даёт команд у: «Быстр о положи !». Дети быстро кладут предмет на пол и замира ют. Играют несколь ко раз.
--	--	--	--	---

<p>М а р т</p>	<p>1</p>	<p>«Рыба ки и рыбк и»</p>	<p>Развивать у детей ловкость, сообразительность, умение действовать по сигналу. Упражнять в быстром беге с увертыванием и в ловле.</p>	<p>Площад ка – «пруд». Вдоль площад ки ходит рыбак, а на противо положн ой стороне – его помощн ик. В руках старшег о рыбака «сеть» (веревк а), на конце – мешоче к с песком. Старши й рыбак говорит помощн ику: «Лови!»</p>
-----------------------------------	----------	---------------------------------------	---	--

			выплываю т из глубоко го места. Продол житель ность игры 6 – 8 минут.
2	«Ловля обезьян»	Развивать у детей инициативу, наблюдательность, память, ловкость. Упражнять в лазании, в беге.	Дети, изобра жающие обезьян , размещ аются на одной стороне площад ки, где имеютс я прибор ы для лазания или скамейк и. На другой

			стороне 4 – 6 человек – это ловцы обезьян . Обезьян ы подраж ают всему, что видят. Ловцы сговари ваются, какие движен ия они будут делать. Как только ловцы выходя т на середин у площад ки, обезьян ы
--	--	--	---

				Продолжительность игры 5-7 минут.
М а р т	3	«Перемени флажок»	Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, воспитывать чувство коллективизма. Упражнять в беге на скорость, в построении в колонну.	На одной стороне площадки чертятся 4-5 кругов диаметром 1 шаг; расстояние между ними 1 шаг. На противоположной стороне

			<p>4 – 5 колонн. Каждом у первом у по флажку одинако вого цвета. В каждый круг кладетс я флажок другого цвета. По сигналу «1,2,3 – беги» играющ ие бегут в свой круг кладут свой флажок и берут другой. Кто первым поднял</p>
--	--	--	---

			флажок считается выигравшим. Игра продолжается 2 – 3 раза.
4	«Кто раньше дойдет до середины»	Развивать у детей движение рук	Берутся две короткие круглые палки. К ним привязывается шнур длиной 8 – 10 м., середина его отмечаются лентой. Играющие натягивают шнур.

			По сигналу воспита теля быстро начина ют вращать палки обеими руками и наматы вая шнур на палку, продвиг аться вперед. Выигра ет тот, кто раньше намотае т шнур до ленты.
--	--	--	---

<p>Ап р е л ь</p>	<p>1</p>	<p>«Кто первы й через обруч к флаж ку»</p>	<p>Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, ловкость коллективизм. Упражнять в быстром беге и в пролезании.</p>	<p>На одной стороне площад ки разложе ны флажки (4 – 6) на расстоя нии одного метра один от другого . В середин е площад ки – обручи. На противо положн ой стороне 4 – 6 колонн. По сигналу «1,2,3 – беги»</p>
--	----------	--	--	--

				стоящие первым и бегут к флажке м, пролеза я на пути в обруч, бежит до флажки, берет и подним ает вверх, затем кладет и бежит в конец колонн ы. Игра продол жается 3 – 4 раза.
--	--	--	--	--

	2 .	«Передай мяч»	Развивать умение выполнять движения ритмично, при согласии слов, а также по сигналу. Упражнять в передаче мяча, в повороте корпуса вправо и влево, в метании в подвижную цель	Играющие стоят по кругу. Воспитатель дает одному из играющих мяч (D=6-8см). По слову «начинай» дети передают мяч другу в одном направлении. Все играющие говорят: Раз, два, три! Мяч
--	--------	---------------	---	---

				скорей бери! Четыре, пять, шесть! Вот он, вот он здесь! Семь, восемь, девять! Брось его кто умеет? Я! Тот, у кого на слово «Я» окажетс я мяч, выходи т с ним на середин у и говорит : «Раз, два, три – беги». После этих слов все
--	--	--	--	---

				дети разбегаются, а стоящий, не сходя с места, бросает мяч в убегающих. Тот, в кого попал мяч, выходит из игры. По сигналу «раз, два, три в круг беги» дети снова образуют круг. Игра повторяется 6-8 раз.
--	--	--	--	--

3	«Море волнуется»	Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге и приседание, построение в круг и ходьбе по кругу.	Из числа играющих выбирается водящий. Остальные встают в круг на расстоянии одного шага друг от друга, и каждый чертит на своем месте кружок. Ведущий идет вокруг играющих «змейкой», а дети,
---	------------------	---	---

			которы м говорят «Море волнует ся», - встают за ним, постепе нно образуя цепочку и затем неожид анно ведущи й говорит «Море спокойн о», - все отпуска ют руки и бегут занять свои места. Тот, кто останет ся без кружка станови тся
--	--	--	---

			водящи м. Игра повтора ется 6-8 раз.
4	«Паук и мухи»	Развивать у детей выдержку, ловкость. Упражнять в беге и приседание.	Выбира ется водящи й – паук, остальн ые дети – мухи. Паук стоит в стороне , мухи бегают по всей площад ке. По сигналу воспита теля мухи замира

			ют, паук обходит играющ их, и у кого заметит хоть малейш ее движен ие, того забирае т к себе. Игра повтора ется 6-8 раз.
5	«Свободное место» (бег, согласованность движений)	Учить детей действовать по сигналу быстро, приучать ориентироваться в пространстве, развивать ловкость.	Играющие сидят на стульях по кругу. Воспитатель вызывает пару детей сидящих рядом.

			<p>По сигналу «Раз, два, три – беги!» они бегут в разные сторон ы за кругом, добега ют до своего места и салятся. Воспит атель и все играющ ие отмеча ют, кто первый занял свободн ое место. Продол житель ность игры 5- 7</p>
--	--	--	--

				минут.
М а й	1	«Коршун и насадка» (с бегом)	Развивать у детей ловкость, сообразительность, чувство товарищества. Упражнять в беге колонной.	В игре участвуют 8 – 10 детей. Один из играющих «коршун», а другой – «насадка», остальные – «цыплята», которые становятся за насадкой, образуя колонн

				у. Все держать ся друг за друга. На противо положн ой стороне круг – «гнездо коршун а». По сигналу «коршун», он вылетает из гнезда и старается поймать цыпленка, стоящего за наседкой. Наседка, «распутив
--	--	--	--	---

			<p>крылья », защища ет своих цыплят, не дает коршун у схватит ь цыплен ка, а цыплят а двигаю тся за наседко й. Продол житель ность 5- 7 минут.</p>
2	«Не оставайся на полу»	<p>Развивать у детей выдержку, ловкость, умение действовать по сигналу, быстро ориентироваться в обстановке. Упражнять в беге, прыжках в длину, в ловле</p>	<p>На площадке расставлены предметы высотой 25 –</p>

				30 см, на которые дети должны взбират ься: лестниц ы со ступень ками, доски, поставл енные на возвыш ение, невысо кие ящики, скамейк и. Ловишк е на руку одеваю т повязку . Под удары в бубен дети ходят,
--	--	--	--	---

				бегают, прыгаю т. По сигналу «лови» все дети взбира ются на предмет ы. Ловишк а ловит тех, кто не успел вскочит ь на возвыш ение. Пойман ные салятся в сторону . Продол житель ность 5- 7 минут
--	--	--	--	---

	3	«Бросить и поймать»	Развивать у детей координацию движение, ориентировку в пространстве. Упражнять в метании и ловле, быстром беге.	На двух столбиках или стойках для прыжков укрепляется веревочка на высоте ребенка с поднятой рукой. Дети бросают мяч через веревочку, затем пробегают следом и ловят его Продолжительность 5-7
--	---	---------------------	---	---

			минут.
4	«Ловишка с ленточкой»	Развивать у детей ловкость, сообразительность. Упражнять в беге, в ловле и в построении в круг	Играющие стоят по кругу. Каждый получает ленточку, закладывает за пояс. В центре круга ловишка. По сигналу воспитателя «беги» все разбегаются, а ловишка старается

				ся вытянут ь как можно больше ленточе к. Продол житель ность 5- 7 минут.
--	--	--	--	---

**Перечень нескольких игр, используемых на ООД
«Наседка и цыплята»**

Цель: учить подлезать под верёвочку не задевая её; быть осторожным и внимательным, действовать по сигналу, не толкать друг друга.

Ход игры: верёвочка натянута между стенами зала или стульями – это дом цыплят и наседки. Мама наседка выходит из дома и ищет зёрнышки, находит и зовёт цыплят: «Ко-ко-ко, ко-ко-ко цыплятки ко мне!» цыплята подлезают по верёвочку и бегут к своей маме. Ищут зёрнышки, прыгают, веселятся. По сигналу «Большая птица» - дети убегают (подлезают) в свой домик не наталкиваясь друг на друга.

«Жмурки»

Цель: учить детей радоваться, веселиться, двигаться тихо, осторожно.

Ход игры: Воспитатель в любой роли (снеговик) завязывает глаза шарфом или косынкой. Дети тихо расходятся по залу. Воспитатель (снеговик) пытается их найти. «Где же наши детки?» - дети смеются, убегают, стараются убежать тихо, осторожно.

«Мышки и кот»

Цель: учить мягко прыгать, сгибая ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга, увёртываться от кота, находить своё место не толкаясь.

Ход игры: Дети прыгают, веселятся, недалеко в стороне сидит кот, он спит. По сигналу воспитателя кот просыпается, потягивается. Произносит: «МЯУ!» и бежит ловить мышек, они убегают. Пойманных мышек кот отводит к себе.

«Зайка беленький сидит...»

Цель: Учить прыгать на двух ногах на месте, развивать ритмичность движения.

Ход игры: Дети, в шапочках зайчат, играют по всему залу или игровой комнаты. Произносятся слова вместе с воспитателем, выполняют движения.

Зайка серенький сидит, и ушами шевелит. Вот так, вот так и ушами шевелит.

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть. Хлоп, хлоп, хлоп, надо лапочки погреть.

Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать, Скок, скок надо зайке поскакать.

Зайку кто-то напугал! Зайка прыг... и убежал!

Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания программы

В целях совершенствования и развития программы запланирована следующая работа:

- разработка практических материалов по организации образовательного процесса, по обеспечению условий реализации программы с учётом особенностей ее реализации;
- апробирование инновационных материалов;
- внесение корректив в программу.
- методическое сопровождение образовательного процесса;
- организация системы взаимопосещений, наставничества;
- совершенствование материально-технических условий, в том числе необходимых для создания развивающей предметно-пространственной среды
- совершенствование финансовых условий реализации программы.

Список литературы

1. Гайдай Е. П. Москва «АРКТИ» 2013г. «Игры, забавы, развлечения».
2. Голубева Л.Г. Москва «Просвещение» 2015г. «Растём здоровыми».
3. Ионова А. Н. Москва «Экзамен» 2017г. «Играем, гуляем, развиваем».
4. Казак О.Н. Москва «АРКТИ» 2013г. «Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет.
5. Кенеман А. В. Санкт-Петербург «Детство» 2013г. «Народные подвижные игры для детей».

6. Литвинова О. М. Санкт-Петербург «КАРО» 2016г. «Физкультурные занятия в детском саду».
7. Муравьева В. А. Москва «АЙРИС» 2014г. «Воспитание физических качеств».
8. Патрикеева А.Ю. Москва «ВАКО»2017г. «Подвижные игры».
9. Пензулаева Л. И. Москва «Мозаика - Синтез» 2016г. «Физкультурные занятия с детьми 3 - 4 и 4 - 5 лет».
10. Щербак А.П. Москва «Просвещение» 2018г. «Тематические физкультурные занятия».