

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа «Подвижные игры» реализуется в **физкультурно - спортивной направленности.**

Актуальность программы обусловлена интересом детей к игровой деятельности. Малоподвижный образ жизни детей отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Подвижные игры вырабатывают у детей характер, упорство, здоровое желание быть лучше других, развивают лидерские качества. Групповые учат сплоченности, товариществу, взаимовыручке. Игровой процесс - включает в себя и постоянное общение со сверстниками, а значит, создаются благоприятные условия для успешной социальной адаптации формирующейся личности в будущем. В образовательном процессе применяются физкультурно-спортивные, игровые технологии, формируются гигиенические навыки и навыки здорового образа жизни, личностные и физические качества детей. В программе представлены средства подготовки детей с помощью подвижных игр, контрольные упражнения, методические материалы.

Игра — это сознательная деятельность, направленная на достижение условно поставленной цели посредством активных действий: бега, прыжков, метания различных предметов, преодоления сопротивления соперника и др. Игровая деятельность очень многообразна: детские игры с игрушками, настольные игры, хороводные игры, игры подвижные, игры спортивные. Подвижные игры — игры, связанные с движением, быстрым перемещением игроков. В процессе игры происходит формирование эмоционального мира человека, поэтому она представляет собой большую ценность в учебной и воспитательной деятельности с детьми и молодёжью, что является весьма актуальным на сегодняшний день. Среди проблем, связанных с воспитанием личностно и физически здорового ребенка, занятие подвижными играми позволяет педагогам решать социально-значимые задачи, важными из которых являются: воспитание коллективизма и коммуникативности, самоутверждение, самореализация, саморазвитие, чувство долга, ответственность.

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

Цель программы – укрепление здоровья, физическое и личностное развитие детей, формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом посредством подвижных игр

Отличительная особенность программы в сравнении с близкими по тематике программами заключается в широком применении игровых технологий при воспитании разносторонне развитой личности.

Задачи программы:

- развивать физические и личностные качества детей, двигательные умения и навыки;
- формировать гигиенические навыки, навыки здорового образа жизни, а также навыки соревновательной деятельности
- воспитывать взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, коммуникативность, самостоятельность и умение планировать свою деятельность;

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы от 5- 7 лет.

Программа позволяет выявлять потенциально способных детей для дальнейших занятий игровыми видами спорта.

Применяемые методы и формы работы с детьми:

образовательные методы:

словесный (рассказ, объяснение, лекция, беседа, анализ и обсуждение своих действий и действий соперника и др.)

наглядность упражнений (показ упражнений и др.)

методы практических упражнений

метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качества усвоения программы, динамики показателей физического и личностного развития;

метод самореализации через творческие дела, участие в соревновательно-игровой деятельности.

Методы организации занятий:

- фронтальный;

- групповой;

- поточный.

Психологическое обеспечение программы заключается в создании комфортной доброжелательной атмосферы на занятиях; применении индивидуальных, и групповых форм обучения; разработке и подборе диагностических материалов для определения уровня удовлетворенности детей и их родителей дополнительными образовательными услугами.

Воспитательная работа с обучающимися осуществляется преподавателем в ходе занятий подвижными играми, соревновательно-игровой деятельностью. Основной целью воспитательной работы является формирование у детей положительных личностных качеств.

Условия для реализации программы: программный материал изложен в соответствии с утвержденным в учреждении режимом работы, предусматривает соревновательно-игровую деятельность.

Сроки реализации программы, формы и режим занятий.

Программа рассчитана на 36 часов в год. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу, в которые входит время занятия (30 минут) и время, предназначенное для организационных моментов занятия (приход и уход детей, переодевание).

Предполагаемые результаты обучения

Прогнозируемые результаты основаны на приобретении первоначальных знаний, умений и навыков физической культуры с помощью подвижных игр, первоначальной сформированности основных физических качеств.

Критерии оценки прогнозируемых результатов заключаются в успешном усвоении разделов программы, стабильности состава детей, посещаемости ими занятий.

В конце 1 года обучения дети должны:

о русских народных играх;

о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

Должны знать:

правила проведения игр, эстафет

основные факторы, влияющие на здоровье человека;

правила поведения во время игры.

должны уметь:

выполнять упражнения в игровой ситуации

применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;

В конце 2 года обучения дети должны:

владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;

должны научиться:

начинать и прекращать игры по сигналу воспитателя;

быстро и четко занимать места для начала игры;

играть честно, без обмана; если был пойман или осален во время игры, быстро выходить на определенное место;

во время ловли не ударять товарищей, не хватать за одежду, а легко касаться рукой;

не наталкиваться во время бега на других, уметь ловко увертываться, а если кто-то нечаянно натолкнулся — не обижаться;

не убегать далеко за границы площадки; если во время игры кто-то поскользнулся, упал — не смеяться над ним, а, наоборот, подбежать и помочь товарищу подняться;

играть дружно, не зазнаваться при победе, но и не унывать после проигрыша.

Чтобы у детей не возникли споры из-за того, кто будет водящим, ловишкой, кто начнет игру, нужно научить их простым народным считалкам, при помощи которых можно легко и бы-стро выбрать водящего. Дети быстро запоминают считалки и могут потом пользоваться ими самостоятельно.

Общие критерии оценивания результатов

- Активность
- Участие в досугах, соревнованиях, праздниках, фестивалях
- Умение работать как самостоятельно, так и в коллективе.
- Творческий рост и личные достижения воспитанников

Критерии замера прогнозируемых результатов

- 1.Педагогическое наблюдение
- 2.Проведение итоговых занятий, обобщения, обсуждение результатов через:
 - открытые занятия с последующим обсуждением.
 - участие в конкурсах, фестивалях, праздниках

Учебно - тематическое планирование кружка «Подвижные игры» - 1 год обучения (36 часов)

Учебно – тематический план 1 год обучения

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации - контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1		1	Педагогическое наблюдение
	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	3		3	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
2	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
3	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий

4	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
5	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
6	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
7	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
8	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
9	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
	ИТОГО в год:	36		36	

**Учебно - тематическое планирование
кружка «Подвижные игры» - 2 год обучения
(36 часов)**

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации - контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1		1	Педагогическое наблюдение

	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	3		3	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
2	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
3	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
4	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
5	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
6	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
7	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
8	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
9	Русская народная игра Подвижна игра, эстафета	4		4	Педагогическое наблюдение Проведение итоговых занятий
	ИТОГО в год:	36		36	

ХАРАКТЕРИСТИКА РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ

Каждое занятие включает в себя 3 раздела:

1. раздел - «Русские народные игры»
2. раздел - «Подвижные игры»
3. раздел «Эстафеты»

Русские народные игры»

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны. Педагогические возможности преподавания содержания программы «Русские народные игры» будут эффективны, так как дети учатся оценивать свою и чужую деятельность с точки зрения законов природы. А это первый шаг к формированию привычек ведения здорового образа жизни.

Это игры, отражающие отношение человека к природе, ведь народ всегда трепетно относился к природе, берёг её, прославлял. Есть игры, которые воспитывают доброе отношение к окружающему миру.

«Подвижные игры»

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«Эстафеты»

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

Таким образом, при моделировании обновленной парадигмы педагогической классификации игр выявляется компонент, направленный на духовное совершенствование личности ребёнка, расширение его историко-культурного кругозора и повышение уровня национального самосознания.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Русские народные игры

"Салки" ("Пятнашки", "Ловитки", "Ловишки", "Ляпки", "Лепки", "Клецки", "Сало" и др.)

Эта игра имеет разные названия и правила, но основное содержание сохраняется: один или несколько водящих ловят других игроков и, если поймают, меняются с ними ролями.

Игра может проводиться в самых различных условиях: в помещении, на воздухе, детьми всех возрастов, молодежью и взрослыми. Количество участников - от 3 до 40 человек. Игра не требует руководителей, судей.

По жребию или по считалке выбирают одного водящего - "салку". Условно устанавливаются границы площади игры. Все разбегаются в пределах этой площади. Водящий объявляет: "Я - салка!" - и начинает ловить играющих в установленных пределах площадки. Кого догонит и осалит (дотронется), тот становится "салкой" и объявляет, подняв руку вверх: "Я - салка!" Он начинает ловить играющих, а бывший "салка" убегает со всеми. Игра не имеет определенного конца.

Разновидности "Салок"

- "Салки с домом". Для убегающих чертится на площадке "дом", в котором они могут спастись от "салки", но долго находиться там не имеют права.

- Салки "Ноги от земли". Спасаясь от "салки", играющие должны оторвать ноги от земли (пола). С этой целью они залезают на какой-либо предмет или садятся, ложатся, подняв ноги вверх. В таком положении "салка" не имеет права их салить.

- Салки "Давай руку". В этой игре убегающий от "салки" кричит: "Дай руку!" Если кто-либо из товарищей возьмется с ним за руку, то водящий не имеет права их осаливать. Если же с другой стороны присоединится еще игрок, т. е. их будет трое, водящий имеет право салить любого крайнего.

- "Салки-пересекалки". Убегающие могут выручать друг друга, пересекая дорогу между догоняющим "салкой" и тем, кто убегает. Как только кто-либо перебежит дорогу, "Салка" должен ловить его. Тут снова кто-либо стремится выручить товарища и перебегает дорогу, "салка" начинает ловить его, и так все стремятся спасти товарища, за которым бежит "салка". Водящий ("салка") должен быстро переключаться и ловить нового игрока, перебежавшего дорогу.

Ястреб

Дети собираются, количеством до 16 и больше, во дворе, в саду или в просторной комнате и бросают меж собою жребий. Выбираемый по жребию представляет ястреба. Остальные дети берутся за руки и становятся парами, образуя несколько рядов.

Впереди всех помещается ястреб, который может смотреть только вперед и не смеет оглядываться. По данному сигналу, пары внезапно отделяются друг от друга и бросаются бегом в различные стороны, в это время ястреб догоняет их, стараясь кого-нибудь поймать.

Потерпевший, т. е. очутившийся в когтях ястреба, меняется с ним ролями.

Дети во время бега стремятся бросить в ястреба платок или свернутый жгут, — если они попадают в него, он считается убитым и из среды детей выбирается на его место другой.

Горелки

Это, можно сказать, «классика жанра». Игроки располагаются попарно, взявшись за руки и образуя колонну. Водящий встает впереди. Все хором громко говорят или расппевают:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Глянь на небо -

Птички летят.

Колокольчики звенят!

Раз, два, три - беги!!!

Другой вариант:

Гори-гори ясно,

Чтобы не погасло.

И раз, и два, и три.

Последняя пара, беги!

В любом случае, при слове «беги» стоящие в последней паре размыкают руки и мчатся в начало колонны, обегая ее с разных сторон (один - слева, другой - справа), а водящий пытается поймать кого-то из них до того как пара, встретившись, вновь возьмется за руки.

Если это получается, то вместе с пойманным игроком водящий встает в первую пару колонны, а тот, кого не поймали, становится водящим.

Мороз - Красный нос

По краям игровой площадки очерчиваются границы двух «домов». В одном из них собираются игроки.

Водящий, т.е. Мороз - Красный нос, встает посреди площадки и говорит:

Я Мороз - Красный нос,

Всех морожу без разбора.

Разберусь со всеми скоро,

Кто сейчас решится

В дальний путь пуститься!

Играющие в ответ скандируют:

Не боимся мы угроз

И не страшен нам мороз!

И тут же бегут в противоположный «дом». Мороз пытается их догнать и «заморозить»: те, кого он успеваает коснуться рукой, замирают на месте.

По окончании перебежки они либо выбывают из игры, либо остаются в «замороженном» положении на последующие туры. В этом случае выигрывает тот, кто останется последним, избежавшим прикосновения Мороза.

Малечина – калечина

Поставив палочку на палец, ладонь, ногу и т.д., нужно держать ее в равновесии, пока произносятся слова: "Малечина-калечина, сколько часов до вечера?"

Раз, два ...десять.

Золотые ворота

Пара игроков встают лицом друг к другу и поднимают вверх руки – это ворота. Остальные игроки берутся друг за друга так, что получается цепочка.

Игроки-ворота говорят стишок, а цепочка должна быстро пройти между ними.

Золотые ворота

Пропускают не всегда.

Первый раз прощается,

Второй - запрещается.

А на третий раз

Не пропустим вас!

С этими словами руки опускаются, ворота захлопываются. Те, которые оказались пойманными, становятся дополнительными воротами. "Ворота" побеждают, если им удалось поймать всех игроков.

Удочка (Рыбка, Поймать рыбку)

Все игроки образуют круг. Выбирается один водящий, который становится в центр круга.

Водящему выдается веревочка. Водящим может быть и взрослый. Водящий начинает вращать веревочку. Задача всех игроков в кругу перепрыгнуть через нее и не быть пойманными.

Вариантов развития игры два.

1-ый вариант: без смены водящего (взрослый). В данном случае те, кто попался на удочку, выбывают из игры и выходят за пределы круга. Игра проводится до тех пор, пока в кругу не

останутся самые ловкие и прыгучие дети (3-4 человека).

2-ой вариант: со сменой водящего. Та "рыбка", которая попадает на удочку, занимает место в центре круга и становится "рыбаком".

Гуси

Дети делятся на 2-ве команды. В центре площадки чертится круг. Игроки, по одному от команды, выходят в круг, поднимают левую ногу назад, берутся за нее рукой, а правую руку вытягивают вперед. По сигналу игроки начинают толкаться ладонями вытянутых рук.

Побеждает игрок, которому удастся вытолкнуть соперника за пределы круга или же если соперник встанет на обе ноги. Побеждает команда, набравшая большее количество индивидуальных побед.

Бой петухов

Игра проводится практически по тем же правилам, что и игра Гуси. Основное отличие заключается в том, что игроки, прыгая на одной ноге, закладывают руки за спину и толкаются не ладошками, а плечо в плечо. Побеждает игрок, которому удастся вытолкнуть соперника за пределы круга или же если соперник встанет на обе ноги. Побеждает команда, набравшая большее количество индивидуальных побед.

Перетяжка

Все дети, которые участвуют в этой игре, делятся на 2-ве равные по числу участников команды. От каждой команды приглашается по одному человеку. В центре площадки лежит метровая палка. Вышедшие участники хватают палку каждый со своей стороны и по команде начинают тянуть палку, каждый в свою сторону. Побеждает тот, кто перетянет соперника на свою сторону. Далее в центр площадки выходят следующие участники команд. Побеждает команда, набравшая большее количество индивидуальных побед.

Укротитель диких зверей

На игровой площадке ставятся пеньки по кругу или мягкие коврики, если это зал. Пеньки (коврики) кладутся по кругу, но на один меньше, чем игроков, принимающих участие в игре. Тот, у кого нет пенька – это укротитель зверей, а все остальные звери. До начала игры дети выбирают, кто будет волком, кто лисой, а кто зайцем. Звери садятся на пеньки. Укротитель зверей идет по кругу с внешней стороны и называет кого-то из зверей. Тот, кого назвали, встает и идет за укротителем. И так укротитель может назвать несколько зверей, они встают и идут за вожаком. Как только укротитель говорит: "Внимание, охотники", звери и укротитель стараются сесть на свободный пенек. Тот, кому свободного места не находится, становится укротителем и игра продолжается.

Елы

Очень интересная игра, получившая широкое распространение в разных регионах и имеющая несколько модификаций. Все играющие находятся неподалеку друг от друга (на лужайке, во дворе, в поле) и роют маленькие ямки, каждый для себя. После чего становятся одной ногой в ямку. За исключением водящего, у которого в руках находится палка метровой длины и шар (мяч). У всех "полевых" игроков также есть палки. Водящий ударяет палкой по шару и старается пасть им в остальных игроков. Как только игроки в поле видят, что мяч катится в их сторону, стараются отбить шар, бросив в него палкой. Если игрок не попадает, то ему могут помочь его товарищи. Как только мяч отбит, водящий бежит за мячом, дотрагивается до него и пытается занять место того, кто метал палку и должен ее забрать. Если водящий успевает занять "пустое место", ямку, игрок которой убежал за палкой, то происходит смена водящего.

Растеряхи

Дети, принимающие участие в этой игре, становятся в один ряд, берутся за руки, образуя тем самым цепочку. По правую сторону цепочки назначается вожак, который по команде начинает бег со сменой направления и вся цепочка начинает движение за ним. Однако никто кроме вожака не знает направления движения, поэтому достаточно сложно удержать равновесие и не рассоединить цепочку. Чем дальше игрок находится от вожака, тем ему сложнее удержать равновесие, не упасть или не разорвать цепь.

Зайки

Игра проводится на открытом пространстве. Из всех игроков выбирается один охотник, все остальные изображают зайцев, стараясь прыгать на двух ногах. Задача охотника поймать самого не проворного зайца, осалив его рукой. Но в игре существует одно немаловажное условие, охотник не имеет права ловить зайца, если тот находится на "дереве". В контексте данной игры деревом будет являться любая щепочка или же пенек. Это условие сильно усложняет охотнику жизнь, что часто во время игры приводит его в негодование. Однако, как только удается осалить одного из зайцев, он тут же становится охотником, принимая на себя незавидную обязанность – ловить зайцев.

Прыганье со связанными ногами

Всем участникам завязываются ноги плотной широкой веревкой или платком. После чего все становятся около исходной линии и по сигналу начинают прыгать в сторону финишной черты. Победителем является тот, кто быстрее всех преодолел расстояние. Расстояние не должно быть слишком большим, так как прыгать с связанными ногами достаточно тяжело.

Шаром в лунке

Игра, имеющая множество разновидностей. Для игры в земле вырывают неглубокую ямку, в которую кладут шар. Все играющие должны иметь при себе прямые палки длиной около метра. Путем жребия выбирается исполнитель – игрок, который будет охранять шар. Все остальные игроки отходят за условную черту, на определенное расстояние от лунки и начинают в порядке установленной очереди метать палки, стараясь попасть в шар. У всех бросивших мимо, палки остаются лежать на месте.

Если никто не попадает, то исполнитель катит мяч своей палкой в сторону ближней к нему, стараясь в нее попасть. Если это ему удастся, то он бежит за исходную для бросков линию, также называемой домом. Исполнителем становится тот, чью палку попал шар. Если же в процессе игры кому-либо удастся выбить шар из лунки, в тот же самый момент, те игроки, чьи палки находятся в поле бегут их забирать, а исполнитель должен установить шар на место. Таким образом, игроки получают возможность произвести дополнительный бросок. Во время метания палок, исполнителю рекомендуется находиться чуть в стороне от шара, чтобы избежать попадания палки в него.

Большой мяч

Игра, в которой необходимо образовать круг. Дети берутся за руки, и выбирается один водящий, который становится в центр круга и около его ног находится большой мяч. Задача игрока, находящегося в центре, ударом ноги по мячу вытолкнуть его за пределы круга. Тот игрок, который пропускает мяч, выходит за пределы круга, а тот, кто попал, становится на его место. При этом все поворачиваются спиной к центру круга и стараются не пропустить мяч уже в центр круга. Важным условием является то, что мяч в течение всей игры нельзя брать в руки.

«Ворон»

Цель: двигаться в соответствии с плясовым характером музыки и передавать содержание текста песни. Уметь расширять и сужать круг. Отрабатывать дробный шаг и разнообразные знакомые плясовые движения.

Ход игры:

Дети стоят по кругу. Выбирается заранее один ребёнок, изображающий «ворона». (Он стоит в кругу вместе со всеми)

Ой, ребята, та-ра-ра!

На горе стоит гора,

А на той горе дубок,

А на дубе воронок.

Ворон в красных сапогах,

В позолоченных серьгах.

Черный ворон на дубу,

Он играет во трубу.

Труба точеная,

Позолоченная,

Труба ладная,

Песня складная.

С окончание песни «Ворон» выбегает из круга, все закрывают глаза, «ворон» обегает круг, дотрагивается до чьей-нибудь спины, а сам становится в круг.

«Солнце»

Цель: действовать в соответствии с текстом песни. Ходить по кругу, взявшись за руки, спокойным, хороводным шагом. Уметь расширять и сужать круг. Учить стремительному бегу.

Ход игры:

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

Гори солнце ярче, - Дети ходят

Лето будет жарче. - по кругу.

Я зима теплее, - Идут в центр.

А весна милее - Из центра обратно.

А зима теплее, - В центр.

А весна милее. - Обратно.

После слов «солнце» (ловишка) ловит детей.

«Теремок»

Цель: развивать у детей умение передавать в движении содержание музыкального произведения. Воспитывать выдержку, выразительность игровых образов.

Ход игры:

Дети стоят, взявшись за руки в кругу. Заранее выбранные «звери» - Мышка, Лягушка, Лисичка, Зайка и Медведь.

Стоит в поле теремок, теремок. Дети («теремок») идут по

Он не низок, не высок, не высок. кругу и поют.

Вот по полю, полю мышка бежит, Мышка бежит за кругом.

У дверей остановилась и стучит: Дети останавливаются.

«Кто, кто в теремочке живёт? Мышка стучит, поёт,

Кто, кто в не высоком живёт?» вбегают в круг.

Стоит в поле теремок, теремок. Дети («теремок») идут по

Он не низок, не высок, не высок. кругу и поют.

Вот по полю лягушка бежит, Лягушка прыгает за кругом.

У дверей остановилась и стучит: Дети останавливаются.

«Кто, кто в теремочке живёт? Лягушка стучит и поёт.

Кто, кто в не высоком живёт?»

Мышка. «Я – Мышка – норушка, а ты кто?»

Лягушка. «А я – Лягушка – квакушка»

Мышка. «Иди ко мне жить!»

Таким же образом входят в круг «Лисичка» и «Зайка». Когда к терему подходит «Медведь», он говорит: «Я Мишка – всех ловишка» - все звери разбегаются, а Медведь их ловит.

«Сова»

Цель: развивать у детей способность выразительно передавать игровой образ. Учить двигаться легко, свободно. Воспитывать выдержку, внимание. Проявлять творчество.

Ход игры:

Один из играющих изображает «сову», остальные – мышей. Сова выкрикивает: «Утро!»

Тут же мыши начинают бегать, скакать, делать различные телодвижения. Сова кричит: «День!» Мыши продолжают двигаться. Сова говорит: «Вечер!» Мыши встают в круг, ходят вокруг совы и поют:

Ах ты, совушка - сова,

Золотая голова.

Что ты ночью не спишь,

Всё на нас глядишь?

Сова говорит: «Ночь!» При этом слове мыши мгновенно замирают, не двигаясь. Сова подходит к каждому из играющих и различными движениями и весёлыми гримасами старается какое-либо движение, из игры выбывает.

«Чурилки»

Цель: воспитывать организованность, развивать ловкость, быстроту.

Ход игры:

Играющие выбирают двоих детей. Одному завязывают платком глаза, другому дают бубен (или колокольчик); затем ведут вокруг них хоровод и поют:

Колокольцы, бубенцы,

Раззвонились удалцы.

Диги-диги-диги-дон,

Отгадай, откуда звон?

После этих слов игрок с бубном начинает звонить и ходить в круге, а жмурка старается его поймать.

Как только жмурка поймаёт его, их меняют другие игроки. Игра продолжается.

«Баба - Яга»

Цель: продолжать учить стремительному бегу, развивать творчество, передавая игровой образ.

Ход игры:

Играющие выбирают Баба – Яга. Она находится в центре круга. Дети ходят по кругу и поют:

Баба-Яга, костяная нога,, - Дети ходят

С печки упала, ногу сломала. - по кругу.

Пошла в огород, испугала народ. - Идут в центр.

Побежала в баньку, - Из круга обратно.

Испугала зайку.

После песни дети разбегаются, Баба-Яга ловит детей.

«Медведь»

Цель: развивать эмоциональное отношение к игре. Выбатывать у детей выдержку. Продолжать учить стремительному бегу.

Ход игры:

Один из детей изображает медведя. Он делает вид, что спит. Дети собирают грибы и ягоды, поют:

У медведя во бору,

Грибы, ягоды беру.

А медведь не спит,

Всё на нас глядит.

А потом как зарычит

И за нами побежит.

Медведь встает и начинает гоняться за детьми.

«Угадай, кто зовёт?»

Цель: развивать у детей тембровый слух. Упражнять в умении самостоятельно начинать движение и заканчивать его.

Ход игры:

Дети стоят в кругу. В центре водящий – «медведь».

Дети идут по кругу и поют:

Медведь, медведь, мы к тебе пришли,

Мы к тебе пришли, медку принесли.

«Медведь» ходит вперевалочку.

Дети протягивают руки вперед, ладошками вверх, предлагают медведю мёд.

Медведь, медведь, получай-ка мёд,

Получай-ка мёд, угадай, кто зовёт?

«Медведь» кушает мед.

Медведь закрывает глаза. Взрослый предлагает (показывая на ребенка) позвать медведя.

Ребенок, кого выбрали, говорит: «Медведь», «Медведь» старается угадать того, кто его позвал.

«Репка»

Цель: продолжать учить спокойному, хороводному шагу и легкому бегу. Воспитывать выдержку, выразительность игры

Ход игры:

Один из детей изображает медведя. Он делает вид, что спит. Дети собирают грибы и ягоды, поют:

У медведя во бору,

Грибы, ягоды беру.

А медведь не спит,

Всё на нас глядит.

А потом как зарычит

И за нами побежит.

Медведь встает и начинает гоняться за детьми.

«Сороконожка»

Цель: совершенствовать умение детей ходить пружинным шагом, высоко поднимая ноги, легко бегать, ходить топающим шагом. Движения передавать в характере музыки

Ход игры:

Дети встают друг с другом и поют:

Шла сороконожка

По сухой дорожке.

Вдруг закапал дождик: кап!

- Ой, промокнут сорок лап!
 - Идут «паровозиком» пружинным шагом.
 - лёгкий бег.
- Насморк мне не нужен,
Обойду я лужи.
Грязи в дом не принесу,
Каждой лапкой потрясу.
Идут, высоко поднимая ноги
- стоя, трясут правой ногой
 - левой ногой
- Шла сороконожка
По сухой дорожке
И затопала потом,
- Ой, какой от лапок гром!
 - Идут «паровозиком» пружинным шагом.
 - Идут топающим шагом

«Ловушка»

Цель: выразительно передавать содержание музыки. Самостоятельно начинать движение после вступления. Быстро реагировать на смену регистра, сменой движений. Упражнять в поскоке, легком беге и простом шаге. Воспитывать выдержку, умение подчиняться правилам игры, укреплять дружеские, доброжелательные взаимоотношения.

Ход игры:

Играющие стоят в кругу, в разных местах которого выбирают 5-6 детей. Им дают цветные платочки. Все стоят в общем кругу.

Дети идут по кругу и поют:

Скок, скок, сапжок,
Выходи-ка на лужок,
То прыжком, то бочком,
Топай, топай каблучком.

Останавливаются. Дети с платочками выходят в середину круга, двигаются внутри него легким поскоком. Стоящие по кругу хлопают в ладоши.

Стоящие в кругу

«Обеги круг»

Цель: учить двигаться спокойным шагом по кругу. Воспитывать внимание, выдержку.

Ход игры:

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

Водица, водица,
Студеная быстрица,
Обеги вокруг,
Напой наш луг!

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

«Огуречик»

Цель: закрепить навыки выполнения легких прыжков с продвижением вперед и легкого стремительного бега.

Ход игры:

Ребенок в шапочке мышки сидит на стуле в стороне. Напротив него группой стоят дети.

Руки у играющих находятся на поясе. Дети исполняют потешку:

Огуречик, огуречик,

Не ходи на тот конечик.

Легкими прыжками продвигаются к «ловишке». Останавливаются, грозят пальчиком «ловишке» со словами:

Там мышка живет,

Тебе хвостик отгрызет.

Мышка бежит за ребятами, стараясь их догнать.

«Кто у нас хороший?»

Цель: закреплять спокойный шаг, умение двигаться галопом по кругу, использовать знакомые плясовые движения.

Ход игры:

Дети стоят в кругу. В центре «Ванечка». Дети идут по кругу и поют народную песню:

Кто у нас хороший?

Кто у нас пригожий?

Ванечка хороший,

Ванечка пригожий.

Ванечка выполняет пружинку с поворотом.

На коня садится –

Конь завеселится.

Плеточкой помашет –

Конь под ним запляшет.

Машет плеточкой, ходит высоко поднимая ноги.

Мимо сада едет –

Садик зеленеет,

Цветы расцветают,

Пташки распевают.

Двигается по кругу галопом.

К дому подъезжает,

Со коня слезает,

Со коня слезает –

Олечка встречает.

Выбирает девочку.

Пляшут Ванечка с девочкой. Остальные дети хлопают в ладоши.

«ЛОВИШКИ» (Бег)

Задачи: учить детей бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, действовать по сигналу быстро. Развивать ориентировку в пространстве, умение менять направление.

Описание игры: дети строятся в круг, у каждого имеется цветная ленточка, заправленная сзади за пояс. В центре круга стоит Ловишка. По сигналу воспитателя: «Раз, два, три – лови!» дети разбегаются по площадке. Ловишка старается вытянуть ленточку. По сигналу: «Раз, два, три в круг скорей беги – все дети строятся в круг». После подсчета пойманных, игра повторяется.

Варианты: чертится круг в центре стоит Ловишка. По сигналу «Раз, два, три лови» дети перебегают круг, а Ловишка пытается схватить ленту.

«УГОЛКИ» (бег)

Задачи: учить детей перебегать с места на место быстро, незаметно для ведущего.

Развивать ловкость, быстроту движений, ориентировку в пространстве.

Описание игры: Дети становятся возле деревьев или в кружочках начерченных на земле.

Один из играющих оставшийся в середине, подходит к кому – либо и говорит «Мышка, мышка продай мне свой уголок». Та отказывается. Ведущий идёт с теми же словами к другому. В это время остальные дети меняются местами, а ведущий в середине старается

занять место одного из перебегающих. Если это ему удастся, оставшийся без уголка становится на середину.

Варианты: Если водящему долго не удаётся занять место, воспитатель говорит: «Кошка!» все дети одновременно меняются местами, водящий успевает занять уголок. Нельзя долго стоять в своём уголке.

«ПАРНЫЙ БЕГ» (бег)

Задачи: учить детей бегать в парах, не расцепляя рук, огибать предметы. Развивать ловкость, внимание.

Описание игры: дети стоят в колоннах парами на одной стороне площадки за чертой. На другой стороне площадки поставлены предметы (кегли, кубы и т.д.), по числу звеньев. По сигналу воспитателя первые пары детей, взявшись за руки, бегут до предметов огибают их и возвращаются в конец своей колонны. По следующему сигналу бегут вторые пары. Пара разъединившая руки, считается проигравшей.

Варианты: бежать с заклёстом голени. Бег между предметами змейкой до ориентира.

«МЫШЕЛОВКА» (бег)

Задачи: Развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге, приседании, построении в круг, ходьбе по кругу.

Способствовать развитию речи.

Описание: Играющие делятся на 2 неравные группы. Меньшая, образует круг – мышеловку. Остальные – мыши, они находятся вне круга. Играющие, изображающие мышеловку берутся за руки и начинают ходить по кругу, приговаривая «Ах как мыши надоели, все погрызли, все поели. Берегитесь же плутовки, доберемся мы до вас, вот поставим мышеловку – переловим всех сейчас». Дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из нее, по слову воспитателя «Хлоп» дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают – мышеловка захлопнулась. Играющие, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Пойманные мыши переходят в круг и увеличивают размер мышеловки. Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями.

Правила: лиса может ловить кур, а куры могут взбираться на насест только по сигналу воспитателя «Лиса!».

Варианты: Увеличить число ловишек – 2 лисы. Курам взбираться на гимнастическую стенку.

«МЫ ВЕСЁЛЫЕ РЕБЯТА» (бег)

Задачи: учить детей действовать по сигналу, перебегать с одной стороны площадки на другую быстро с увёртыванием. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.

Описание: Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне также проводится вторая черта. В центре площадки находится Ловишка. Игроку хором произносят:

«Мы весёлые ребята,
Любим бегать и скакать,
Ну, попробуй нас догнать.
Раз, два, три, лови!»

После слова «лови» дети перебегают на другую сторону площадки, а Ловишка их ловит. Тот, кого Ловишка успеет осалить, прежде чем тот пересечёт черту, считается пойманным, отходит в сторону и пропускает одну перебежку.

Варианты: Дети идут по кругу и проговаривают текст. Ловишка в центре. Разбегаются разными видами бега.

«ГУСИ - ЛЕБЕДИ» (бег)

Задачи: учить детей перебегать с одной стороны площадки на другую, чтобы не запятали. Развивать умение действовать по сигналу, ловкость, быстроту.

Описание: На одном краю зала обозначается дом в котором находятся гуси, на противоположной стороне зала стоит пастух. Сбоку от дома логово, в котором живёт волк, остальное место луг. Выбираются дети на роль волка, пастуха, остальные дети изображают гусей. Пастух выгоняет гусей на луг, они пасутся и летают.

Герои Слова и действия героев

Пастух - гуси, гуси!

Гуси останавливаются и отвечают хором: га-га-га.

Пастух - есть хотите!

Гуси - да, да, да!

Пастух - так летите же домой.

Гуси - нам нельзя, серый волк под горой не пускает нас домой, зубы точит съесть нас хочет.

Пастух: так летите, как хотите только крылья берегите!

Гуси, расправив крылья летят через луг домой, а волк выбежав из логова, старается поймать гусей. Затем после 2-3 перебежек выбирается новый пастух и волк.

«СДЕЛАЙ ФИГУРУ» (бег)

Задачи: учить детей бегать в рассыпную по залу, участку. Приучать менять движение по сигналу, развивать равновесие, умение сохранять неподвижную позу.

Описание: по сигналу воспитателя все дети разбегаются по залу. На следующий сигнал (удар в бубен) все играющие останавливаются на месте, где их застала команда, и принимают какую-либо позу. Воспитатель отмечает тех, чьи фигуры получились интереснее, наиболее удачными.

Варианты: можно выбрать водящего, который будет определять, чья фигура интереснее сложнее, тех, кто каждый раз придумывает новые фигуры.

«КАРАСИ И ЩУКА» (бег)

Задачи: учить детей ходить и бегать в рассыпную, по сигналу прятаться за камешки, приседая на корточки. Развивать ловкость, быстроту, ориентировку в пространстве.

Описание: Один ребёнок выбирается щукой, остальные делятся на две группы. Одна из них образует круг – это камешки, другая – караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за пределами круга. По сигналу воспитателя – щука – она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат занять место за кем-нибудь из играющих и присесть за камешки. Пойманные караси уходят за круг и подсчитываются. Игра повторяется с другой щукой.

Варианты: караси плавают не только в кругу, но и между камней, щука находится в стороне. Можно выбрать две щуки.

«ВСТРЕЧНЫЕ ПЕРЕБЕЖКИ» (бег)

Задачи: учить детей перебегать с одной стороны площадки на другую в быстром темпе. Развивать внимание, быстроту движений.

Описание: две группы детей с равным количеством играющих становятся на противоположных сторонах площадки за линиями в шеренги (расстояние между детьми в шеренге не менее 1 метра). У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета – синие, жёлтые. По сигналу воспитателя: «Синие!» - дети с синими лентами бегут на противоположную сторону, стоящие напротив протягивают вперёд ладоши и ждут, когда бегущие прикоснутся к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону, поворачивается и поднимает руку вверх.

Варианты: Можно добавить ещё два цвета – красный, зелёный.

«ХИТРАЯ ЛИСА» (бег)

Задачи: Развивать у детей выдержку, наблюдательность. Упражнять в быстром беге с увертыванием, в построении в круг, в ловле.

Описание: играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга очерчивается дом лисы. Воспитатель предлагает играющим закрыть глаза, обходит круг за спинами детей и говорит «Я иду искать в лесе хитрую и рыжую лису!», дотрагивается до одного из играющих, который становится хитрой лисой. Затем воспитатель предлагает играющим открыть глаза и внимательно посмотреть, кто из них хитрая лиса, не выдаст ли она себя чем-нибудь. Играющие 3 раза спрашивают хором, вначале тихо, а затем громче «Хитрая лиса, где ты?». При этом все смотрят друг на друга. Хитрая лиса быстро выходит на середину круга, поднимает руку вверх, говорит «Я здесь». Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит. Пойманного лиса отводит домой в нору.

Правила: лиса начинает ловить детей только после того, как играющие в 3 раз хором спросят и лиса скажет «Я здесь!». Если лиса выдала себя раньше, воспитатель назначает новую лису. Играющий, выбежавший за границу площадки, считается пойманным.

Варианты: Выбираются 2 лисы.

«ПУСТОЕ МЕСТО» (бег)

Задачи: учить детей быстро бегать наперегонки в противоположные стороны. Развивать быстроту реакции, внимание.

Описание: играющие становятся вкруг, положив руки на пояс, - получают окошки.

Выбирается водящий. Он ходит вне круга и говорит:

«Вокруг домика хожу,
и в окошечки гляжу,
к одному я подойду,
и тихонько постучу».

После слов постучу, водящий останавливается, заглядывает в окошко и говорит: тук, тук, тук. Стоящий впереди спрашивает: «Кто пришёл?» водящий называет своё имя. Стоящий в кругу спрашивает: «Зачем пришёл?» водящий отвечает: «Бежим наперегонки» – и оба бегут в разные стороны. В кругу оказывается пустое место. Тот, кто добежит до него первым, остаётся в кругу, опоздавший становится водящим, и игра продолжается.

Варианты: водящий просто ходит за кругом и кладёт руку на плечо кому-нибудь, с ним и бегут в разные направления, стараясь занять пустое место.

«ЗАТЕЙНИКИ»

Задача: учить детей ходить по кругу, взявшись за руки вправо, влево. Повторять движения за водящим. Развивать внимание, память, творчество.

Описание игры: Выбирается водящий – затейник, который встает в центр круга, образованный детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу и произносят:

«Ровным кругом друг за другом
мы идём за шагом шаг.

Стойте на месте дружно вместе

Сделаем вот так...»

Дети останавливаются, опускают руки, а затейник показывает какое-нибудь движение и все должны его повторить. Игра повторяется с другим затейником.

Правила: точно выполнять движения за затейником.

«БЕЗДОМНЫЙ ЗАЯЦ» (бег)

Задачи: развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге. Описание игры: из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы образуют «свой домик» (два зайца держаться за руки, создавая домик). Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой «домик»; К кому бездомный заяц встаёт спиной тот и становится водящим. Если охотник поймает, то меняются ролями.

Правила:

Охотник может ловить зайца только вне логова.

Пробегать зайцам через логово нельзя.

Если заяц вбежал в логово, он должен там остаться.

Как только заяц вбежал в логово, находящийся там игрок должен немедленно выбежать.

Игроки, образующие кружок, не должны мешать зайцам вбегать и убегать.

«НЕ ОСТАВАЙСЯ НА ПОЛУ» (прыжки)

Задачи: учить детей бегать по залу в рассыпную, запрыгивать на кубы, скамейки без помощи рук, спрыгивать с них легко на носки полусогнутые ноги. Закрепить умение действовать по сигналу. Развивать ловкость, быстроту.

Описание игры: выбирается Ловишка, который бегаёт по залу вместе с детьми. Как только воспитатель произнесёт - «Лови!» - все убегают от ловишки и взбираются на предметы – скамейки, кубы, пеньки. Ловишка старается осалить убегающих. Дети, до которых дотронулся Ловишка отходят в обусловленное место.

Варианты: выбирается 2 ловишки, бегают разными видами бега, использовать музыкальный сигнал.

«КТО СДЕЛАЕТ МЕНЬШЕ ПРЫЖКОВ» (прыжки)

Задачи: учить детей прыгать в длину, делая сильный взмах руками, отталкиваясь и приземляясь на обе ноги. Развивать силу толчка, укреплять мышцы ног.

Описание игры: На площадке обозначают две линии на расстоянии 5-6 метров. Несколько детей встают к первой линии и по сигналу прыгают до второй линии, стараясь достичь её за меньшее число прыжков. Ноги слегка расставить и приземляться мягко на обе ноги.

Варианты: Увеличить дистанцию до 10м. (это в среднем 8-10 прыжков)

«УДОЧКА» (прыжки)

Задачи: учить детей подпрыгивать на двух ногах стоя на месте, приземляясь на носки, полусогнутые ноги. Развивать ловкость, быстроту, глазомер.

Описание игры: дети стоят по кругу в центре воспитатель. Он держит в руках верёвку на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает верёвку над самым полом, дети подпрыгивают на двух ногах вверх, так чтобы мешочек не задел их ног.

Описав 2-3 круга делается пауза, и подсчитываются пойманные.

Варианты: тех детей кого поймали, выходят из игры, так пока не останутся самые ловкие.

«С КОЧКИ НА КОЧКУ» (прыжки)

Задачи: учить детей перебираться с одной стороны площадки на другую прыжками с кочки на кочку на двух или одной ноге. Развивать силу толчка, умение сохранять равновесие на кочке, ловкость.

Описание игры: на земле чертят две линии – два берега, между которыми болото.

Играющие распределяются парами на одном и другом берегу. Воспитатель чертит на болоте кочки (плоские кольца) на разном расстоянии друг от друга: 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90см. двое детей по сигналу прыгают с кочки на кочку отталкиваясь двумя ногами или

одной, не становясь между кочками. стараясь перебраться на берег. Тот, кто оступился, остаётся в болоте. Выходит следующая пара. Когда все выполняют задание, воспитатель назначает, кому выводить детей из болота. Тот подаёт увязшему ребёнку руку и показывает прыжками путь выхода из - болота.

Варианты: соревнование: «Кто быстрее переберётся через болото».

«КРАСКИ» (прыжки)

Задачи: учить детей бегать, стараясь, чтобы не догнали, прыгать на одной ноге, приземляясь на носок полусогнутую ногу. Развивать ловкость, быстроту движений, умение менять направление во время бега.

Описание игры: участники игры выбирают хозяина и двух покупателей. Остальные игроки – краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его хозяину. Когда все краски выбрали себе цвет и назвали хозяину, он приглашает одного из покупателей. Покупатель стучит:

-Тук! Тук!

-Кто там?

-Покупатель.

-Зачем пришёл?

- За краской.

-За какой?

-За голубой.

Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки, поноси да назад принеси!» если покупатель угадал цвет краски, то краску забирает себе. Идёт второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. И так они подходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель который набрал больше краски. Хозяин может придумать задание сложнее задание, например: скачи на одной ножке по красной дорожке.

Варианты: разговор повторяется, если покупатель угадал краску продавец говорит сколько стоит и покупатель столько раз хлопает продавца по вытянутой ладони. С последним хлопком ребёнок изображавший краску убегает а покупатель догоняет его и, поймав, отводит в условленное место.

«

КТО СКОРЕЕ ДОБЕРЁТСЯ ДО ФЛАЖКА» (прыжки, эстафета)

Задачи: учить детей действовать по сигналу, прыгать на двух ногах с продвижением вперёд, подлезать под дугу удобным способом, бегать на перегонки. Развивать умение соревноваться, передавать эстафету.

Описание игры: дети распределяются на три колонны поровну. На расстоянии 2м от исходной черты ставятся дуги или обручи, можно натянуть шнур, затем на расстоянии 3м. ставятся флажки на подставке. Дается задание: по сигналу воспитателя выполнить подлезание под дугу, затем прыжками на двух ногах допрыгать до флажка, обогнуть его и бегом вернуться в конец своей колонны.

Варианты: вводится усложнение: натягивается верёвка на высоте – 60см, дети должны не касаясь руками пола подлезть под шнуром.

«МЕДВЕДЬ И ПЧЁЛЫ» (лазанье)

Задачи: учить детей лазить по гимнастической стенке, взбираться на скамейки, кубы без помощи рук, спрыгивать на носки, на полусогнутые ноги, бегать в рассыпную. Развивать ловкость, смелость, быстроту.

Описание игры: дети делятся на две равные группы, одна – пчёлы, другая – медведи. На гимнастической стенке, скамейке, кубах находится улей, на другой стороне – луг, в стороне берлога медведей. По условному сигналу пчёлы вылетают из улья жужжат и летят на луг за мёдом. Как только пчёлы улетят на луг за мёдом, медведи выбегают из берлоги, забираются в улей и лакомятся мёдом. Воспитатель подаёт сигнал: «Медведи!» пчёлы летят к ульям, стараясь ужалить медведей, те убегают в берлогу, ужаленные медведи пропускают одну игру. После 2-3 повторений дети меняются ролями.
Правила: с гимнастической стенки нужно слезать, а не спрыгивать, не пропуская реек.

«ПОЖАРНЫЕ НА УЧЕНЬЕ» (лазанье)

Задачи: учить детей лазить по гимнастической стенке удобным способом, не пропуская реек и не спрыгивая. Развивать согласованную работу рук и ног, быстроту, ловкость.
Описание игры: дети строятся в 3-4 колонны лицом к гимнастической стенке – это пожарные. На каждом пролёте на одинаковой высоте подвешиваются колокольчики. По сигналу воспитателя – удар в бубен или слова «Марш!» дети, стоящие в колонне первыми бегут к стенке взбираются по ней, звонят в колокольчик, спускаются вниз, затем возвращаются к своей колонне и встают в её конец. Воспитатель отмечает тех, кто быстрее всех выполнит задание. Затем по сигналу бегут вторые, стоящие в колонне. Следить за тем чтобы дети не пропускали реек, не спрыгивали .

«ОХОТНИКИ И ЗАЙЦЫ» (прыжки)

Задачи: учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперёд в рассыпную, действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в зайцев. Развивать ловкость, глазомер.

Описание игры: выбирается охотник, остальные дети – зайцы. На одной стороне площадки отводится место для охотника, на другой дом зайцев. Охотник ходит по залу, делая вид что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе. Зайцы выпрыгивают на двух ногах или на право, на левой поочередно в разных направлениях. По сигналу: «Охотник!» - зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мяч. Те в кого он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом.

Варианты: охотников может быть 2-3, и у зайцев дома нет они просто увёртываются от мяча.

«БРОСЬ ФЛАЖОК» (метание)

Задачи: учить детей метать мешочки в даль правой, левой рукой из-за головы стараться чтобы мешочек улетел как можно дальше. Развивать силу броска, глазомер. Укреплять мышцы плечевого пояса.

Описание игры: дети стоят в две шеренги друг за другом, в руках у первой шеренги мешочки с песком. Впереди на расстоянии 4-5м. стоят на одном уровне несколько флажков. Дети одновременно бросают мешочки из-за головы двумя руками или одной рукой, стараясь забросить их за линию флажков. Затем дети поднимают мешочки, бегут и передают своей паре. Бросает следующая шеренга, результаты сравниваются.

Варианты: можно мешочки передавать своей паре перебрасыванием.

«ПОПАДИ В ОБРУЧ» (метание)

Задачи: учить детей метать мешочки с песком в горизонтальную цель, правой левой рукой прицеливаясь. Развивать глазомер, точность броска.

Описание игры дети стоят по кругу диаметром 8-10м. через одного в руках мешочек с песком. В центре круга лежит обруч. По сигналу воспитателя дети у которых в руках мешочки, передают их товарищам справа или слева по договорённости. Получив мешочки, дети бросают их стараясь попасть в обруч. Затем дети поднимают мешочки, и возвращаются на свои места в круг. Снова раздаётся сигнал, и дети передают мешочки своим соседям – вторым номерам и т. д.

Варианты: забрасывать мешочки двумя одной рукой из-за головы, сидя, стоя на коленях.

«СБЕЙ КЕГЛЮ» (метание)

Задачи: учить детей катать мяч, стараясь сбить кеглю с расстояния 1,5-2м., бегать за мячом, передавая другим детям. Развивать глазомер, силу точность броска.

Описание игры: на одной стороне зала чертят 3-4 кружка, в них ставят кегли. На расстоянии 1,5-2м., от них обозначают шнуром линию. 3-4 ребёнка подходят к линии становятся напротив кеглей, берут по мячу и катят, стараясь сбить кеглю. Затем бегут, ставят кегли, берут мячи и приносят их следующим детям.

Варианты:

1. Бросать мяч правой, левой рукой, отталкивать ногой.
2. Кегли ставят за линией в определённом порядке: в один ряд вплотную к друг к другу, высокая кегля в середине. В один ряд одна от другой на небольшом расстоянии -5-10см; в небольшой кружок, большая кегля в центре. В два ряда большая кегля между рядами; квадратом, большая в центре и т. Д. на расстоянии 2-3 метра от линии, на которой расположены кегли, чертят 2-3 линии, с которых игроки сбивают кегли. Дети, соблюдая очерёдность, начинают прокатывать шары с самой ближней линии. Выигрывает тот, кто больше всех собьёт кеглей с ближней линии. Он начинает прокатывать мячи со второй линии. И т.д.

«МЯЧ ВОДЯЩЕМУ» (метание)

Задачи: учить детей ловить мяч, брошенный водящим руками не прижимая к груди.

Бросать мяч двумя руками от груди. Развивать глазомер, моторику рук, быстроту, точность броска.

Описание игры: дети делятся на 2-3 группы и выстраиваются в круг, в центре каждого круга стоит водящий с мячом в руках. По сигналу воспитателя водящие перебрасывают поочерёдно детям мяч двумя руками от груди и получают его обратно. Когда мяч обойдёт всех игроков, то он поднимает его над головой и говорит: «Готово!»

Варианты: мяч водящий бросает не по порядку, а в разную, выигрывает группа, у которой ни разу не упадёт мяч.

«ШКОЛА МЯЧА» (метание)

Задачи: закрепить умение детей выполнять разные действия с мячом. Развивать координацию движений, глазомер, ловкость.

Описание игры: подбросить мяч вверх и поймать его одной рукой.

- Ударить мяч о землю и поймать одной рукой.
- Подбросить вверх, хлопнуть в ладоши и поймать его двумя руками.
- Ударить о стену и поймать его одной рукой.
- Ударить о стену, поймать его одной рукой, после того как он ударится о землю.
- Ударить мяч о стену, хлопнуть в ладоши и поймать одной рукой.
- Ударить мяч о стену так чтобы он отскочил под углом в сторону партнёра, который должен поймать его.

- Ударить мяч, о стену бросив его из-за спины, из-за головы, из-под ноги и поймать его.

«СЕРСО» (метание)

Задачи: учить детей бросать деревянные кольца, стараясь их забросить на «кий» (деревянная палка), развивать ловкость, глазомер.

Описание игры: играют двое. Один при помощи кия бросает деревянные кольца, а другой ловит их на кий, можно сначала подбрасывать их рукой и ловить на руку, а затем использовать кий. Выигрывает тот, кто больше поймает колец.

Варианты: при большом количестве игроков дети делятся на пары и становятся друг против друга на расстоянии 3-4м.

«ЭСТАФЕТА ПАРАМИ» (бег, эстафета)

Задачи: учить детей бегать в парах, держась за руки стараясь прибежать к финишу вперёд своих соперников. Развивать выносливость, ловкость.

Описание игры: дети становятся в 2 колонны парами за линию на одной стороне площадки. На противоположной стороне ориентиры. По сигналу первые пары, взявшись за руки, бегут до ориентиров, оббегают их и возвращаются в конец колонны. Выигрывает та колонна, игроки которой быстрее выполнят задание и не разъединят руки во время бега.

Варианты: дети встают спиной друг к другу и сцепляются локтями

«ДОРОЖКА ПРЕПЯТСТВИЙ» (прыжки, лазанье)

Задачи: продолжать учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперёд; совершенствовать навыки пролезания под дугами; совершенствовать координацию движений.

Описание: дети стоят в две колонны и выполняют задания воспитателя по очереди. Когда будет выполнено задание до конца, игрок передаёт эстафету следующему, хлопнув его по ладони.

- 1) Пройти по бревну.
- 2) Пролезть под дугами.
- 3) Прыжки из обруча в обруч.

Правила: следующему игроку необходимо дождаться, когда предыдущий игрок выполнит эстафету до конца.

«ПРОНЕСИ МЯЧ, НЕ ЗАДЕВ КЕГ ЛЮ» (прыжки)

Задачи: продолжать учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперёд.

Описание: участники делятся на две команды. Линии старта и финиша отмечаются на расстоянии 14 - 16 м одна от другой, вдоль линии по центру устанавливаются две-три кегли. Направляющие команд зажимают между ногами (выше коленей) волейбольный или набивной мяч. По сигналу направляющие начинают продвигаться вперед прыжками огибая кегли таким образом, чтобы не задеть их и, достигнув противоположной линии старта, передают мячи направляющим встречных колонн. Так действуют все игроки. Участники, закончившие эстафету, становятся в конец колонны. Выигрывает команда, игроки которой быстрее закончат эстафету.

Правила: если мяч упал на пол, его нужно подобрать, зажать ногами и только тогда продолжить эстафету.

«ЗАБРОСЬ МЯЧ В КОЛЬЦО» (метание)

Задачи: продолжать учить детей бросать мяч в вертикальную цель (кольцо). Развивать глазомер, точность броска.

Описание: команды построены в одну колонну по одному перед баскетбольными щитами на расстоянии 2 – 3 метра. За сигналом первый номер выполняет бросок мяча по кольцу, затем кладет мяч, а второй игрок тоже берет мяч и бросает его в кольцо и так далее. Выигрывает та команда, которая больше всех попала в кольцо.

«КТО СКОРЕЕ ПРОПОЛЗЁТ ЧЕРЕЗ ОБРУЧ К ФЛАЖКУ?» (бег, лазанье, прыжки, эстафета)

Задачи: учить детей действовать по сигналу, прыгать на двух ногах с продвижением вперёд, подлезать под дугу удобным способом, бегать наперегонки. Развивать умение соревноваться, передавать эстафету.

Описаниеигры: дети распределяются на три колонны поровну. На расстоянии 2м от исходной черты ставятся дуги или обручи, можно натянуть шнур, затем на расстоянии 3м. ставятся флажки на подставке. Дается задание: по сигналу воспитателя выполнить подлезание под дугу, затем прыжками на двух ногах допрыгать до флажка, обогнуть его и бегом вернуться в конец своей колонны.

Варианты: вводится усложнение: натягивается верёвка на высоте – 60см, дети должны не касаясь руками пола подлезть под шнуром.

«КОРШУН И НАСЕДКА»

Задачи: учить детей двигаться в колонне, держась друг за друга крепко, не разрывая сцепления. Развивать умение действовать согласованно, ловкость.

Описаниеигры: в игре участвуют 8-10 детей, одного из игроков выбирают коршуном, другого наседкой. Остальные дети – цыплята, они становятся за наседкой, образуя колонну. Все держаться друг за друга. В стороне гнездо коршуна. По сигналу он вылетает из гнезда и старается поймать цыплёнка, стоящего в колонне последним. Наседка вытягивая руки в стороны, не даёт коршуну схватить цыплёнка. Все цыплята следят за движениями коршуна и быстро двигаются за наседкой. Пойманный цыплёнок идёт в гнездо коршуна.

Варианты: если детей много можно играть двумя группами.

«ДВА МОРОЗА» (бег)

Задачи: учить детей перебежать в рассыпную с одной стороны площадки на другую, увёртываясь от ловишки, действовать по сигналу, сохранять неподвижную позу.

Развивать выдержку, внимание. Закрепить бег с захлестом голени, боковой галоп.

Описание игры: на противоположных сторонах площадки обозначается два дома, в одном из них находятся игроки. Посередине площадки лицом к ним становится водящие – Мороз- красный нос, он говорит:

«Я мороз – красный нос.

Кто из вас решится

В путь дороженьку пуститься?»

Дети отвечают хором:

«Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз»

После этого они перебегают через площадку в другой дом, мороз их догоняет и старается заморозить. Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг мороз, и стоят так до окончания пробежки. Мороз подсчитывает, сколько играющих удалось при этом

заморозить, учитывается, что играющие выбежавшие из дома до сигнала или оставшиеся после сигнала, тоже считаются замороженными.

Варианты: игра протекает так же, как и предыдущая, но в ней два мороза (Мороз-Красный нос и Мороз-Синий нос). Стоя посередине площадки лицом к детям, они произносят:

Мы два брата молодые, Я Мороз - Синий нос.
Два мороза удалые, Кто из вас решится
Я Мороз-Красный нос, В путь-дороженьку пуститься?

«ГОРИ, ГОРИ ЯСНО!» (бег)

Описание игры: Количество игроков: четное. Играющие, выстраиваются парами друг за другом — в колонку. Игроки берутся за руки и поднимают их вверх, образуя «ворота». Последняя пара проходит «под воротами» и становится впереди, за ней идет следующая пара. «Горящий» становится впереди, шагов на 5—6 от первой пары, спиной к ним. Все участники поют или приговаривают:

Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло!

Глянь на небо,
Птички летят,

Колокольчики звенят:

— Дин - дон, дин - дон,

Выбегай скорее вон!

По окончании песенки двое играющих, оказавшись впереди, разбегаются в разные стороны, остальные хором кричат:

Раз, два, не воронь,

А беги, как огонь!

«Горящий» старается догнать бегущих. Если игрокам удастся взять друг друга за руки, прежде чем одного из них поймает «горящий», то они встают впереди колонны, а «горящий» опять ловит, т. е. «горит». А если «горящий» поймает одного из бегающих, то он встает с ним, а водит игрок, оставшийся без пары.

«КОЛЬЦЕБРОСЫ» (метание)

Задачи: учить детей набрасывать кольца на колышки, стараясь набросить как можно больше колец. Развивать глазомер, ловкость, выдержку.

Описание игры: дети договариваются, по сколько колец будет бросать каждый, становятся в порядке очередности за первую линию, набрасывают кольца на колышки.

После того как все игроки выполняют задание подсчитывают, кто больше колец забросил на колышки.

Варианты:

Дети встают у второй линии и бросают кольца.

Кольцебросы могут быть настольными, маленьких размеров.

«ПАСТУХ И СТАДО»

Цель: Закрепить у детей умение ползать на четвереньках по прямой. Развивать внимание.

Описание: ети изображают стадо (коров, телят). Выбирают пастуха. Ему вручают пастушью шапку, хлыст и рожок. Стадо собирается на скотном дворе. Пастух стоит в отдалении. Воспитатель произносит:

Ранним – рано поутру

Пастушок: «Ту – ру – ру – ру!»

А коровки в лад ему

Затянули: «Му – му – му!»

На слова «ту-ру-ру-у» пастушок играет в рожок, после слов «му-му-му» коровки мычат. Затем дети становятся на четвереньки, и стадо идет на зов пастуха. Он гонит их в поле (на другую сторону площадки). Там стадо пасется некоторое время, затем пастух гонит его обратно в хлев. Выбирают нового пастуха. Игра повторяется 2—3 раза.

Указания. Для игры нужна достаточно просторная площадка. Дети не должны сбиваться в одно место.

ПОСПЕШИ, НО НЕ УРОНИ (эстафета)

Цель: Развивать равновесие. Формировать правильную осанку.

Описание: Дети (с мешочками песка на голове или на ладони вытянутой вперед руки) по 6—10 человек перебегают с одного конца площадки на другой, стараясь обогнать друг друга.

ВСТРЕЧНЫЕ ПЕРЕБЕЖКИ (бег)

Цель: Развивать у детей ловкость, быстроту. Учить выполнять правила игры.

Описание: Группа делится пополам. Играющие становятся на противоположных сторонах площадки за линиями в шеренгу на расстоянии не менее шага друг от друга. У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета – синие, желтые. По сигналу воспитателя «синие», дети с синими ленточками бегут на противоположную сторону. Стоящие напротив дети протягивают вперед ладошки и ждут, когда бегущие прикоснутся к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону площадки, останавливается за чертой, поворачивается и поднимает руки вверх. И т.д.

КТО ЛЕТАЕТ? (малоподвижная игра)

Цель: Развивать внимание.

Описание: Дети с воспитателем стоят по кругу. Воспитатель называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают и нелетают. Называя предмет, воспитатель поднимает руки вверх. Например, воспитатель говорит: «Ворона летает, стол летает, самолет летает» и т. д. Дети поднимают обе руки вверх и произносят слово «летает» только в том случае, если воспитатель назвал летающий предмет.

Указания. На роль водящего назначаются и дети. Игра проводится сначала в медленном темпе, затем в быстром.

СВОБОДНОЕ МЕСТО (бег)

Цель: Развивать ловкость, быстроту; умение не сталкиваться.

Описание: Играющие сидят на полу по кругу, скрестив ноги. Воспитатель вызывает двух рядом сидящих детей. Они встают, становятся за кругом спинами друг к другу. По сигналу «раз, два, три — беги» бегут в разные стороны, добегают до своего места и садятся. Играющие отмечают, кто первым занял свободное место. Воспитатель вызывает двух других детей. Игра продолжается.

Указания. Можно вызвать для бега и детей, сидящих в разных местах круга.

ЛЯГУШКИ И ЦАПЛИ (бег, прыжки)

Цель: Развивать у детей ловкость, быстроту. Учить прыгать вперед-назад через предмет.

Описание: Границы болота (прямоугольник, квадрат или круг), где живут лягушки, отмечаются кубами (сторона 20 см), между которыми протянуты веревки. На концах веревок мешочки с песком. Поодаль гнездо цапли. Лягушки прыгают, резвятся в болоте. Цапля (водящий) стоит в своем гнезде. По сигналу воспитателя она, высоко поднимая ноги, направляется к болоту, перешагивает веревку и ловит лягушек. Лягушки спасаются от цапли — они выскакивают из болота. Пойманных лягушек цапля уводит к себе в дом. (Они остаются там, пока не выберут новую цаплю.) Если все лягушки успеют выскочить из болота и цапля никого не поймает, она возвращается к себе в дом одна. После 2—3 игры выбирается новая цапля.

Указания. Вербки накладывают на кубы так, чтобы они могли легко упасть, если задеть их при прыжке. Упавшую веревку снова кладут на место. Играющие (лягушки) должны равномерно располагаться по всей площади болота. В игре могут быть и 2 цапли.

ВОЛК ВО РВУ (прыжки)

Цель: Учить детей перепрыгивать. Развивать ловкость.

Описание: Поперек площадки (зала) двумя параллельными линиями на расстоянии около 100 см одна от другой обозначен ров. В нем находится водящий - волк. Остальные дети — козы. Они живут в доме (стоят за чертой вдоль границы зала). На противоположной стороне зала линией отделено поле. На слова «Козы, в поле, волк во рву!» дети бегут из дома в поле и перепрыгивают по дороге через ров. Волк бежит во рву, стараясь осалить прыгающих коз. Осаленный ходит в сторону. Воспитатель говорит: «Козы, домой!» Козы бегут домой, перепрыгивая по пути через ров. После 2—3 перебежек выбирается или назначается другой водящий.

Указания. Коза считается пойманной, если волк коснулся ее в тот момент, когда она перепрыгивала ров, или если она попала в ров ногой. Для усложнения игры можно выбрать 2 волков

СТОП!

Цель: Развивать внимание и быстроту. Воспитывать выдержку.

Описание: Все играющие становятся на линии, проведенной вдоль одной стороны площадки. На противоположной стороне кружком (диаметр 2—3 шага) обозначается дом водящего. Водящий стоит спиной к детям и говорит: «Быстро шагай, смотри, не зевай! Стоп!» На каждое его слово все шагают вперед. Как только водящий произносит «Стоп!» — дети останавливаются, а водящий оглядывается и смотрит, кто не успел замереть на месте и шевельнулся. Он называет этих детей, они возвращаются на исходную линию. Затем водящий снова поворачивается спиной к играющим и говорит: «Быстро шагай...» Все продолжают шагать вперед с того места, где их застал сигнал «стоп». Вернувшиеся на исходную линию двигаются оттуда. Игра продолжается до тех пор, пока кто-нибудь из детей не подойдет близко к водящему и не встанет в его дом раньше, чем он скажет: «Стоп!» Тот, кому это удастся, становится водящим.

Указания. Водящий может произносить слова в любом темпе. Воспитатель следит, чтобы дети на каждое слово делали шаг, но не бежали и не прыгали. Можно провести вариант игры с прыжками вперед на двух ногах.

НАЙДИ И ПРОМОЛЧИ (малоподвижная)

Цель: Развивать внимание. Воспитывать выдержку.

Описание: Дети стоят в шеренге лицом к воспитателю. Он предлагает им повернуться и закрыть глаза, а сам в это время прячет какой-нибудь предмет. По разрешению воспитателя дети поворачиваются, открывают глаза и приступают к поискам спрятанного

предмета. Нашедший предмет подходит к воспитателю и тихо на ухо говорит, где он его нашел. Если он сказал правильно, то отходит в сторону. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не найдут спрятанный предмет.

Указания. Воспитатель поручает прятать предмет и самим детям. Если кто-то затрудняется в поисках, можно подсказывать ему, говоря «холодно» или «жарко».

ФИЛИН И ПТАШКИ (бег)

Цель: Развивать у детей ловкость и быстроту.

Описание Закрепить название птиц.

Играющие выбирают филина, он прячется в свое гнездо. Подражая крику той птицы, которую выбрали, играющие «летят» по площадке. На сигнал «Филин!» все птицы стараются улететь в свои гнезда. Если филин успеет кого-то поймать, то он должен угадать, какая это птица, и только тогда пойманный становится филином.

Указания. Перед началом игры играющие называют птиц, голосу которых смогут подражать. Гнезда птиц и филина лучше устраивать на высоких предметах. Прячутся каждый в своем гнезде.

ЗЕМЛЯ, ВОДА, ВОЗДУХ (метание)

Цель: Учить детей ловить мяч. Развивать ловкость и внимание, быстроту. Закрепить название рыб, птиц.

Место и инвентарь. Зал, площадка; малый мяч.

Подготовка к игре. Играющие садятся по кругу. Руководитель с мячом в руках становится в середине круга.

Описание игры. Игра начинается по указанию руководителя, который бросает любому из игроков малый мяч, называя одно из слов: земля, вода, воздух. Например, он говорит: «Вода». Игрок, которому руководитель бросил мяч, должен поймать его и быстро назвать рыбу или животное, живущее в воде (например, щука). Если учитель называет слово «воздух», то нужно назвать какую-нибудь птицу. После этого игрок бросает мяч другому игроку, называя одно из указанных слов. Можно в промежутке сказать: «Огонь». Тогда игрок должен ответить: «Горит, горит!» Игрок, допустивший ошибку, садится на расстоянии одного шага за круг и сидит до тех пор, пока кто-нибудь из игроков не допустит ошибку. Тогда тот садится за круг, первый идет на свое место в кругу. Побеждает игрок, ни разу не допустивший ошибку.

ИГОЛКА, НИТКА И УЗЕЛ (бег)

Цель: учить действовать согласованно друг с другом; ловкость и быстроту.

Место. Зал, площадка.

Подготовка к игре. Играющие выбирают троих водящих — «иглолку», «нитку» и «узел».

Кроме водящих, все соединяют руки и становятся по кругу. Водящие становятся полукругом.

Описание игры. Игра начинается по указанию руководителя. «Иголлка» бежит зигзагом под руками игроков, стоящих по кругу. Задача водящих: «нитка» должна догнать «иглолку», «узел» — «нитку». Нитка и узел бегут за иглолкой в том же направлении. Если узел догонит нитку или нитка — иглолку, а также если нитка и узел перепутают путь движения за иглолкой, то выбирают новых водящих, и игра начинается сначала.

Правила игры. 1. Игрокам, стоящим по кругу, не разрешается трогать водящих руками и мешать им. 2. Нитка и узел должны бежать по тому же пути, что и иглолка.

ПТИЦА БЕЗ ГНЕЗДА (бег)

Цель: развивать внимание; быстроту.

Место. Зал, площадка.

Подготовка к игре. Выбирают водящего, «птенца без гнезда». Играющие встают в круг по два, лицом к центру. Первые игроки ставят руки на бедра — это «гнезда»; вторые игроки ставят руки первым на плечи — это «птицы». Водящий стоит в середине круга.

Описание игры. Водящий говорит: «Все птицы, в полет!» Птицы оставляют свои гнезда и летают за водящим, руками имитируя движения крыльев. Внезапно водящий говорит: «Птицы, в гнезда!» Играющие бегут к стоящим по кругу игрокам и становятся за любым из них, положив ему руки на плечи. Водящий также старается занять одно из гнезд. Игрок, оставшийся без гнезда, становится водящим. После этого играющие меняются местами и ролями, и игра начинается сначала.

Правила игры. 1. После команды «Птицы, в полет!» играющие должны оставить свои гнезда. 2. Вернуться в гнездо разрешается только после команды «Птицы, в гнезда!».

МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ (бег)

Цель: Развивать внимание. Воспитывать выдержку.

Место. Зал, площадка.

Подготовка к игре. Играющие выбирают водящего. Игроки, кроме водящего, становятся в круг на расстоянии вытянутых рук и обводят мелом вокруг ног небольшие кружочки.

Водящий становится в середину большого круга.

Описание игры. Игра начинается по указанию руководителя. Водящий ходит между игроками зигзагом. Проходя мимо какого-либо игрока, он говорит: «Море волнуется!» Игрок, которому водящий сказал эти слова и слегка коснулся его плеча, присоединяется к нему. Таким образом водящий приглашает игроков следовать за собой. Когда соберет в колонну приблизительно половину или всех играющих, если их мало, он водит их по всей площадке. Игроки подражают движениям волн. Водящий говорит: «Море спокойно!» Игроки стараются встать в один из кружков. Водящий также старается занять один из кружков. Оставшийся без кружка становится водящим, и игра повторяется.

Правила игры. 1. Бежать к кружкам разрешается только после команды «Море спокойно!». 2. Не разрешается выталкивать друг друга из кружков.

ТРОЙКА

Цель: развивать чувство ритма; ловкость и быстроту.

Место. Зал, площадка.

Подготовка к игре. Играющие становятся по четыре человека, образуя «тройки»: трое становятся в один ряд и соединяют руки, четвертый становится за ними и берет передних за свободные руки. Первые три игрока изображают лошадок, сзади стоящий — кучер.

Описание игры. По сигналу руководителя тройки начинают ритмично двигаться одна за другой по площадке. Играющие идут под музыку, или руководитель подсчитывает темп.

Игроки двигаются то шагом, то бегом, то подскоками. Внезапно руководитель дает сигнал, после которого играющие разъединяют руки и разбегаются в разные стороны по площадке. Руководитель дает второй сигнал, после которого кучера ловят своих лошадок и запрягают их (составляют тройки, как в начале игры). Тройка, первой справившаяся с заданием, считается победительницей.

Правила игры. 1. Игрокам не разрешается разъединять руки и разбежаться раньше сигнала руководителя. 2. Пойманные игроки не должны вырываться.

Вариант игры. 1. Лошадки в свободных руках держат концы скакалки – «вожжи», и кучер ими управляет. 2. Две лошадки и кучер.

Подвижная игра «Воевода» (метание)

Цель: упражнять детей в прокатывании, бросании и ловле мяча, в умении согласовывать движение со словом, развивать внимание, ловкость.

Описание игры: Играющие по кругу перекатывают мяч от одного к другому, произнося:

-Катится яблоко в круг хоровода,

-Кто его поднял, тот воевода...

Ребенок, у которого в этот момент окажется мяч - воевода. Он говорит:

-Я сегодня воевода.

-Я бегу из хоровода.

Бежит за кругом, кладет мяч на пол между двумя игроками. Дети хором говорят:

Раз, два, не воронь

И беги как огонь!

Игроки бегут по кругу в противоположные стороны, стараясь раньше напарника схватить мяч. Тот, кто первым добежал и схватил мяч, катит его по кругу. Игра продолжается.

Прокатывать или перебрасывать мяч только рядом стоящему игроку. Нельзя мешать игроку, бегущему за кругом. Выиграл тот, кто первым коснулся мяча.

Подвижная игра «Зайцы и Волк» (бег, прыжки)

Цель: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле.

Описание игры: Одного из играющих назначают волком, остальные изображают зайцев.

На одной стороне площадки зайцы отмечают себе места шишками, камушками, из которых выкладывают кружочки или квадраты. Вначале игры зайцы стоят на своих местах. Волк находится на противоположном конце площадки – в овраге. Воспитатель говорит: «Зайки скачут, скок – скок – скок, на зеленый на лужок. Травку щиплют, слушают, не идет ли волк». Зайцы выпрыгивают из кружков и разбегаются по площадке.

Прыгают на 2 ногах, присаживаются, щиплют траву и оглядываются в поисках волка.

Воспитатель произносит слово «Волк», волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться. Зайцы убегают каждый на свое место, где волк их уже не может настигнуть. Пойманных зайцев волк отводит себе в овраг. После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирается другой волк. Зайцы выбегают при словах – зайцы скачут. Возвращаться на места можно лишь после слова «Волк! ».

Нельзя ловить тех зайцев, которым подала лапу зайчиха - мать. На пути поставить кубы – пенечки, зайцы оббегают их. Выбрать 2 волков. Волку перепрыгнуть через преграду – ручей.

Подвижная игра «Перелёт птиц»

Цель: развивать реакцию на словесные сигналы. Упражняться в лазании по гимнастической лестнице.

Описание игры: Дети стоят на одном конце зала, они птицы. На другом конце зала вышка (гимнастическая стенка). По сигналу воспитателя: «Птицы улетают!» - птицы летят расправив крылья. По сигналу «Буря!» - птицы летят на вышку – скрываются от бури на деревьях. После слов: «Буря прекратилась», - птицы снова летят.

Подвижная игра «Пастух и стадо» (лазание)

Цель: закрепление умения играть по правилам игры. Упражнять в ползании на четвереньках по залу.

Описание игры: Выбирают пастуха, дают ему рожок и кнут. Дети изображают стадо (коров, телят, овец). Воспитатель произносит слова:

Рано-рано поутру

Пастушок: «Ту-ру-ру-ру».

А коровки в лад ему

Затянули: «Му-му-му».

Дети выполняют под слова действия, затем пастух гонит стадо в поле (на условленную лужайку, все бродят по ней). Через некоторое время пастух щёлкает кнутом, гонит стадо домой.

Игры-эстафеты

«Разгрузи машину». Перед командами стоит простая задача — разгрузить машину с кирпичами. Для этого с одной стороны площадки ставятся две коробки с кубиками («машины с кирпичами»), а с другой стороны располагаются игроки. Задача участников — добежать до «машины», взять «кирпич», вернуться к линии старта, положить ношу в обозначенное место и передать эстафету другому участнику. Побеждает та команда, которая быстрее перенесет все «кирпичи».

«Пройди через обручи». Две команды становятся друг за другом в колонну. На площадке раскладывается 3—4 обруча. Задача участников — добежать до поворотной стойки (это может быть стул, куст, камень, столб, какой-то предмет) и вернуться назад к линии старта. На пути вперед необходимо преодолеть препятствия: поднять каждый обруч, продеть через себя и положить на место.

«Перенеси арбузы». Для этой эстафеты вам понадобится шесть мячей разных размеров (по три для каждой команды). Перед каждым участником ставится задача: донести три «арбуза» до поворотной стойки и вернуться назад. Тот, кто уронил «арбузы», собирает их и продолжает движение к линии старта. Удерживать три мяча в руках, да еще и бежать при этом — трудная задача. Поэтому двигаются игроки медленно и осторожно.

«Соревнования мячей». Дети становятся в колонну друг за другом (на расстоянии одного шага) и передают мяч через голову соседу за спиной. Когда мяч попадает в руки игрока, завершающего колонну, он бежит вперед и становится во главе группы, остальные отходят на шаг назад. Игра продолжается до тех пор, пока все участники не попробуют себя в роли ведущего колонны. Есть еще один вариант этой игры: передавать мяч не через голову, а между ногами игроков.

«Общая картина». Для проведения этой игры вам понадобятся два мольберта, на которых закреплены чистые листы бумаги (можно упростить задачу и прикрепить два листа ватмана на стене). Рядом положите фломастеры или маркеры с толстым стержнем. Ведущий ставит перед командами задание — написать картину: портрет человека, кошку, дом, робота и т. д. (задание должно быть простым). Каждый участник должен добежать до «мольберта», нарисовать одну деталь образа и вернуться назад. Побеждает та команда, которая первой представит свой «шедевр».

«Меткие стрелки». На площадке кладется два обруча. С небольшого расстояния участники игры должны попасть теннисными мячами в обруч. У кого будет больше попаданий, тот и победил.

«Быстрее, выше, сильнее!» К пяти годам большинство подвижных игр для детей приобретают спортивный характер. «Быстрее, выше, сильнее!» — этот олимпийский девиз становится актуальным, насущным для старших дошкольников. И девочкам, и мальчикам одинаково интересны активные игры с элементами бега, прыжков, преодоления различных препятствий.

Картотека игр, конкурсов, эстафет на Новый год.

НОВОГОДНИЙ ВЕТЕРОК

Для проведения этого конкурса потребуется стол или любая ровная поверхность. Посередине необходимо проложить линию — можно использовать яркий скотч или обычные толстые нитки для вязания. Два ребенка присаживаются на корточки с двух сторон стола. На середину, где проведена линия, положен небольшой ватный «снежок». Задача — «передуть» снежок на сторону соперника.

Этот конкурс на Новый год в детском саду можно усложнить: устроить настоящий снежный буран на половине каждого из участников. Задача в этом случае сводится к тому, чтобы как можно скорее «передуть» все снежки на половину противника. передуть на сторону соперника).

СУГРОБИКИ

Дети делятся на две команды. Перед командами лежат два круга из ватмана или два белых коврики. Представитель команды должен, стоя на одном круге, взять другой и положить перед собой — встать на него. Действия повторяются до тех пор, пока ребенок не доберется по сугробикам до стула. Обратное нужно добраться до команды таким же способом.

СНЕЖНЫЙ БОЙ

Дети делятся на две команды.

На полу проведена линия. Команды становятся по обе стороны от линии. Для этого конкурса на Новый год в детском саду понадобятся комки из ваты, размером с теннисный мяч. Командам раздаются «снежки» поровну. Под музыку начинается снежный бой. Как только музыка заканчивается, дети подсчитывают, на половине чьей команды оказалось меньшее количество снежков. Эта команда выигрывает.

ЛЫЖНИК

Дети делятся на две команды.

Дети одевают маленькие детские пластиковые лыжи. На них нужно доехать до стула, обежать его, и, вернувшись, передать лыжи следующему игроку. Команда, раньше закончившая соревнование, считается победившей.

НЕ БУДИ МЕДВЕДЯ

Среди играющих выбирают медведя, он «спит в берлоге», остальные дети – зайки, они бегают, прыгают и шумят под музыку. Как только музыка заканчивается, медведь просыпается и с рычанием бросается за зайцами – они должны спрятаться по домикам – обручам, лежащим на полу.

КТО БЫСТРЕЕ

Дети делятся на 2 команды (например белочки и снеговички). На полу рассыпаны шишки и снежинки. Каждая команда под музыку собирает предметы в мешок или корзину.

Белочки – шишки, снеговички – снежинки.

Выигрывает та команда, которая без ошибок быстрее соберет свои предметы **СТАРЫЙ И НОВЫЙ ГОД**

Дети все, кроме одного, встают в круг. Ребенок, который не встал в круг — это Старый год: у него в руке свернутый в трубочку календарь на новый год. Старый год крадется по кругу с внешней стороны. Игрок, к которому он прикоснется, становится Новым годом и должен поймать Старый год и выхватить у него календарь. При этом Старый год может пересекать внутреннее пространство круга, а Новый год – нет. Пойманный год встает в круг вместе с другими игроками, а поймавший становится Старым годом.

ЛЕДЯНАЯ СОСУЛЬКА

Дети садятся в круг, под музыку они передают сделанную из фольги сосульку. Тот ребенок, в чьих руках окажется ледяная сосулька, когда музыка смолкнет, должен рассказать новогодний стишок или спеть песенку, чтобы не замерзнуть

СНЕГОВИЧКИ ПО ПАРАМ

Для этой игры нужно нечетное количество игроков. Если количество игроков четное, то к игре подключается взрослый.

Все дети, снеговички, делятся на пары. Ведущий дает команды. Например – встать плечом к плечу, сесть спиной друг к другу. Все команды нужно исполнять, но как только ведущий скажет: — Снеговик нашел пару, — каждый должен поменять партнера. Ведущий тоже пытается встать с кем-нибудь в пару.

Тот, кто остался без пары, становится ведущим.

Снежный завал

Играющие располагаются в шеренгу, по бокам которой лежат обручи. В одном обруче находятся предметы по числу участников (мячи, кубы, палки). Сидя боком друг к другу, по сигналу нужно разобрать «снежный завал», передавая предметы из рук в руки в другой обруч, а мячи прокатывать по полу под согнутыми ногами. Предметы передавать только из рук в руки.

Выигравшей считается команда, первой положившая последний предмет в обруч.

Украсть ёлку

Украшения по числу участников лежат в корзине перед стартом. Участники по очереди бегут к елке, преодолевая препятствия на своем пути (сугробы — набивные мячи, горку — наклонная доска). Победит команда, украсившая елку первой.

Валенки – скороходы

По сигналу участники надевают валенки и бегут до ориентира и обратно.

Сани

Играющие располагаются парами. По сигналу участники выполняют бег парами: один бежит в обруче, а другой сзади держится за обруч. Нужно бежать до ориентира (обежать снежный ком) и вернуться, передать обруч следующей паре. Стоящий сзади участник должен все время держаться за обруч. Игра заканчивается, когда последняя пара пересечет стартовую линию

Украсть ёлку

Украшения по числу участников лежат в корзине перед стартом. Участники по очереди бегут к елке, преодолевая препятствия на своем пути (сугробы — набивные мячи, горку — наклонная доска). Победит команда, украсившая елку первой.

Дуем на шарики.

Отмечаем верёвкой финишную линию. Дети отходят от неё на несколько метров и садятся на корточки. Каждый участник получает воздушный шарик, который он по сигналу "Старт" гонит перед собой, дуя на него. Победит тот, кто первым пересечёт финишную линию.

Советы: - Каждый шарик лучше пометить - например, написать фломастером имя ребёнка.

- Детям младше 5 лет бывает трудно пережить свой проигрыш. Чтобы не портить праздничное настроение, на финише можно каждому ребёнку предложить приз.

Кто больше наберет снежков.

Играют по двое детей. На пол рассыпают снежки из ваты. Детям завязывают глаза и дают по корзинке. По сигналу они начинают собирать снежки. Выигрывает тот, кто набрал большее количество снежков.

Поймай снежок.

Участвует несколько пар. Дети стоят друг против друга на расстоянии приблизительно 4 метра. У одного пустое ведерко, у другого мешочек с определенным количеством «снежков». По сигналу ребенок бросает снежки, а напарник старается поймать их ведром. Выигрывает пара, которая первой закончит игру и наберет большее количество «снежков».

Материально-техническое обеспечение

Музыкальный центр

-отличительные знаки, эмблемы, жетоны.

-грамоты, значки, медали.(для подведения итогов занятий и награждения)

Спортивное оборудование: кубики, ориентиры, веревки. Флажки, кочки, скамейки, платочки

Картотека подвижных игр

Картотека считалочек

Атрибуты по содержанию игры

фишки

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 1993.

Богданов В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие, 1990.

Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры – к спорту, 1985.

Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 1991.

Литвинова М.Ф. Русские народные игры. Москва, /Просвещение/ 1986.

Панкеев И. Русские народные игры.- Москва, 1998.

Шмаков С. Нетрадиционные праздники в школе.- /Новая школа/, Москва, 1997.

В.И.Лях, А.А. Зданевич. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов-М: «Просвещение»,2004г.

«Физическая культура» № 3 – 2006г, научно-методический журнал.

Авторская программа «Третий оздоровительный урок физической культуры в общеобразовательной школе».

В.Т. Кудрявцев, Б.Б.Егоров Развивающая педагогика оздоровления – М., 2000г.

Д.З. Шибакова, «Наука быть здоровым» - Челябинск, Южно - Урал. Книжн. Издательство.1997г.

Г.К.Зайцев, А.Г.Зайцев, «Твое здоровье» Укрепление организма. –Санкт – Петербург 2006г.

А.П.Колтановский, «Тропы и дорожки здоровья» - М., Ф. и Спорт,1986г.
Устюжанина Л.В. «Опыт организации и проведения уроков здоровья»,
Курган-2000г.
Журнал «Начальная школа» № 7 2007 год
М.Ф. Литвинова «Русские народные подвижные игры»

Оформление календарного учебного графика 2016-2017 учебный год

№ п. п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Кол – во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	01.09.2016	16.00-16.45	1	«Ворон» «ЛОВИШКИ» (Бег) ПОСПЕШИ, НО НЕ УРОНИ (эстафета)	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
2	сентябрь	08.09.2016	16.00-16.45	1	«Растеряхи» «Кто у нас хороший?» «УГОЛКИ» (бег) КТО СКОРЕЕ ДОБЕРЁТСЯ ДО ФЛАЖКА» (прыжки, эстафета)	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
3	сентябрь	15.09.16	16.00-16.45	1	«Огуречик» «ПОЖАРНЫЕ НА УЧЕНЬЕ» (лазанье) «Разгрузи машину»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
4	сентябрь	22.09.16	16.00-16.45	1	«Обеги круг» «Хитрая лиса» «Пройди через обручи».	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
5	сентябрь	29.09.16	16.00-16.45	1	«Ворон» «ЛОВИШКИ» (Бег) ПОСПЕШИ, НО НЕ УРОНИ (эстафета) «Растеряхи» «Кто у нас хороший?» «УГОЛКИ» (бег) КТО СКОРЕЕ ДОБЕРЁТСЯ ДО ФЛАЖКА» (прыжки, эстафета) «Огуречик» «ПОЖАРНЫЕ НА УЧЕНЬЕ» (лазанье) «Разгрузи машину» «Обеги круг» «Хитрая лиса» «Пройди через обручи».	Д.о №1 спорт. зал	Проведение итоговых занятий
1	октябрь	06.10.2016	16.00-16.45	1	«Репка» «ПАРНЫЙ БЕГ» (бег) «Перенеси арбузы».	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
2	октябрь	13.10.2016	16.00-16.45	1	«Сороконожка»	Д.о №1	Наблюдение

					«МЫШЕЛОВКА» (бег) «Соревнования мячей».	спорт. зал	
3	октябрь	20.10.2016	16.00-16.45	1	«Ловушка» Подвижная игра «Пастух и стадо» (лазание) Общая картина	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
4	октябрь	27.10.2016	16.00-16.45	1	«Репка» «ПАРНЫЙ БЕГ» (бег) «Перенеси арбузы». «Сороконожка» «МЫШЕЛОВКА» (бег) «Соревнования мячей» «Ловушка» Подвижная игра «Пастух и стадо» (лазание) Общая картина	Д.о №1 спорт. зал	Проведение итоговых занятий
1	ноябрь	03.11.2016	16.00-16.45	1	«Баба - Яга» «МЫ ВЕСЁЛЫЕ РЕБЯТА» (бег) «Меткие стрелки».	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
2	ноябрь	10.11.2016	16.00-16.45	1	«Медведь» Подвижная игра «Зайцы и Волк» (бег, прыжки) «Быстрее, выше, сильнее!»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
3	ноябрь	17.11.2016	16.00-16.45	1	«Чурилки» Подвижная игра «Воевода» (метание)	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
4	ноябрь	24.11.2016	16.00-16.45	1	«Баба - Яга» «МЫ ВЕСЁЛЫЕ РЕБЯТА» (бег) «Меткие стрелки». «Медведь» Подвижная игра «Зайцы и Волк» (бег, прыжки) «Быстрее, выше, сильнее!» «Чурилки» Подвижная игра «Воевода» (метание)	Д.о №1 спорт. зал	Проведение итоговых занятий
1	декабрь	01.12.2016	16.00-16.45	1	НОВОГОДНИЙ ВЕТЕРОК СУТРОБИКИ СНЕЖНЫЙ БОЙ Сани	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
2	декабрь	08.12.2016	16.00-16.45	1	ЛЫЖНИК	Д.о №1	Наблюдение

					НЕ БУДИ МЕДВЕДЯ Снежный завал Украсть ёлку Дуем на шарики Поймай снежок КТО БЫСТРЕЕ	спорт. зал	
3	декабрь	15.12.2016	16.00-16.45	1	«Мороз красный нос» ЛЕДЯНАЯ СОСУЛЬКА СНЕГОВИЧКИ ПО ПАРАМ Валенки – скороходы	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
4	декабрь	22.12.206	16.00-16.45	1	НОВОГОДНИЙ ВЕТЕРОК СУГРОБИКИ СНЕЖНЫЙ БОЙ Сани ЛЫЖНИК НЕ БУДИ МЕДВЕДЯ Снежный завал Украсть ёлку Дуем на шарики Поймай снежок КТО БЫСТРЕЕ «Мороз красный нос» ЛЕДЯНАЯ СОСУЛЬКА СНЕГОВИЧКИ ПО ПАРАМ Валенки – скороходы	Д.о №1 спорт. зал	Проведение итоговых занятий
1	январь	05.01.2017	16.00-16.45	1	Шаром в лунке ВОЛК ВО РВУ (прыжки) «Шарик в корзинку»	Д.о №1 сп КТО ЛЕТАЕТ? (малоподви жная игра) орт. зал	Наблюдение
2	январь	12.01.2017	16.00-16.45	1	СТАРЫЙ И НОВЫЙ ГОД Зайки ФИЛИН И ПТАШКИ (бег) «Поединок с ракетками»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
3	январь	19.01.2017	16.00-16.45	1	Прыганье со связанными ногами «ГУСИ - ЛЕБЕДИ» (бег)	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
4	январь	26.01.2017	16.00-16.45	1	Шаром в лунке ВОЛК ВО РВУ (прыжки) «Шарик в корзинку» СТАРЫЙ И НОВЫЙ ГОД Зайки ФИЛИН И ПТАШКИ (бег)	Д.о №1 спорт. зал	Проведение итоговых занятий

					Прыганье со связанными ногами «ГУСИ - ЛЕБЕДИ» (бег)		
1	февраль	02.02.2017	16.00-16.45	1	«Солнце» «СДЕЛАЙ ФИГУРУ» (бег) «Быстрее принеси»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
2	февраль	09.02.2017	16.00-16.45	1	ЗЕМЛЯ, ВОДА, ВОЗДУХ (метание) НАЙДИ И ПРОМОЛЧИ (малоподвижная) «Теремок» МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ (бег) «Мастер мяча»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
3	февраль	16.02.2017	16.00-16.45	1	Укротитель диких зверей СТОП! «Сумма прыжков»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
4	февраль	23.02.2017	16.00-16.45	1	«Солнце» «СДЕЛАЙ ФИГУРУ» (бег) «Быстрее принеси» ЗЕМЛЯ, ВОДА, ВОЗДУХ (метание) НАЙДИ И ПРОМОЛЧИ (малоподвижная) «Теремок» МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ (бег) «Мастер мяча» Укротитель диких зверей СТОП! «Сумма прыжков»	Д.о №1 спорт. зал	Проведение итоговых занятий
1	март	02.03.2017	16.00-16.45	1	Малечина – калечина «КАРАСИ И ЩУКА» (бег) «Снайперы»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
2	март	09.03.2017	16.00-16.45	1	«Ловитки» ПТИЦА БЕЗ ГНЕЗДА (бег) Большой мяч ИГОЛКА, НИТКА И УЗЕЛ (бег) «Догони»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
3	март	16.03.2017	16.00-16.45	1	«Горелки» ЛЯГУШКИ И ЦАПЛИ (бег, прыжки) «Сова» ТРОЙКА «Шар за черту»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
4	март	23.03.2017	16.00-16.45	1	Малечина – калечина «КАРАСИ И ЩУКА» (бег) «Снайперы» Ловитки» ПТИЦА БЕЗ ГНЕЗДА (бег) Большой мяч ИГОЛКА, НИТКА И УЗЕЛ (бег) «Догони» «Горелки» ЛЯГУШКИ И ЦАПЛИ	Д.о №1 спорт. зал	Проведение итоговых занятий

					(бег, прыжки) «Сова» ТРОЙКА «Шар за черту»		
1	апрель	06.04.2017	16.00-16.45	1	ЕЛЫ «ВСТРЕЧНЫЕ ПЕРЕБЕЖКИ» (бег) «Комбинированная эстафета»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
2	апрель	13.04.2017	16.00-16.45	1	«Ястреб» Подвижная игра «Перелёт птиц» «Комбинированная эстафета»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
3	апрель	20.04.2017	16.00-16.45	1	Удочка (Рыбка, Поймать рыбку) «Не урони палку»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
4	апрель	27.04.2017	16.00-16.45	1	ЕЛЫ «ВСТРЕЧНЫЕ ПЕРЕБЕЖКИ» (бег) «Комбинированная эстафета» «Ястреб» Подвижная игра «Перелёт птиц» «Комбинированная эстафета» Удочка (Рыбка, Поймать рыбку) «Не урони палку»	Д.о №1 спорт. зал	Проведение итоговых занятий
1	май	04.05.2017	16.00-16.45	1	«Перетяжка» «ХИТРАЯ ЛИСА» (бег) «Классы»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
2	май	11.05.2017	16.00-16.45	1	«Бой петухов» СВОБОДНОЕ МЕСТО (бег) «Пробеги сквозь обруч»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
3	май	18.05.2017	16.00-16.45	1	«Гуси» «ПУСТОЕ МЕСТО» (бег) «Намотай шнур»	Д.о №1 спорт. зал	Наблюдение
4	май	25.05.2017	16.00-16.45	1	«Перетяжка» «ХИТРАЯ ЛИСА» (бег) «Классы» «Бой петухов» СВОБОДНОЕ МЕСТО (бег) «Пробеги сквозь обруч» «Гуси» «ПУСТОЕ МЕСТО» (бег) «Намотай шнур»	Д.о №1 спорт. зал	Проведение итоговых занятий

