

Администрация г. Улан-Удэ
Муниципальное казенное учреждение Комитет по образованию Администрации г. Улан-Удэ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД №67 «ПОДСНЕЖНИК» комбинированного вида г. Улан-Удэ
670034, г. Улан-Удэ, ул. Жуковского, 2а, телефон 44-14-69, 44-69-44.

Рассмотрено на
на педагогическом совете
протокол №1 от 08.09.2023г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №67
Б.Г. Доржиева



Программа дополнительного образования
физкультурно - оздоровительной направленности "Спортик"
для детей 4-6 лет и их родителей

Срок реализации программы: 1 год

Составитель: Афанасьев
Вячеслав Викторович

Содержание Программы:

№ п/п	Разделы Программы	Страница
1.	Паспорт Программы	
2.	Пояснительная записка	
3.	Учебно-тематический план дополнительной образовательной программы	
4.	Результаты мониторинга реализации программы	
5.	Список используемой литературы	
6.	Приложение	

I. Паспорт программы

Наименование Программы	Программа дополнительного образования физкультурно – оздоровительной направленности "Спортик" для детей 4-6 лет и их родителей
Основание для разработки Программы	Закон РФ «Об образовании» Закон «Об образовании» Республики Бурятия Локальные акты по дополнительному образованию МБДОУ
Заказчик Программы	Родители, педагоги ДОУ
Исполнители Программы	Инструктор по ФК
Разработчики Программы	Афанасьев Вячеслав Викторович инструктор по физической культуре
Адрес образовательного учреждения – исполнителя Программы	г.Улан-Удэ ул.Жуковского 2 а
Целевые группы	Программа рассчитана на работу с детьми средней и старших групп совместно с родителями
Срок реализации Программы	1 год
Цель Программы	Обеспечение эмоционального развития, развития координационных способностей детей средней и старшей групп через организацию активной двигательной деятельности
Задачи Программы	<u>Образовательные:</u> формировать у родителей осознанного отношения к своему здоровью и здоровью своих детей через активную двигательную деятельность; формировать привычку к здоровому образу жизни; познакомить с подвижными играми. <u>Развивающие:</u> развивать межличностное общение ребенка с взрослым и сверстниками <u>Воспитательные:</u> воспитывать чувства коллективизма, ответственности; создать положительный эмоциональный комфорт у детей и взрослых в процессе общения друг с другом.
Проблемы, которые призвана решить Программа	Недостаточность эмоционального контакта ребенка со взрослыми (педагогами, родителями); проявление неуверенности в своих силах и способностях. Слабо развиты: координация движений, правильные двигательные умения и навыки выполнения основных

	<p>движений у детей данного возраста.</p> <p>Недостаточность знаний у родителей в вопросах сохранения здоровья детей, организации активной двигательной деятельности детей в домашних условиях.</p>
Ожидаемые результаты	<p>будут сформированы двигательные умения и навыки детей в соответствии с возрастными особенностями.</p> <p>формирование сознательной деятельности, в которой проявляется и развивается умение анализировать сопоставлять, обобщать и делать выводы.</p> <p>развитие у детей способностей к действиям, которые имеют значение в повседневной практической деятельности, в самих занятиях играми, а также в гимнастике, спорте и туризме.</p> <p>умение взаимодействовать в коллективе, в зависимости от качества выполнения роли тот или иной участник подвижной игры может заслужить поощрение или, наоборот, неодобрение товарищей.</p> <p>вырабатывают координированные, экономные и согласованные движения</p> <p>приобретают умения быстро входить в нужный темп и ритм работы, ловко и быстро выполнять разнообразные двигательные задачи, проявляя при этом необходимые усилия и настойчивость, что важно в жизни.</p>
Система организации контроля за исполнением Программы	<p>Исполнение представленной программы анализируется два раза в год в соответствии с педагогическим мониторингом.</p> <p>Отчет об исполнении заслушивается один раз в год на итоговом педагогическом совете ДОУ.</p>

Пояснительная записка

Папа и мама, когда видят, что ребенок сидит у телевизора или за компьютером, говорят, что у них в детстве ни компьютера, ни DVD, ни игровых приставок не было, а по телевизору шёл один канал, и любимой передачей была программа «В гостях у сказки», которая шла только в субботу. Все остальное свободное время они играли с друзьями, а то и всей улицей. Современные дети чаще всего играют в компьютерные игры, а в подвижные коллективные игры – только на уроках физкультуры, редко – с друзьями на улице. Самым замечательным и полезным способом развлечения является *игра*.

Игра — относительно самостоятельная деятельность детей и взрослых. Она удовлетворяет потребность людей в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил.

Подвижная игра относится к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Для подвижной игры характерны активные творческие двигательные действия, мотивированные ее сюжетом. Эти действия частично ограничиваются правилами (общепринятыми, установленными руководителем или играющими), направленными на преодоление различных трудностей на пути к достижению поставленной цели.

Подвижные игры классифицируются по возрасту, по степени подвижности ребенка в игре (игры с малой, средней, большой подвижностью), по видам движений (игры с бегом, метание и т.д.), по содержанию (подвижные игры с правилами и спортивные игры).

В теории и методике физического воспитания принята следующая классификация игр.

К подвижным играм с правилами относятся сюжетные и несюжетные игры. К спортивным играм — баскетбол, городки, настольный теннис, хоккей, футбол и др.

Сюжетные подвижные игры отражают в условной форме жизненный или сказочный эпизод. Ребенка увлекают игровые образы. Он творчески воплощается в них, изображая кошку, воробышка, автомобиль, волка, гуся, обезьяну и т.д.

Сюжетные подвижные игры содержат интересные детям двигательные игровые задания, ведущие к достижению цели. Эти игры делятся на игры типа перебежек, ловишек; игры с элементами соревнования («Кто скорее добежит к своему флажку?» и т. п.); игры-эстафеты («Кто скорее передаст мяч?»); игры с предметами (мячи, обручи, серсо, кегли и т.п.). В работе с

самыми маленькими детьми используют игры-забавы («Ладушки», «Коза рогатая» и др.). приемов, направленных на формирование личности ребенка, умелое дидактическое руководство игрой. Методика проведения подвижных игр включает в себя неограниченные возможности комплексного использования разнообразных.

Ярко выражаемая в подвижных играх деятельность различных анализаторов создает благоприятные возможности для тренировки функций коры головного мозга, для образования новых временных как положительных, так и отрицательных связей, увеличения подвижности нервных процессов.

Содержание подвижной игры составляют ее сюжет (тема, идея), правила и двигательные действия. Содержание исходит из опыта человечества, передающегося от поколения к поколению.

Правила — обязательные требования для участников игры. Они обуславливают расположение и перемещение игроков, уточняют характер поведения, права и обязанности играющих, определяют способы ведения игры, приемы и условия учета ее результатов.

Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны. Они могут быть, например, подражательными, образно-творческими, ритмическими; выполняться в виде двигательных задач, требующих проявления ловкости, быстроты, силы и других физических качеств. В играх могут встречаться короткие перебежки с внезапными изменениями направления и задержками движения; различные метания на дальность и в цель; преодоление препятствий прыжком, сопротивлением силой; действия, требующие умения применять разнообразные движения, приобретенные в процессе специальной физической подготовки, и др. Все эти действия выполняются в самых различных комбинациях и сочетаниях.

К четырем годам у детей накапливается двигательный опыт, движения становятся более координированными. Учитывая этот фактор, педагог усложняет условия проведения игры: увеличивает расстояние для бега, метания, высоту прыжков; подбирает игры, упражняющие в ловкости, смелости, выдержке. В средней группе воспитатель уже распределяет роли среди детей. Роль ведущего поначалу поручается детям, которые могут с ней справиться.

Движения детей 5-6 лет отличаются большей координированностью, поэтому наряду с сюжетными и несюжетными играми широко используются игры с элементами соревнования, которые поначалу целесообразно вводить как соревнование между несколькими детьми, равными по физическим силам и уровню развития двигательных навыков.

Так, в игре «Кто скорее добежит до флажка?» задание выполняют 2-3 ребенка. По мере овладения детьми навыками ориентировки в пространстве вводятся соревнования по звеньям. Выигравшим считается звено, участники которого справятся с заданием быстро и правильно.

В подготовительной к школе группе большинство детей хорошо владеют основными движениями. Воспитатель обращает внимание на качество движений, следит за тем, чтобы они были легкими, красивыми, уверенными. Ребята должны быстро ориентироваться в пространстве, проявлять выдержку, смелость, находчивость, творчески решать двигательные задачи. Необходимо ставить перед ними в играх задачи для самостоятельного решения.

Таким образом, играя и реализуя различные формы активности, дети познают окружающий мир, себя, свое тело, свои возможности, изобретают, творят, при этом развиваясь гармонично и целостно.

Цель: обеспечение эмоционального развития, развития координационных способностей детей от 4-6 лет через организацию активной двигательной деятельности совместно с родителями.

Задачи:

Образовательные: формирование у родителей осознанного отношения к своему здоровью и здоровью своих детей через активную двигательную деятельность; формировать привычку к здоровому образу жизни; познакомить с подвижными играми.

Развивающие: развивать межличностное общение ребенка с взрослым и сверстниками

Воспитательные: воспитание чувства коллективизма, ответственности; создание положительного эмоционального комфорта у детей и взрослых в процессе общения друг с другом.

Учебно-тематический план дополнительной образовательной программы

Структура занятия. Вначале предлагается музыкальная зарядка для создания радостного, бодрого настроения, с целью привлечь внимание и интерес к предстоящей деятельности. Далее игровые задания и игры в ходьбе и беге, так как именно эти виды движений наиболее доступны детям дошкольного возраста. Затем проводятся подвижные игры и игровые упражнения в прыжках, метании, лазании, равновесии, несложные эстафеты и игры с мячом.

Все игры включены в определенный комплекс с учетом постепенного нарастания двигательной нагрузки, разнообразия и вариативности всех игровых заданий. В заключении – игры средней или малой интенсивности для уменьшения двигательной нагрузки.

Количество повторений игровых упражнений и игр зависит от их усвоения, физической подготовленности детей. Важно вовремя заметить признаки утомления: появление резкой бледности лица или, наоборот, его покраснение, одышка, иногда отказ от участия в игре. В этом случае ребенку нужен отдых.

В упражнениях и игровых заданиях, связанных с уменьшением площади опоры или проводимых на повышенной опоре обязательна поддержка и страховка.

№	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	Работа с родителями
Сентябрь				
1	«Музыкальная зарядка №1» ОРУ без предметов	Подвижная игра с бегом «Самолёты» Подвижные игры с прыжками «Зайцы и волк»	Малоподвижная игра №25 «Кто ушёл»	<i>Консультация «Анатомо-физиологические особенности детей 4-6 лет»</i>
2	«Музыкальная зарядка №1» ОРУ с малым мячом (10-12 см)	Подвижная игра с бегом «Найди себе пару» Подвижные игры с прыжками «Зайцы и волк»	Малоподвижная игра №8 «Пропавшие ручки»	По желанию приходят на занятие или скидываем в группу(соц.сет и) игру с указанием и содержанием
3	Музыкальная «Музыкальная зарядка №1»	Подвижная игра с бегом «Самолёты»	Малоподвижная игра №11 <u>«Светофор»</u>	

	ОРУ без предметов	Подвижные игры с ползанием и лазаньем «Пастух и стадо»		
4	«Музыкальная зарядка №1» ОРУ с палкой	Подвижная игра с прыжками «Зайка серый умывается» Подвижная игра с бегом «Бездомный заяц»	Малоподвижная игра №25 «Кто ушёл»	
5	«Музыкальная зарядка №1» ОРУ с палкой	Подвижные игры по выбору детей	Малоподвижная игра №1 «Собираем осенние листочки»	
Октябрь				
1	Музыкальная зарядка №2 ОРУ без предметов	Подвижная игра с бегом «Найди себе пару» Подвижные игры с бросанием и ловлей «Подбрось – лови!»	Малоподвижная игра №3 «Соберём лесные ягоды»	<i>Оформление плаката «Мы здоровые ребята!»</i> По желанию приходят на занятие или скидываем в группу(соц.сет и) игру с указанием и содержанием
2	Музыкальная зарядка №2 ОРУ с обручем	Подвижные игры с бегом «Цветные автомобили» Подвижные игры с ползанием и лазаньем «Пастух и стадо»	Малоподвижная игра №8 «Пропавшие ручки»	
3	Музыкальная зарядка №2 ОРУ с мячом большого диаметра	Подвижные игры с бросанием и ловлей «Подбрось – лови!» Подвижные игры с бросанием и ловлей «Мяч через сетку»	Малоподвижная игра №2 «Прятки с ёжиком»	
4	Музыкальная зарядка №2 ОРУ без предметов	Подвижные игры по выбору детей	Малоподвижная игра №1 «Собираем осенние листочки»	
Ноябрь				
1	Музыкальная зарядка №3 ОРУ с флажками	Подвижные игры с бросанием и ловлей «Мяч через сетку» Подвижная игра с бегом «Самолёты»	Малоподвижная игра №4 «Помоги ёлке»	<i>Игра-эстафета с мамами «Золотые медалисты»</i>

2	Музыкальная зарядка №3 ОРУ с палкой	Подвижная игра с прыжками «Зайка серый умывается» Подвижная игра с ползанием и лазаньем «Перелёт птиц»	Малоподвижная игра №12 «У меня, у тебя» Малоподвижная игра №14 «Ворота»	По желанию приходят на занятие или скидываем в группу(соц.сет и) игру с указанием и содержанием
3	Музыкальная зарядка №3 ОРУ с обручем	Подвижные игры с бросанием и ловлей «Подбрось – лови!» Подвижная игра с ползанием и лазаньем «Перелёт птиц»	Малоподвижная игра №23 «Земля, воздух, вода»	
4	Музыкальная зарядка №3 ОРУ без предметов	Подвижные игры по выбору детей	Малоподвижная игра №24 «Колечко»	

Декабрь

1	Музыкальная зарядка №4 ОРУ с кубиком	Подвижная игра с прыжками «Лиса в курятнике» Подвижная игра с бегом «Найди себе пару»	Малоподвижная игра №21 «Горящие руки»	<i>Игры на свежем воздухе «Закаляй-ка!»</i> По желанию приходят на занятие или скидываем в группу(соц.сет и) игру с указанием и содержанием
2	Музыкальная зарядка №4 ОРУ без предметов	Подвижные игры с ползанием и лазаньем «Пастух и стадо» Подвижная игра с прыжками «Лиса в курятнике»	Малоподвижная игра №4 «Помоги ёлке»	По желанию приходят на занятие или скидываем в группу(соц.сет и) игру с указанием и содержанием
3	Музыкальная зарядка №4 ОРУ с мячом большого диаметра	Подвижная игра с бегом «Самолёты» Подвижные игры с бросанием и ловлей «Мяч через сетку»	Малоподвижная игра №23 «Земля, воздух, вода»	
4	Музыкальная зарядка №4 ОРУ без предметов	Подвижная игра с бегом «Ловишка» Подвижная игра с бегом «Бездомный	Малоподвижная игра №6 «Какие бывают ёлки»	

		заяц»		
5	Музыкальная зарядка №4 ОРУ с палкой	Подвижные игры по выбору детей	Малоподвижная игра №25 «Кто ушёл»	
Январь				
1	Музыкальная зарядка №5 ОРУ с мячом	Подвижная игра с бегом «Уголки» Подвижные игры с бросанием и ловлей «Подбрось – лови!»	Малоподвижная игра №22 «Передай мяч»	<i>Акция добрых дел и идей к изготовлению и ремонту нестандартного спортивного оборудования</i> По желанию приходят на занятие или скидываем в группу(соц.сет и) игру с указанием и содержанием
2	Музыкальная зарядка №5 ОРУ без предметов	Подвижная игра с прыжками «Лиса в курятнике» Подвижные игры с прыжками «Зайцы и волк»	Малоподвижная игра №5 «Где моя варежка?»	
3	Музыкальная зарядка №5 ОРУ с короткой скакалкой	Подвижные игры по выбору детей	Малоподвижная игра №10 «Ручки-ножки»	
Февраль				
1	Музыкальная зарядка №6 ОРУ с обручем	Подвижные игры с бегом «Мы весёлые ребята» Подвижная игра с ползанием и лазаньем «Перелёт птиц»	Малоподвижная игра №16 «Снежок»	<i>Игра – эстафета с родителями и детьми «Крепыши»</i> По желанию приходят на занятие или скидываем в группу(соц.сет и) игру с указанием и содержанием
2	Музыкальная зарядка №6 ОРУ без предметов	Подвижная игра с бегом «Встречные перебежки» Подвижные игры с прыжками «Оставайся на полу»	Малоподвижная игра №24 «Колечко»	
3	Музыкальная зарядка №6 ОРУ с большой верёвкой	Подвижные игры по выбору детей	Малоподвижная игра №5 «Где моя варежка?»	
Март				

1	Музыкальная зарядка №7 ОРУ с обручем	Подвижные игры с бросанием и ловлей «Мяч через сетку»	Малоподвижная игра №16 «Снежок»	<i>Фотоконкурс «Я и моя семья»</i> По желанию приходят на занятие или скидываем в группу(соц.сет и) игру с указанием и содержанием
2	Музыкальная зарядка №7 ОРУ со скакалкой	Подвижная игра с бегом «Сделай фигуру» Подвижные игры с прыжками «С кочки на кочку»	Малоподвижная игра №9 «Золотые ворота»	
3	Музыкальная зарядка №7 ОРУ с кеглями	Подвижная игра с бегом «Найди себе пару» Подвижные игры с прыжками «Оставайся на полу»	Малоподвижная игра №13 «Ты медведя не буди!»	
4	Музыкальная зарядка №7 ОРУ без предметов	Подвижные игры по выбору детей	Малоподвижная игра №23 «Земля, воздух, вода»	
Апрель				
1	Музыкальная зарядка №8 ОРУ с палкой	Подвижные игры с бегом «Мы весёлые ребята» Подвижная игра с ползанием и лазаньем «Медведь и пчёлы»	Малоподвижная игра №10 «Ручки-ножки»	<i>Видеочелленд ж «Спортивная Семья2023»</i> По желанию приходят на занятие или скидываем в группу(соц.сет и) игру с указанием и содержанием
2	Музыкальная зарядка №8 ОРУ на гимнастической скамейке	Подвижная игра с бегом «Пустое место» Подвижные игры с прыжками «С кочки на кочку»	Малоподвижная игра №19 «Жучок»	
3	Музыкальная зарядка №8 ОРУ с малым мячом	Подвижная игра с ползанием и лазаньем «Пожарные на ученье» Игра-эстафета «Дорожка препятствий»	Малоподвижная игра №7 «Дерево, кустик, травка»	
4	Музыкальная	Подвижные игры по	Малоподвижная игра	

	зарядка №8 ОРУ без предметов	выбору детей	№18 «Летает – не летает»	
Май				
1	Музыкальная зарядка №9 ОРУ без предметов	Подвижная игра с бегом «Сделай фигуру» Подвижная игра с ползанием и лазаньем «Пожарные на ученье»	Малоподвижная игра №15 «У меня есть всё!»	<i>Игра – эстафета с родителями «Физкульт-Ура»</i> По желанию приходят на занятие или скидываем в группу(соц.сет и) игру с указанием и содержанием
2	Музыкальная зарядка №8 ОРУ с флажками	Подвижная игра с бегом «Пустое место» Подвижные игры с прыжками «Оставайся на полу»	Малоподвижная игра №17 «Дни недели»	
3	Музыкальная зарядка №8 ОРУ с кольцом	Подвижная игра с бегом «Встречные перебежки» Подвижная игра с ползанием и лазаньем «Медведь и пчёлы»	Малоподвижная игра №19 «Жучок»	
4	Музыкальная зарядка №8 ОРУ с кольцом	Подвижные игры по выбору детей	Малоподвижная игра №20 «Ровным кругом»	
Итого 36	9 музыкальных зарядок	22 подвижных игр с бегом, метанием, ползанием и лазаньем, с прыжками	25 малоподвижных игр	3 общих занятий со всеми родителями

Литература

М. Н. Жуков. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр «Академия», 2000. — 160 с.

Л. И. Пензулаева. Анатомо-физиологические особенности детей. "Воспитание детей в старшей группе детского сада", сост. Г.М.Лямина; М., 1984 г

Л.И.Пензулаева. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет.-М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2017.-128с.

Э. Я. Степаненкова .Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.- 144 с..

Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Эмма Яковлевна Степаненкова. — 2-е изд., испр. — М.: Издательский центр «Академия», 2006. — 368 с

Картотека подвижных игр для детей 4-7 лет (рекомендованы программой «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой)

Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Методическое пособие для занятий с детьми 3-7 лет.-3-е изд.,испр. и доп.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.-48с.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ

САМОЛЕТЫ

Задачи: Развивать у детей ориентировку в пространстве, закрепить навык построения в колонну. Упражнять в беге.

Содержание игры:

Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками. Играющие изображают летчиков на самолетах. Они готовятся к полету. По сигналу воспитателя «К полету готовься!» дети кружат согнутыми в локтях руками – заводят мотор. «Летите!» - говорит воспитатель. Дети поднимают руки в стороны и летят врассыпную, в разных направлениях.

По сигналу воспитателя «На посадку!» - самолеты находят свои места и приземляются, строятся в колонны и опускаются на одно колено. Воспитатель отмечает, какая колонна построилась первой.

Правила:

Играющие должны вылетать после сигнала воспитателя «Летите!».

По сигналу воспитателя «На посадку!» - играющие должны возвратиться в свои колонны, на те места, где выложен их знак (поставлен флажок).

Варианты: Пока самолеты летают, поменять местами флажки, унести на противоположную сторону. Менять ведущих в колоннах.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ПРЫЖКАМИ

ЗАЙЦЫ И ВОЛК

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

Содержание 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.

Правила:

Зайцы выбегают при словах – зайцы скачут.

Возвращаться на места можно лишь после слова «Волк!».

Варианты: 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.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ

НАЙДИ СЕБЕ ПАРУ

Задачи:

Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Развивать инициативу, сообразительность.

Содержание игры:

Играющие стоят вдоль стены. Воспитатель дает каждому по одному флажку. По сигналу воспитателя – дети разбегаются по площадке. По другому сигналу, или по слову «Найди себе пару!», дети, имеющие флажки одинакового цвета, находят себе пару, каждая пара, используя флажки, делает ту или иную фигуру. В игре участвуют нечетное число детей, 1 должен остаться без пары.

Играющие говорят: «Ваня, Ваня – не зевай, быстро пару выбирай!».

Правила:

Играющие становятся в пары и разбегаются по сигналу (слову) воспитателя.

Каждый раз играющие должны иметь пару.

Варианты:

Вместо флажков использовать платочки. Чтобы дети не бегали парами, ввести ограничитель – узкую дорожку, перепрыгнуть через ручеек.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ

БЕЗДОМНЫЙ ЗАЯЦ

Задача: развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.

Содержание 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.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ПРЫЖКАМИ

ЗАЙКА СЕРЫЙ УМЫВАЕТСЯ

Задачи: учить детей выполнять движения в соответствии с текстом, прыгать на двух ногах с продвижением вперёд, приземляясь на носки полусогнутые ноги. Укреплять мышцы ног. Развивать внимание, координацию движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения.

Содержание игры:

зайка серый умывается. Все играющие образуют круг. Выбранный зайкой становится в середину. Дети произносят:

Зайка серый умывается,

Видно, в гости собирается.

Вымыл носик, вымыл ротик,

Вымыл ухо, вытер сухо!

Зайка проделывает движения в соответствии с текстом. Затем он скачет на двух ногах к кому-нибудь из детей. Тот, к кому подойдет зайка прыжками отправляется на середину круга. Игра повторяется 5-6 раз.

Указания. В кругу могут находиться и несколько заек – 4-5 Они выполняют игровое задание.

Правила: внимательно слушать стихотворение и выполнять движения соответственно тексту

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ПОЛЗАНИЕМ И ЛАЗАНЬЕМ

ПАСТУХ И СТАДО

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

Содержание игры:

Дети изображают стадо (коров, телят, овец). Выбирают пастуха, вручают ему рожок и кнут. Взрослый произносит слова:

Рано-рано поутру

Пастушок: «Ту-ру-ру-ру».

А коровки в лад ему

Затянули: «Му-му-му».

На слова «Ту-ру-ру-ру» пастушок играет в рожок, после слов «Му-му-му» коровки мычат.

Затем пастух гонит стадо в поле (на условленную лужайку), все бродят по ней. Через некоторое время пастух щелкает кнутом, гонит стадо домой.

Игра может повторяться. Можно несколько изменить сюжет игры, введя в нее волка. В этом случае пастух выгоняет стадо на луг и внимательно следит, не появится ли волк, который охотится за овцами, телятами. Увидев волка, щелкает кнутом, как бы отпугивает его и гонит стадо домой.

Указания: для игры нужен простор

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БРОСАНИЕМ И ЛОВЛЕЙ

ПОДБРОСЬ — ПОЙМАЙ

Задачи: учить детей подбрасывать мяч вверх, и ловить его двумя руками, не прижимая к груди. Развивать координацию движений, глазомер.

Содержание игры:

на двух столбиках (стойках) натянута веревочка на высоте поднятой вверх руки ребенка. Он подбрасывает мяч через веревочку и ловит его на противоположной стороне.

Варианты:

если играют несколько детей, то можно провести между ними соревнование.

Побеждает тот, кто большее количество раз поймал мяч за обусловленное число бросков (8—10 раз).

Детей можно разделить на пары. Одни подбрасывают и ловят мячи, а другие считают или все становятся в круг, а один или двое из играющих выходят в середину круга и подбрасывают мяч. Все наблюдают за правильностью выполнения задания.

Можно включить и такие упражнения: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его; подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ

ЦВЕТНЫЕ АВТОМОБИЛИ

Задачи:

Развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу. Упражнять детей в беге, ходьбе.

Содержание игры:

Дети сидят вдоль стены, они автомобили. Каждому дается флажок какого – либо цвета. Воспитатель стоит лицом к играющим, в центре. В руке – 3 цветных флажка, по цветам светофора. Поднимает флажок, дети, имеющие флажок этого цвета бегут по площадке в любом направлении, на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда воспитатель опустит флажок, дети останавливаются, и по сигналу «Автомобили возвращаются!» - направляются шагом в свой гараж.

Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, но может поднять и 2 , и все 3 флажка вместе, тогда все машины выезжают из гаража.

Правила:

Выезжать из гаражей можно только по сигналу воспитателя, возвращаться в гараж тоже по сигналу.

Если флажок опущен, автомобили не двигаются.

Варианты: Разложить по углам ориентиры разного цвета. На сигнал «Автомобили выезжают», в это время поменять местами ориентиры. Предложить детям вспомнить разные марки автомобилей.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БРОСАНИЕМ И ЛОВЛЕЙ

МЯЧ ЧЕРЕЗ СЕТКУ

Задачи: учить детей бросать мяч через сетку друг другу, двумя руками снизу, или из-за головы. Развивать точность броска, координацию движений, глазомер.

Содержание игры:

дети становятся на линию на расстоянии не менее 1,5 м от натянутой сетки, берут большие мячи, двумя руками из-за головы бросают через сетку, затем бегут за ними, догоняют и снова бросают через сетку.

Варианты:

Две группы игроков встают по обе стороны сетки натянутой на 15 см выше поднятой руки ребенка.

Дети перебрасывают мяч друг другу из-за головы или от груди или 1 ребенок перебрасывает мяч через сетку на другую сторону, поймавший перебрасывает его одному из соседей, а тот возвращает мяч за сетку, воспитатель подсчитывает на какой стороне мяч меньше, раз упал на землю.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА С ПОЛЗАНИЕМ И ЛАЗАНИЕМ

ПЕРЕЛЕТ ПТИЦ

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

Содержание 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.

Правила: внимательно слушать сигналы воспитателя и выполнять действия.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА С ПРЫЖКАМИ

ЛИСА В КУРЯТНИКЕ

Задачи: Развивать у детей ловкость и умение выполнять движение по сигналу, упражнять в беге с увертыванием, в ловле, в лазании, прыжках в глубину.

Содержание игры:

На одной стороне площадки очерчивается курятник. В курятнике на насесте (на скамейках) располагаются куры, дети стоят на скамейках. На другой стороне площадки находится нора лисы. Все остальное место – двор. Один из играющих назначается лисой, остальные куры – они ходят и бегают по двору, клюют зерна, хлопают крыльями. По сигналу «Лиса» куры убегают в курятник, взбираются на насест, а лиса старается утащить курицу, не успевшую взобраться на насест. Отводит ее в свою нору. Куры спрыгивают с насеста и игра возобновляется.

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.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА С БЕГОМ

ЛОВИШКИ

Задачи: развивать: быстроту реакции, ловкость и сноровку, учить играть в коллективе, соблюдая правила игры.

Содержание игры:

дети находятся на площадке. Ловишка, назначенный воспитателем или выбранный играющими, становится на середине площадки. По сигналу: «Раз, два, три — лови!» —

все дети разбегаются по площадке, увертываются от ловишки, который старается догнать одного из играющих и коснуться его рукой (запятнать). Тот, кого ловишка коснулся рукой, отходит в сторону. Когда будет запятнано 3—4 играющих, выбирается новый ловишка.

Варианты: ловишки с ленточками.

Участникам игры раздаются атласные ленточки, которые дети крепят за резинку шорт, со стороны спины. По команде воспитателя или по свистку, дети начинают произвольно бегать по площадке. А водящий пытается их догнать, срывая при этом ленту. По звуковой команде воспитателя: «В круг становись!», дети снова строятся в круг, а «Ловишка» считает количество лент, которые смог вытянуть у игроков.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА С БЕГОМ

УГОЛКИ

Задачи:

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

Развивать ловкость, быстроту движений, ориентировку в пространстве.

Содержание 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. Водящий идёт с теми же словами к другому. В это время остальные дети меняются местами, а водящий 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.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ

МЫ ВЕСЁЛЫЕ РЕБЯТА

Задачи:

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

Содержание игры:

Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне также проводится вторая черта. В центре площадки находится Ловишка. Игроки 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.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА С БЕГОМ

СДЕЛАЙ ФИГУРУ

Задачи:

учить детей бегать врассыпную по залу, участку. Приучать менять движение по сигналу, развивать равновесие, умение сохранять неподвижную позу.

Содержание игры:

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.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА С БЕГОМ **ВСТРЕЧНЫЕ ПЕРЕБЕЖКИ**

Задачи:

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

Содержание игры:

две группы детей с равным количеством играющих становятся на противоположных сторонах площадки за лини́ями 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.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА С БЕГОМ **ПУСТОЕ МЕСТО**

Задачи:

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

Содержание игры:

играющие становятся в круг, 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».

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ПРЫЖКАМИ **НЕ ОСТАВАЙСЯ НА ПОЛУ**

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.

Содержание 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

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ПРЫЖКАМИ **С КОЧКИ НА КОЧКУ**

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.

Содержание 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».

ПОДВИЖНАЯ ИГРА С ПОЛЗАНИЕМ И ЛАЗАНЬЕМ **МЕДВЕДЬ И ПЧЁЛЫ**

Задачи:

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

Содержание 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.

ПОДВИЖНАЯ ИГРА С ПОЛЗАНИЕМ И ЛАЗАНЬЕМ **ПОЖАРНЫЕ НА УЧЕНЬЕ**

Задачи:

учить детей лазить по гимнастической стенке удобным способом, не пропуская реек и не спрыгивая. Развивать согласованную работу рук и ног, быстроту, ловкость.

Содержание 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.

ИГРА-ЭСТАФЕТА **ДОРОЖКА ПРЕПЯТСТВИЙ**

Задачи:

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

Содержание игры:

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) Пролететь под дугами.
- 3) Прыжки из обруча в обруч.

Правила: следующему игроку необходимо дождаться, когда предыдущий игрок в

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №1 **«СОБИРАЕМ ОСЕННИЕ ЛИСТОЧКИ»**

Цель: Учить устанавливать сходство и различие по цвету, и в зависимости от этого действовать дальше.

В гости к детям пришли ёжики (родители).

Они предлагают детям пойти в лес и полюбоваться опавшими осенними листочками (листья разного цвета разложены на полу) детям надо поднимать листочки и приносить своему ежику и определить, в какое ведерко его положить (в зависимости от цвета)

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №2 **«ПРЯТКИ С ЁЖИКОМ»**

Цель: Развивает целенаправленное внимание, учит ориентироваться в пространстве. Поднимает настроение.

Игрушка Ёжик предлагает детям поиграть в прятки. Дети становятся лицом к стене и закрывают глаза. Инструктор прячет ёжика в спортзале. По сигналу «пошли искать» дети открывают глаза и идут по спортзалу, смотрят везде и отыскивают ёжика.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №3 **«СОБЕРЁМ ЛЕСНЫЕ ЯГОДЫ»**

Цель: Учить устанавливать сходство и различие по цвету и развивает мелкую моторику.

Родители и дети пошли в лес собирать лесные ягоды. Родители держат в руках разноцветные корзинки, а дети собирают «ягоды» (крышки) и кладут их в соответствующие по цвету корзинки.

В конце назвать лесные ягоды: голубика, клюква, черника, брусника и т.д.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №4

«ПОМОГИ БЕЛКЕ»

Цель: Развивает восприятие. Мелкую моторику пальцев и координацию движений.

Белка – (игрушка) говорит, что она больше всего любит есть орешки. На полу рассыпаны маленькие шарики - «орехи» и фасоль. Детям надо распределить «орехи» в одну миску, а родителям фасоль в другую.

Белка благодарит и читает стихотворение:

Белка песенки поёт, да орешки всё грызёт,

А орешки не простые, все скорлупки золотые!

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №5

«ГДЕ МОЯ ВАРЕЖКА»

Цель: Развивает ловкость рук и умение действовать по плану.

Дети и родители стоят по кругу. Дед Мороз (родитель) предлагает поиграть с его варежкой. Первый ребенок получает варежку, передает по кругу следующему и т.д. Дед Мороз пытается догнать варежку.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №6

«КАКИЕ БЫАЮТ ЁЛКИ»

Цель: Содействует развитию слаженных движений. Развивает основные движения.

Дети родители стоят по кругу, держась за руки.

Снеговик (игрушка) спрашивает у детей: ребята, какие бывают ёлки?

Высокие! - все поднимаются на носочки и поднимают руки вверх.

Низкие! - руки расцепляют, приседают на корточки.

Широкие! – делают круг шире.

Узкие! – топчущим шагом идут в центр круг.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №7

«ДЕРЕВО, КУСТИК, ТРАВКА»

Дети образуют круг и двигаются по кругу. Воспитатель объясняет правила игры: на слово «дерево» дети поднимают руки вверх, на слово «кустик» - разводят руки в сторону, на слово «травка» - опускают руки вниз, касаясь пола.

взрослый вразнобой произносит слова, дети выполняют соответствующие движения.

Тот, кто ошибается, выходит из игры.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №8

«ПРОПАВШИЕ РУЧКИ»

Воспитатель показывает движения, дети повторяют.

У меня пропали ручки	<i>Спрятать руки за спину</i>
Где вы, рученьки мои?	<i>Посмотреть по сторонам</i>
Раз, два, три, четыре, пять - Покажитесь мне опять	<i>Показать руки, вытянуть вперед, повернуть</i>
У меня пропали ножки.	<i>Присесть</i>
Где вы ноженьки мои?	<i>Охватить ноги руками</i>
Раз, два, три, четыре, пять - Покажитесь мне опять	<i>Встать, попрыгать</i>

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №9

«ЗОЛОТЫЕ ВОРОТА»

Назначаются 2 ведущих. Они встают, взявшись за руки, и поднимают их вверх, показывая ворота. Все остальные участники, проходят через ворота, проговаривая слова:

Золотые ворота,

Пропускают не всегда,

Первый раз прощается,

Второй раз – запрещается,

А на третий раз не пропустим вас.

Ведущие опускают руки по окончании стиха. Перед кем закрылись ворота, тот участник встает вместе с ведущими, поднимают руки. Игра продолжается до тех пор, пока все участники не превратятся в ворота.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №10

«РУЧКИ-НОЖКИ»

Дети стоят врассыпную по залу. Воспитатель произносит слова текста и показывает движения. Дети выполняют.

Все захлопали в ладоши –	<i>Дети хлопают в ладоши</i>
Дружно, веселее!	<i>Дети стучат ножками</i>
Застучали наши ножки Громче и быстрее. По коленочкам ударим –	<i>Дети хлопают по коленкам</i>
Тише, тише, тише. Ручки, ручки поднимаем	<i>Дети медленно поднимают ручки вверх</i>
Выше, выше, выше! Завертелись наши ручки,	<i>Все поворачивают кисти рук то вправо, то влево</i>
Снова опустились. Покружились, покружились	<i>Дети опускают руки</i>
И остановились.	<i>Останавливаются</i>

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №11

«СВЕТОФОР»

Изготавливаются кружки (диаметр 10 см) красного, зелёного и жёлтого цвета, которые прикрепляются к палочкам. Дети стоят в шеренге и выполняют упражнения согласно сигналам ведущего: на красный сигнал приседают, на жёлтый – встают, на зелёный – маршируют на месте.

Во время движения в колонне по одному в обход площадки упражнения изменяются: красный – все стоят на месте, жёлтый – продвигаются в присяде, зелёный – прыгают на носках.

За каждую ошибку играющим начисляются штрафные очки. Выигрывает тот, кто наберёт меньше штрафных очков.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №12

«У МЕНЯ, У ТЕБЯ»

У меня (воспитатель показывает руками на себя),

У тебя (разводит руки, показывает на соседей)

Блестящие глазки (сопровождает показом),

У меня, у тебя — чистые ушки.

Мы с тобой, мы с тобой хлопаем в ладошки.

Мы с тобой, мы с тобой прыгаем на ножке.

У меня, у тебя аленькие губки,

У меня, у тебя розовые щечки.

Мы с тобой, мы с тобой хлопаем в ладошки.

Мы с тобой, мы с тобой прыгаем на ножке.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №13

«ТЫ МЕЛВЕЛЯ НЕ БУДИ!»

Дети встают в круг, берутся за руки, педагог встает вместе с детьми. Дети хороводом идут по кругу вместе с педагогом под слова стихотворения:

Как на горке снег, снег,	<i>Поворачиваются в обратную сторону, идут хороводом под слова</i>
И под горкой снег, снег.	
И под елкой снег, снег,	<i>Идут все вместе к центру круга под слова:</i>
И на елке снег, снег.	
А под елкой спит медведь.	<i>На слова «сядь на место, не шуми» дети присаживаются на корточки.</i>
Тише, тише! Не буди,	
Сядь на место, не шуми!	

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №14

«ВОРОТА»

Дети идут по площадке парами, держась за руки. На сигнал воспитателя «ворота» останавливаются и поднимают руки вверх. Последняя пара проходит под воротами - и становится впереди. Игра продолжается.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №15

«У МЕНЯ ЕСТЬ ВСЁ»

Перед началом игры дети ложатся на ковёр, руки вдоль тела, вытягиваются.

Есть у кровати спинка,	<i>Приподнять голову и плечи, носки ног смотрят строго вверх.</i>
А у чайника - носик,	<i>Сесть, приставить два кулачка к носу, один за другим.</i>
А у тумбочки - ножки,	<i>Сесть на корточках.</i>
А у кастрюли - ручки.	<i>Руки поставить на пояс или к плечам</i>
А в этой большой кастрюле Есть очень вкусный компот.	<i>Встать и показать руками кастрюлю, сомкнув руки перед грудью в круг. «Заглянуть» в кастрюлю.</i>
А у меня - И ножки, И ручки, И носик, И спинка, И вот ещё что - Очень голодный живот!	<i>Далее по тексту показываем ножки, ручки, носик, спинку, живот.</i>

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №16

«СНЕЖОК»

Раз, два, три, четыре. Мы с тобой снежок лепили.	<i>Имитируют движения</i>
Круглый, крепкий, очень гладкий,	<i>Рисуют в воздухе круг</i>
Но совсем - совсем не сладкий.	<i>Грозят указательным пальцем</i>
Раз – подбросим,	<i>Поднимают руки</i>
Два - поймаем,	<i>Опускают руки</i>
Три – уроним	<i>Наклоняются, дотрагиваются до пола</i>
И ломаем.	<i>Подпрыгивают</i>

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №17

«ДНИ НЕДЕЛИ»

Взрослый читает текст и выполняет движения, а дети повторяют движения согласно тексту за воспитателем.

В понедельник я купался,	<i>Изображают плавание</i>
А во вторник рисовал,	<i>Изображают, как рисуют</i>
В среду долго умывался,	<i>Умываются</i>
А в четверг в футбол играл,	<i>Бег на месте</i>
В пятницу я прыгал, бегал	<i>Прыжки на месте</i>
А в субботу танцевал,	<i>Кружатся на месте</i>
В воскресенье торт я кушал,	<i>Изображают, как едят</i>
А под вечер отдыхал	<i>Приседают, руки под щеку, глаз закрыты</i>

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №18

«ЛЕТАЕТ-НЕ ЛЕТАЕТ»

Дети садятся или становятся полукругом. Ведущий называет предметы. Если предмет летает — дети поднимают руки вверх или в стороны. Если не летает — руки у детей опущены. Ведущий может сознательно ошибаться, у многих ребят руки непроизвольно, в силу подражания, будут подниматься. Необходимо своевременно удержаться и не поднимать рук, когда назван нелетающий предмет.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №19

«ЖУЧОК»

Дети строятся в круг, в центре круга водящий – жучок – сидит на корточках. Дети, взявшись за руки, идут по кругу со словами:

- Жучок-паучок,
Тоненькие ножки,
Красные сапожки,
Мы тебя кормили,
Мы тебя поили,
На ноги поставили.

Игроки подходят к жучку и помогают ему встать на ноги.

-Танцевать заставили.
Танцуй, сколько хочешь
Выбирай, кого захочешь!

Паучок танцует и выбирает следующего водящего. Игра повторяется.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №20

«РОВНЫМ КРУГОМ»

Дети, взявшись за руки, ритмично идут по кругу, говоря слова стихотворения:

«Ровным кругом
Друг за другом
Мы идем за шагом шаг.
Стой на месте!
Дружно вместе
Сделаем вот так!»

С окончанием слов останавливаются и повторяют движение, которое показывает воспитатель, например, повернуться, наклониться, присесть и др.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №21

«ГОРЯЩИЕ РУКИ»

Водящий встает в круг. Стоящие вокруг него играющие поднимают руки до уровня пояса и держат их ладонями вверх.

Водящий стремится осалить кого-нибудь по ладони. Играющие, спасаясь, быстро опускают руки. Кого водящий осалит, тот идет водить.

Если играющих много, водящими могут быть два, три человека. Играющие могут и не убирать, а поворачивать их ладонями вниз.

Игра проходит живее, когда водящий пытается быстро перемещаться по кругу в разных направлениях.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №22

«ПЕРЕДАЙ МЯЧ»

Играющие становятся в круг на расстоянии шага друг от друга. Воспитатель дает одному из играющих мяч. По слову воспитателя «начинай» дети передают мяч по кругу, при этом четко говорят:

Ты беги веселый мячик,
Быстро, быстро по рукам.
У кого веселый мячик,
Тот подпрыгивает сам!

Тот, у кого на слово «сам» оказывается мяч, начинает подпрыгивать, а дети сопровождают словами:

Раз, два, три!

Игра повторяется, мяч передается по кругу дальше. Для усложнения игры, можно детям предложить, передавая мяч, шагать на месте и проговаривать слова.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №23

«ЗЕМЛЯ, ВОДА, ВОЗДУХ»

Дети садятся в круг или в ряд. Ведущий ходит между ними и, указывая по очереди на каждого, проговаривает: «Вода, земля, воздух» - и ребенок, на которого он указал, должен назвать рыбу или животное, которое живет в воде. Если названо слово «земля», нужно назвать того, кто живет на земле, если «воздух» - того, кто летает.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №24

«КОЛЕЧКО»

Дети стоят в кругу, а водящий внутри круга. Он держит в ладонях колечко, которое незаметно пытается передать кому-то из детей. Ладоньками, сложенными в лодочку, водящий по очереди раскрывает ладошки детей. Дети внимательно следят за действиями водящего и своих товарищей. А тот, кому досталось колечко, не выдает себя.

По сигналу водящего: «Колечко, колечко, выйди на крылечко!» — ребенок с колечком выбегает в центр круга и становится водящим. Если дети заметили у него колечко до сигнала, то не пускают в круг. И игру продолжает прежний водящий.

МАЛОПОДВИЖНАЯ ИГРА №25

КТО УШЁЛ

Задачи:

учить детей угадывать тех детей, которые уходят. Развивать память, внимание.

Содержание игры:

дети стоят по кругу или полукругом. Один из игроков, запоминает играющих, а затем выходит из комнаты. Один из детей прячется. Педагог говорит: «Угадай, кто ушёл?» если ребёнок угадал, то выбирает кого-нибудь вместо себя, если ошибается то снова уходит, прячется другой ребёнок.

Правила: не подсказывать водящему, кто из игроков ушёл.