

## **ОПЫТ РАБОТЫ**

### **«Подвижные игры как средство развития двигательной активности младших дошкольников»**

Воспитателя

Муниципального казенного дошкольного образовательного  
учреждения: детский сад №14 комбинированного вида

**Градовой Ирины Анатольевны**

**Цель опыта** – формировать физически развитую, активную личность, приобщенную к общей культуре, в том числе ценностям здорового образа жизни.

- разработать, апробировать комплекс подвижных игр и отследить влияние подвижных игр на двигательную активность у детей младшего дошкольного возраста.

## **СТРУКТУРА ОПЫТА**

1. Сведения об авторе
2. Опыт работы: «Подвижные игры как средство развития двигательной активности младших дошкольников»
  - 2.1 Условия формирования опыта
  - 2.2 Теоретическая интерпретация опыта
  - 2.3 Содержание опыта
  - 2.4 Результативность опыта
3. Список литературы
4. Приложение

## **ИПМ 1 сведения об авторе**

**Фамилия, имя, отчество** - Градова Ирина Анатольевна

**Образование** – высшее, закончила Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого в 2002 году по специальности «Дошкольная педагогика и психология» квалификация «Преподаватель дошкольной педагогики и психологии».

**Место работы** - Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение: детский сад № 14 с 2018 года в должности воспитателя

**Педагогический стаж**-25 лет, в данной должности – 15 лет.

**Квалификационная категория** - высшая с 2004 по 2009 гг. На данный момент соответствие занимаемой должности.

**Награды** - грамота Департамента образования Тульской области в 2006 г.

## **ИПМ 2 условия формирования опыта**

### **Актуальность**

Множественные исследования специалистов указывают на то, что уровень развития физических качеств в настоящее время находится на низком уровне, который не удовлетворяет современным нынешним требованиям, предъявляемым к физическому воспитанию в дошкольном образовательном учреждении. Именно по этой причине, вопрос развития двигательной активности весьма актуален и требует дальнейшего совершенствования.

Дети 4-5 лет все меньше активно двигаются, это связано с ограничивающими условиями в семье и детском саду, так как увеличивается продолжительность образовательных ситуаций, в которых дети в большинстве случаев, сидят. Возрастают познавательные интересы детей, такие как компьютерные игры, конструирование, просмотр мультфильмов. В связи с этим у детей 4-5 лет могут возникнуть привычки малоподвижного образа жизни.

Для обеспечения оптимального режима двигательной активности дошкольников большую роль играет повышение интереса к физической активности. В процессе выполнения интересного дела повышается эмоциональный тонус, что приводит к более позднему наступлению утомления даже при трудной работе.

Становление человека – это процесс физического, психического и социального формирования, охватывающий все количественные и качественные изменения врожденных и приобретенных средств, которые происходят под влиянием окружающей действительности.

Физическое развитие имеет неразрывную связь с изменением роста, веса; наращиванием мышечной силы; развитием органов чувств и координации движений и др.

В первые годы жизни малыша всестороннее развитие считается основой физического воспитания. В возрасте с 3 до 7 лет формируются определенно необходимые черты личности и закладывается фундамент здоровья. Физическим состоянием ребенка во многом определяется результат в любой деятельности.

Организм дошкольника чувствителен на минимальные отклонения от нормы в окружающей среде, которые связаны с формированием и функциональной незрелостью некоторых его органов и систем. У детей дошкольников связи меж соматическими и психическими процессами более тесные, чем у взрослого человека. Как раз, вследствие чего, при решении многих педагогических задач нужно принимать во внимание физические способности и состояние малыша.

Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, а так же и их эмоционального благополучия является самой важной задачей дошкольных образовательных организаций.

Образовательная область «Физическое развитие» содержит в себе раздел «приобретение ребенком опыта в двигательной деятельности, в том числе

связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; формирование исходных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами...».

Анализ физического и двигательного развития детского организма дошкольного возраста, а так же показателей здоровья в последние годы выявил тревожные тенденции: по данным Е.Н. Вавиловой, Н.А. Ноткиной, М.А. Правдова, Ю.К. Чернышенко, В.И. Усакова до 40% детей старших дошкольников находятся на низком уровне двигательного развития, причины которого кроются в современном образе жизни.

Единую тенденцию для детских учреждений - понижение двигательной активности детей отмечают специалисты по психологии, педагоги и врачи (Ю.Ф. Змановский, М.А. Рунова, С.Б. Шарманова, А.И. Федоров), потому как для дошкольников потеря в движениях может стать следствием потери в здоровье, развитии, знаниях. Как раз по этой причине в программе воспитания и обучения детей в дошкольных учреждениях проблема здоровья стоит на первом месте. В случае, если принять во внимание, что двигательная активность это еще и условие, стимулирующий фактор развития интеллектуальной, эмоциональной и других сфер, становится явным актуальность данного вопроса.

Двигательная активность – это неотъемлемая потребность организма в движении, удовлетворить которую, есть важнейшее условие многостороннего развития и воспитания ребёнка. Положительное влияние на организм оказывает двигательная активность. Двигательная активность является естественной потребностью детей.

Создание санитарно-гигиенических условий, закаливание, утренней гимнастика, физкультурные занятия, прогулки, спортивные игры и развлечения, формирование культурно-гигиенических навыков, организация рационального питания, все это включает в себя система физического воспитания.

Только при наличии специально созданных условий организации занятий физической культурой, а также дополнительных оздоровительно – спортивных мероприятий можно добиться поставленных целей и задач на достаточно высоком уровне.

Таким образом, можно выделить противоречия между современными требованиями, предъявляемых к дошкольникам, ухудшением состояния здоровья воспитанников и созданием условий для развития физических качеств и двигательной активности воспитанников в дошкольных организациях.

Данное противоречие позволило сформулировать проблему: необходимость поиска эффективных средств работы по повышению уровня физического развития дошкольников, и созданием условий по развитию двигательной активности детей дошкольного возраста.

Фундаментальную роль здесь играет выявление источников пополнения и обогащения средств двигательной активности ребенка.

Эффективным средством развития двигательной активности детей дошкольного возраста являются подвижные игры.

Подвижная игра – это осмысленная и интенсивная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, которые связаны с обязательными для всех играющих правилами.

В норме развивающийся малыш с рождения стремится к движениям. Гигантскую потребность в движении дошкольники как правило стараются удовлетворить в играх. Играть для детей значит двигаться, действовать. Игра – это одно из ключевых средств физического воспитания детей дошкольного возраста.

Она способствует разностороннему развитию ребенка: физическому и умственному, нравственному и эстетическому. Большое множество разнообразных движений и действий дошкольников в ходе игры при опытном руководстве педагога результативно влияют на деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, положительно воздействуют на укрепление двигательного аппарата и нервной системы, на улучшение общего обмена веществ, активизацию деятельности всех органов и систем растущего организма ребенка, возбуждают аппетит и содействуют полноценному сну.

На формирование моего опыта педагога оказали следующие факторы:

- изучение методической литературы;
- изучение опыта коллег;
- посещение занятий;
- посещение районных семинаров методических объединений воспитателей г. Кимовска.

Опыт сложился в МКДОУ: д/с №14 комбинированного вида г. Кимовска. Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение: детский сад №14 комбинированного вида.

В собственном опыте опираюсь на развитие двигательной активности детей младшего дошкольного возраста посредством подвижной игры.

Основными противоречиями, которые решаются данным опытом:

- Между пассивным получением знаний и необходимостью активного творческого поиска;
- Между содержанием методических пособий, материалов и программными требованиями по обучению;
- Между низкой активностью и необходимостью глубокого освоения материала и низкой активностью воспитанников;
- Между превосходящим влиянием родителей на развитие ребёнка и их низкой педагогической грамотностью.

### ИПМ 3 теоретическая интерпретация опыта

Основоположник российской системы физического воспитания. Ф.Лесгафт уделял игре особое место, определяя игру как упражнение, при помощи которого ребенок готовится к жизни.

Сообразно установленному определению П.Ф. Лесгафта, «подвижная игра – это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся четким и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами». Он исследовал игру как одно из основных средств физического образования и воспитания и уделял более значительное место играм на занятиях физической культуры. Он полагал, что подвижные игры представляют собой более сложное действие, нежели отдельные гимнастические упражнения и имеют огромное образовательное и воспитательное значение.

А В.Л. Страковская полагает, что «подвижная игра – это средство пополнения дошкольником знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, ценных морально-волевых качеств».

По мнению М.Н. Жукова, «подвижная игра - относительно самостоятельная деятельность детей, которая удовлетворяет потребность в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил».

Огромное значение игре как средству воспитания придавал К.Д. Ушинский. Детскую игру он рассматривал как действительность ребенка с его действиями и переживаниями. Он акцентировал внимание на то, что эта самая действительность более интересна ребенку, чем окружающая его жизнь, потому что она ему более ясна. В игре дошкольник контактирует со всем окружающим, пробует свои силы и самостоятельно управлять предметами, в то время как в действительности у него еще нет никакой самостоятельной деятельности. Согласно мнению Ушинского, игры в известной мере способствуют формированию его личности и не проходят бесследно для будущей жизни ребенка. Существенное воздействие оказывают игры на развитие детского воображения, тем более в дошкольном возрасте.

В.Г. Марц считал подвижные игры приоритетными, равно как значимое средство физического и морального воспитания. Стремился к внедрению в образовательные учреждения. Он считал, что подвижные игры являются средством физического и нравственного воспитания детей, и разработал методику руководства играми, а так же полагал, что от руководства игрой во многом зависит ее успех. Так же автор органически связывал подвижную игру со спортивной. Первой ступенькой той лестницы, по которой ребенку предстоит взобраться на самый верх до спортивной игры, он видел самую простую подвижную игру.

Теоретическая и методологическая основа опыта работы: исследования отечественных специалистов по психологии и педагогов по проблемам детской игры. По утверждению отечественных педагогов Е.Н. Водовозовой, П.Ф. Каптерева, Е.А. Покровского, К.Д. Ушинского и др., подвижные игры

являются эффективным средством физического воспитания. Прогрессивные русские ученые - педагоги, гигиенисты, такие как П.Ф. Лесгафт, А.П. Усова, Н.В. Архипова, Т.М. Бондаренко, Т.М. Вавилова, С.А.Васильченко, Т.И.Осокина, Л.И. Пензулаева, М.А. Рунова, Э.Я. Степаненкова и многие другие, представили игру как деятельность, способствующую качественным изменениям в физическом и психическом развитии ребенка, оказывающую разностороннее влияние на формирование личности дошкольника.

Практическая значимость исследования: возможность применения предложенных подвижных игр для занятий физической культурой с детьми с дошкольного возраста в дошкольных образовательных учреждениях.

### Новизна

В это же время целый ряд проблем, которые связаны с физическим воспитанием дошкольников и их развитием, еще не нашли своего полного разрешения. К ним мы относим, именно использование большего количества разнообразных подвижных игр в системе физического воспитания дошкольников.

Подвижная игра – средство обучения и воспитания, обеспечивающая самообразование ребёнка. Она классически лаконична, выразительна и доступна ребёнку. Это традиционная игра, которая имеет развлекательную основу, и включают в себя элементы театрального, циркового, танцевального, музыкального и поэтического искусства, отражающая образ жизни, национальные традиции, обычаи.

В подвижных играх радость движения сочетается с духовным обогащением детей, формируется уважительное отношение к культуре родной страны и создаётся эмоционально- положительная основа для двигательной активности и формирования ценностного отношения к физической культуре.

У детей появилась прекрасная возможность, играя, приобщиться к ЗОЖ, прикоснуться к особенностям жизни, истории, обычаям народа, познать радость общения со сверстниками и взрослыми.

Для этого созданы все условия: развивающая двигательно – оздоровительная среда: спортивный зал, спортивная площадка, участок для прогулок. В группе: уголок здоровья со стандартным и нестандартным оборудованием, картотеки подвижных игр по возрастам, физкультминуток, пальчиковой гимнастики, дыхательной гимнастики.

В повседневной деятельности мы используем разные виды гимнастик, оздоровительные прогулки разной направленности, физкультминутки, закаливание, различные виды игровой деятельности (сюжетно-ролевые, дидактические, подвижные, спортивные, народные игры, игры-драматизации)

Каждый месяц проводятся физкультурные развлечения. Они строятся на хорошо знакомом для детей игровом материале, с использованием музыки, различных видов гимнастик, атрибутов, игр-шуток.

Раз в квартал проводится «День здоровья». В его содержание входят физкультурно-оздоровительные мероприятия, которые проходят в течение дня: мини-поход, игротеки, развлечения, спортивный досуг, связанный с сезоном года, праздники в ритме народного календаря.

Продумывается организация самостоятельной двигательной активности.

Родители являются постоянными и активными участниками воспитательно-образовательного процесса: помогают организовывать экскурсии, походы, совместные праздники и развлечения. Они совместно с детьми изготавливают костюмы, атрибуты, декорации, поделки, помогают готовиться к праздникам и развлечениям.

Опыт может быть использован другими воспитателями, как опытными, так и молодыми.

Опыт не требует большого методического обеспечения, он необходим для постоянного профессионального и личностного роста педагога.

## ИПМ 4 Содержание опыта

Работая с детьми младшего дошкольного возраста, уделяла большое внимание здоровью и физическому развитию детей. Считаю, что наиболее доступным средством для этого является подвижная игра. Играя, ребёнок становится сильным, ловким, быстрым, выносливым.

Применение подвижных игр в учебном процессе требует специального отбора для решения разных педагогических задач.

Игры – это средство подготовки ребенка к жизни, переходная ступень к трудовой деятельности считал А.С. Макаренко. В играх у дошкольников воспитывается чувство коллективизма, активность, инициатива, но не всякая игра имеет воспитательное значение, а только та, которая носит активный характер. В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся навыках, их закрепление и совершенствование, но и, как правило, формирование новых психических процессов и качеств личности ребенка. Игра, как осмысленная деятельность, направлена на достижение определенных двигательных задач в стремительно меняющихся условиях, в которых проявляется творческая инициатива играющего, выражающаяся в разнообразии действий, согласованная с коллективными действиями.

В теории и методике физического воспитания имеется общепризнанная классификация подвижных игр. Различают элементарные подвижные игры и спортивные игры (баскетбол, хоккей, футбол и др.), подвижные игры – игры с правилами.

В дошкольном учреждении применяются по большей части элементарные подвижные игры. Подвижные игры так же классифицируются по таким параметрам как: возраст, степень подвижности малыша в игре (игры с малой, средней, большой подвижностью), виды движений (игры с бегом, метание и т.д.). Выделяется еще один вид игр – игры-забавы, которые предусматривают выполнение знакомых движений в необычных условиях (бег в больших валенках, прыжки со связанными ногами, бег в мешках и т.д.) и требуют проявления ловкости и доставляют много веселья и радости.

Сюжетные и несюжетные игры с правилами относятся к подвижным играм.

Вызывающие интерес у дошкольников двигательные игровые задания, которые ведут к достижению цели, содержат несюжетные подвижные игры:

- перебежки, ловишки;
- игры с элементами соревнования («Кто быстрее добежит к своему флажку?» и т.п.);
- игры-эстафеты («Кто быстрее передаст мяч?»);
- игры с предметами (мячи, обручи, серсо, кегли и т.п.).

В каком-то смысле сюжетные подвижные игры отображают жизненный или сказочный эпизод. Дошкольника привлекают игровые образы. Он творчески проявляет себя, изображая кошку, воробья, автомобиль, волка, гуся, обезьянку и др. Сюжет (тема, идея), правила и двигательные действия – есть содержание подвижной игры.

По мнению М.А. Руновой методика проведения подвижной игры содержит безграничные возможности комплексного использования разнообразных приемов, направленных на формирование личности ребенка, на умелое педагогическое руководство ею. Важное место занимает профессиональная подготовка педагога, педагогическая наблюдательность и предвидение. Образовательные и воспитательные функции подвижной игры успешно осуществляются только при умелом руководстве ею, которое предполагает управление двигательным и нравственным поведением дошкольников.

Методика проведения подвижных игр содержит в себе:

- Название.
- Задачи (закреплять, совершенствовать, управлять).
- Цель (воспитание общей выносливости, силы воли; ловкости, дружелюбия, ориентировка в пространстве и т. д.).
- Оборудование (например, скамьи, канаты, обручи и т.д.)
- Содержание (старший дошкольный возраст).
- Правила (знание правил игры, начинаем игру после сигнала).
- Ход (выбор водящего, считалка, речевка, сигнал)
- Руководство (отслеживаем развитие сюжета).
- Варианты (усложнения).
- Анализ (подводить итоги игры нужно только на положительных эмоциях, похвалить лучших, успокоить проигравших, ободрить, что в следующий раз все получится).

В период проведения подвижной игры необходимо учитывать, что сбор детей необходим там, где будут начинаться игровые действия, сбор должен проходить быстро и интересно.

Объяснение игры – это инструкция, которая должна быть краткой, понятной, интересной и эмоциональной. Действия дошкольников в игре определяет роль, выбор на главную роль должен восприниматься как поощрение, как доверие. В подвижных играх для детей-дошкольников применяются наиболее сложные движения. Перед дошкольниками стоит задача моментально отвечать на изменение игровой ситуации, проявлять смелость, сообразительность, выдержку, сноровку, смекалку. Подвижные игры усложняются по содержанию, правилам, количеству ролей, роли распределяются меж всеми детьми; используются игры-эстафеты.

Создание условных обстоятельств, при проведении подвижной игры, могут осуществлять сами дети. В дальнейшем эти умения имеют шансы пригодиться в самостоятельной деятельности.

По ходу развития двигательной активности детей игры необходимо усложнять, хотя при этом последовательность действий и эпизодов остается при этом неизменной. Усложнения должны быть всегда обоснованы, кроме того, они делают для детей интересными хорошо знакомые игры.

Целенаправленное, методически-продуманное управление подвижной игрой существенно активизирует и совершенствует деятельность детей. В

развитии двигательной активности в процессе подвижной игры детей особое место занимает методика руководства педагогом.

Опираясь на общие цели физического воспитания дошкольников, выделим основные задачи, решаемые при проведении подвижных игр. К ним относятся: оздоровительные, воспитательные, образовательные.

Оздоровительные задачи подвижных игр.

При правильной организации занятий с учетом возрастных особенностей и физической подготовленности занимающихся подвижные игры оказывают благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки у детей, а также повышают функциональную деятельность организма.

Воспитательные задачи подвижных игр.

- подвижные игры в большой степени способствуют воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, и, что немаловажно, эти физические качества развиваются в комплексе.

- игры с многократными повторениями напряженных движений, с постоянной двигательной активностью, что вызывает значительные затраты сил и энергии, способствуют развитию выносливости.

- совершенствование гибкости происходит в играх, связанных с частым изменением направления движений.

Кроме того, занятия играми вырабатывают координированные, экономные и согласованные движения; игроки 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

Образовательные задачи подвижных игр:

- игра оказывает большое воздействие на формирование личности: это такая сознательная деятельность, в которой проявляется и развивается умение анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы.

Занятия играми способствуют развитию у детей способностей к действиям, которые имеют значение в повседневной практической деятельности, в самих занятиях играми, а также в гимнастике, спорте и туризме;

- правила и двигательные действия подвижной игры создают у играющих верные представления о поведении в реальной жизни, закрепляют в их сознании представления о существующих в обществе отношениях между людьми.

Оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи нужно решать в комплексе, только тогда каждая подвижная игра будет эффективным средством разностороннего физического воспитания детей.

Таким образом, подвижная игра – незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, ценных морально-волевых и физических качеств. Однако следует помнить, что при проведении подвижных игр в силу их специфики, прежде всего, решаются задачи собственно физического воспитания.

Основная задача подвижных игр - укреплять здоровье занимающихся, способствовать их правильному физическому развитию; содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками, умениями и совершенствованию в них; развитие реакции, развитие ловкости, познание движения и новых возможностей тела.

Следуя общим целям физического воспитания дошкольников, выделим приоритетные задачи, решаемые при проведении подвижных игр:

- укреплять здоровье детей;
- содействовать правильному физическому развитию дошкольников;
- способствовать развитию жизненно необходимой двигательной активности и ее совершенствованию;
- воспитывать морально-волевые и физические качества;
- прививать организаторские навыки и привычку систематически самостоятельно заниматься подвижными играми.

Во время участия в подвижной игре у дошкольников развиваются и совершенствуются различные навыки в основных движениях (беге, прыжках, метании, лазаний и др.) Быстрая смена обстановки в процессе игры приучает ребенка выполнять известные ему движения в соответствии с ситуацией, что благоприятно отражается на развитии двигательной активности дошкольника.

Большое значение подвижные игры имеют в развитии физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости. Подвижные игры содействуют воспитанию у детей чувства единства, товарищества и ответственности за действие друг друга.

Правила игры содействуют воспитанию сознательной дисциплины, честности, выдержки, умению взять себя в руки после сильного возбуждения. Ценность игр заключается в том, что даже самые простые умения и навыки, приобретенные детьми в условиях подвижной игры, облегчают дальнейшее овладение сообразными техническими приемами.

На этапе развития двигательной активности многократное повторение игровых условий развивает у детей способность более экономно и целенаправленно выполнять множество изучаемых движений в законченном виде. Возможно, предположить, что использование дошкольниками младшего возраста подвижных игр различной направленности на порядок повысят уровень и темп их развития.

Подвижные игры создают радостную атмосферу и поэтому комплексное решение оздоровительных, образовательных и воспитательных задач становится более эффективным. Активные движения, обоснованные содержанием игры, вызывают у детей положительные эмоции и стимулируют все физиологические процессы.

Из всего выше сказанного можно сделать вывод, что подвижные игры – эффективное средство разностороннего развития личности дошкольника, в том числе развитие его двигательной активности.

*Методы и приёмы обучения подвижной игры:*

1. Наглядные:

- Наблюдение
- Демонстрации (показ способа действий, картин, иллюстраций)

2. Словесные:

- Объяснение

- Рассказ

3. Игровые.

4. Соревновательные.

Знакомство детей с подвижной игрой начинается с младшего дошкольного возраста. Ведь они привлекают своей простотой, напевностью, эмоциональностью. Важно заострить внимание детей на игре, привить желание играть. Для этого используются простые игры типа: «Догоните меня», «Васька серенький», «У медведя во бору», «Наседка и цыплята». Эти игры строятся на основе опыта детей, представлений, знаний об окружающей жизни, явлениях природы, образе жизни и повадках животных и птиц. Главное, чтобы игровые образы были понятны и интересны детям. Для этого в работе с детьми используются иллюстрации, игрушки, художественную литературу, малые формы фольклора: «Петушок, петушок...», «Как у нашего кота».

Организовать игру нужно живо, весело. Радоваться успехам детей и огорчаться в случае неудачи. Основными методами знакомства с подвижной игрой были наглядные, словесные, игровые. К концу года дети с удовольствием играют в подвижные игры. Это подготовительный этап моей работы.

Более углублённо начинать работать в средней группе. Теперь стоит задача - познакомить детей подвижной игрой. Научить понимать поставленную перед ним задачу, ввести понятие водящий, выполнять роль водящего в игре, правила, совместно играть, понимать слова диалекта в народных подвижных играх.

Объяснение новой игры проходит по-разному, в зависимости от ее вида и содержания. В ходе игры я привлекаю внимание детей к ее содержанию. Задаю один-два уточняющих вопроса, чтобы убедиться, что ребята поняли его правильно. Объясняю последовательность игровых действий, слова диалекта, расположение игроков и атрибутов, правила игры. Иногда коротко рассказываю о сюжете игры, объясняя роль водящего. Слежу за точностью движений, которые должны соответствовать правилам, за дозировкой физической нагрузки. Делаю краткие указания, поддерживаю эмоционально-положительное настроение, обращаю внимание на взаимоотношения детей. В конце игры обращаю внимание на тех детей, кто проявил смелость, ловкость, выдержку, товарищескую взаимопомощь.

В своей работе придерживалась следующих принципов:

1. Игра должна быть понятна, доступна по выполнению, интересна детям.
2. При ознакомлении с игрой на роль водящего выбирается шустрый, смыслённый ребёнок, потому что, водящий - важная фигура в игре. Ведь от него зависит, насколько интересно и оживленно пройдет игра. Ловкий и сообразительный водящий, выбранный в начале игры, послужит хорошим

примером для остальных ребят, которым придется выполнять эту роль через некоторое время.

3. Водящего может назначать:

- взрослый. При этом он должен кратко обосновать свой выбор и подробно объяснить водящему его задачу.
- участники (дети) игры. Этот способ нужно чаще применять, так как он основан на инициативе ребят, и, кроме того, водящий, выдвинутый коллективом, всегда старается как можно лучше справиться с задачей игры.
- персонаж (взрослый, ребенок).

4. Действия водящего заключается в легком касании рукой убегающего, нельзя толкать, хватать за одежду, захватывать в объятия.

5. В процессе игры убегающим детям следует смотреть не только на того, кто их ловит, но также обращать внимание на других участников во избежание столкновения.

6. Во время игры произносить рифмовки вместе с детьми (ребенком), задавая необходимый ритм тех движений, которые включены в игру.

7. В конце игры дать положительную (для малышей) оценку игры, похвалить ведущего, активных детей, а так же робких, застенчивых малышей, обратить внимание на выполнение правил.

8. Игру проводить не более 2-3 раз. Для того чтобы сохранить интерес к игре.

Для расширения кругозора детей по ознакомлению с подвижными играми необходимо:

- знакомить с малыми формами фольклора (закличками, дразнилками, шутками, прибаутками и т.д., в середине года вводить понятие считалка.)
- рассказывание русских народных сказок;
- рассматривание предметов быта, посуды, одежды; иллюстрации;
- наблюдение за играми более старших детей;
- проведение бесед и консультаций с родителями.

Во время проведения игры, чтобы вызвать больший интерес детей, используя маски, элементы одежды, игрушки. К концу года дети активно отзываются на предложение поиграть. Движения стали более лёгкие, точные, разнообразные.

Расширился репертуар игр, словарный запас детей. Педагогическая работа с воспитанниками была ориентирована на совершенствование данного состава скоростно-силовых качеств, остальные (освоенные детьми на оптимальном уровне) поддерживались и совершенствовались.

Для реализации задач разработки подбора подвижных игр и определения последовательности их включения в педагогический процесс был разработан план, где был отражен состав совершенствуемых скоростно-силовых качеств и их последовательность в проведении.

При разработке данного комплекса подвижных игр придерживалась следующих принципов:

- учет возрастных особенностей и опыта детей (используются только лишь те ситуации, которые дети могли понять или у дошкольников имеется опыт участия в аналогичных ситуациях).
- принцип диалога (после любой подвижной игры педагог обязательно обсуждает с детьми вопросы, которые были поставлены и дает каждому высказать свое мнение);
- принцип последовательной смены позиции педагога в процессе руководства деятельностью детей. В ситуациях, в которых от детей требуется самостоятельное решение и действие, педагог является организатором, советчиком и наблюдателем.
- принцип преобладающего вида движений (бег или прыжки, метание, лазанье и т.п.).

Предполагаемые результаты работы:

- дошкольники демонстрируют точные и скоординированные движения с учетом меняющихся условий и ситуаций.
- дошкольники проявляют интерес к качеству выполнения движений, прикладывают усилия, если необходимо выполнить трудное задание.
- дети сознательно совершают отдельные движения разными частями тела, тренируя ритмику, ловкость и грацию, многие из которых с большим удовольствием соревнуются в умениях со сверстниками, развивая дух соперничества.
- дети, получившие достаточное количество физических нагрузок, находятся на значительно высоком уровне физического развития, демонстрируют оптимальные показатели состояния центральной нервной системы и работы внутренних органов.

В соответствии с составленным планом мы проводили занятия, которые были направлены на развитие двигательной активности и повышения уровня развития физических качеств с использованием подвижных игр.

Методика работы с подвижными играми заключалась в следующем: на занятиях, которые были организованы на прогулке или в режимных моментах во второй половине дня, три раза в неделю по 15-20 минут. Они содержали подвижные игры, направленные на совершенствование и развитие двигательных качеств: ловкости, быстроты, выносливости и равновесия.

Двигательная активность в первой половине дня соответствовала режиму детского учреждения. В систему физической культуры в первую половину дня были включены: утренняя гимнастика – ежедневно, продолжительностью 5-7 мин; физкультурные занятия – 2 раза в зале и одно на воздухе с оздоровительной направленностью, продолжительностью 15-20 мин; гимнастика после дневного сна – 5-7 мин.

В общей системе образовательной работы дошкольных образовательных учреждениях физическое воспитание детей занимает ключевое место. Вследствие целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, усиленно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

Развитие двигательных способностей занимает особое место в физическом воспитании дошкольников. Практика показывает, что многие дошкольники не имеют шансов достичь высоких результатов в беге, прыжках метании не потому, им мешает плохая техника движений, а главным образом недостаточно развитые основные двигательные качества - сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость. В данном аспекте, подвижные игры выступают как эффективное средство физической подготовленности. Целенаправленное, методически продуманное руководство подвижной игрой в значительной степени совершенствует, активизирует деятельность дошкольников.

Большинство исследователей дают рекомендации включать подвижные игры, которые развивают физические качества дошкольников, не только в физкультурные занятия в дошкольном образовательном учреждении и в повседневную жизнь дошкольников.

## ОЦЕНКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

### ДОШКОЛЬНИКА:

*содержание и организационно – методические*

*принципы диагностики*

В соответствии с санитарными правилами для ДОО тестирование двигательной подготовленности детей проводит инструктор по физической культуре. Воспитатели групп и медицинский персонал оказывают необходимую помощь в его организации и проведении.

При определении медицинских противопоказаний нельзя ориентироваться только на группу здоровья. Например, во вторую группу здоровья входят дети с уплощением стопы, аллергическими проявлениями, часто болеющие. В то же время к ней относят детей, имеющих более серьезные патологии (гипертензионно–гидроцефальный синдром, грыжи, пороки сердца, заболевания почек и др.). А эти дети требуют строго дифференцированного подхода к тестированию и специального набора безопасных тестов.

Диагностики двигательной подготовленности *нацелена на определение, прежде всего, степени «умелости» ребенка, т.е. выявляет уровень овладения программными двигательными умениями и навыками.* Поэтому уровень двигательной подготовленности оценивается, прежде всего, качественными параметрами. В основу современной методики оценки двигательной подготовленности дошкольника положены идеи и принципы изучения развития его движений, разработанные в отечественной и зарубежной науке и богатый опыт работы детских садов.

*При тестировании учитываются уровень здоровья ребенка, конституционные, врожденные особенности строения тела, особенности нервной системы, природные задатки двигательных способностей, а также влияние обучения и окружающей среды.*

Особое внимание следует уделить *методике проведения тестирования*, сущность которой заключается в создании игровой атмосферы. Активное использование игровой (младший и средний возраст) мотивации, включение игровых персонажей, использование маленьких призов – сувениров, предвосхищающих положительную оценку, обеспечивают проявление максимальных возможностей ребенка и позволяют дать объективную оценку уровня его двигательной подготовленности.

Оценка уровня двигательной деятельности детей проводится в начале года (исходное) и в конце (итоговое). Наиболее оптимальным для исходного тестирования считается период с 15 сентября по 15 октября. Тестирование проводится с детьми в возрасте не ранее 3 лет 6 месяцев. Полученные данные определяют дальнейшую программу воспитательно-оздоровительной и

образовательной работы с детьми, а также используются для оценки степени эффективности работы воспитатели и педагога по физической культуре.

При организации обследования следует учесть целый ряд организационно-методических условий:

- *Предварительная оценка врачом состояния здоровья детей*
- *Присутствие двух-трех взрослых* (воспитателя, инструктора по физической культуре, медицинской сестры), что позволит четко распределить функции в работе с детьми. Один может организовывать деятельность детей, подавать команды, использовать игровые и стимулирующие приемы во время тестирования, другой – вести активное наблюдение за техникой выполнения движений и состоянием детей, третий – фиксировать результаты в протоколе.
- *Подготовка протоколов*
- *Подготовка места и условий* для проведения обследования. Для объективности получения данных целесообразно проводить обследование в хорошо известных ребенку условиях в одно и то же время. Оптимальное время с 9-00 до 11-00, а также с 16-00 до 17-00, т.е. часы, в которые проявляется максимальная активность подавляющего большинства детей.
- *Проведение игровой разминки*, направленной на подготовку всего организма и отдельных мышечных групп ребенка к выполнению тестовых заданий. Длительность такой разминки 3-5 минут. Способ проведения – фронтальный. Содержание обычно составляют разные виды ходьбы и непродолжительного бега, подготовительные упражнения (но не подводящие! Так как они осуществляют обучающую функцию).
- Обязательность присутствия детей и обследующих взрослых в *спортивной обуви и форме*, что обеспечивает соответствующий настрой на результат и серьезность решаемых задач, создает оптимальные условия для получения максимальных показателей и обеспечивает установление ассоциативных связей между процессом обучения на занятии и обследовании.
- *Подготовка спортивного и игрового оборудования*, измерительных приборов, т.е. своеобразного «диагностического чемоданчика», наполненного соответствующим содержанием для каждого вида тестирования.
- Все тестовые задания (кроме теста на общую выносливость) предлагается *выполнить три раза*. Фиксируется лучший результат.
- При диагностике двигательной подготовленности педагог *не должен показывать или подсказывать способ выполнения задания*. Его словесные указания должны только нацеливать на качественное и результативное выполнение движений.
- *Использование методики игрового тестирования* («Кенгурята», «Сильные ноги», «Не задень», «Тир» и т.п.) обеспечивающей

непринужденный характер общения педагога и ребенка и выявление максимальных показателей в усвоении навыков движений.

В работе по диагностике двигательной подготовленности детей дошкольного уровня предлагается программа – минимум, которая прошла апробацию в дошкольных учреждениях общеразвивающего, комбинированного и компенсирующего вида, а также экспертизу в НИИ гигиены и охраны детей и подростков (Березина Н.О. и Лашнева И.П. 2003). Количественные показатели уровня овладения основными видами движений, получаемые с помощью тестовых заданий, дополняются активным наблюдением, позволяющим сделать полный анализ «рисунка движений ребенка». Оценка сформированности навыка движения производится по трех бальной системе (соответственно низкий, средний и высокий уровень).

### **МЕТОДИКА ОБСЛЕДОВАНИЯ ХОДЬБЫ**

Обследование лучше осуществлять в процессе занятий физической культурой, наблюдая за каждым ребенком во время ходьбы во вводной части, когда дети непринужденно и естественно продвигаются по залу (длиной не менее 10м) без каких-либо указаний. Не следует использовать установку типа «идти красиво как солдат, спортсмен, балерина», так как в данном случае ребенок переходит на шаг с высоким подниманием бедра или ходьбу с носка. Задачи исследователя – выяснить умение ребенка правильно ходить обычным шагом.

#### **ПОКАЗАТЕЛИ ХОДЬБЫ:**

##### *Младший возраст*

1. прямое ненапряженное положение туловища и головы.
2. свободные движения рук и ног (еще не ритмичны и неэнергичны)
3. согласованные движения рук и ног
4. примерное соблюдение направления с опорой на ориентиры

##### *Средний возраст*

1. прямое ненапряженное положение головы и туловища
2. свободное положение рук от плеча
3. шаг ритмичный, но еще нестабильный и тяжеловатый
4. соблюдение направления без опоры на ориентиры

### **МЕТОДИКА ОБСЛЕДОВАНИЯ БЕГА**

Обследование бега может осуществляться на физкультурном занятии во вводной части или во время проведения теста на скорость (на 30м)

#### **ПОКАЗАТЕЛИ БЕГА:**

##### *Младший возраст*

1. туловище прямое (или немного наклонено вперед)
2. выраженный момент «полета»
3. свободные движения рук
4. соблюдение направления с опорой на ориентиры

##### *Средний возраст*

1. небольшой наклон туловища, голова прямо
2. руки полусогнуты в локтевых суставах

3. выраженный вынос бедра маховой ноги (под углом 40-50°)
4. ритмичность бега

### **МЕТОДИКА ОБСЛЕДОВАНИЯ ПРЫЖКОВ**

Содержимое диагностического чемоданчика: мел, рулетка, флажки (3-4)

Обследование можно проводить в физкультурном зале (при условии наличия мата) в виде игры «Кенгуру». Детям предлагается встать около черты (на краю пропасти) и прыгнуть как можно дальше через пропасть, оттолкнувшись двумя ногами. Кенгурята должны перепрыгнуть это опасное место и вернуться невредимыми в своей маме – кенгуру. Место приземления каждого ребенка (по пяткам) отмечается флажком.

#### **ПОКАЗАТЕЛИ ПРЫЖКОВ В ДЛИНУ С МЕСТА**

##### *Младшая возраст*

1. исходное положение: ноги на ширине стопы, руки опущены
2. замах: руки слегка вперед, затем назад, ноги сгибаются в коленных суставах
3. толчок: отталкивание одновременно двумя ногами
4. полет: ноги слегка согнуты, положение рук свободное
5. приземление: мягко и одновременно на две полусогнутые ноги

##### *Средний возраст*

1. исходное положение: ноги параллельно на ширине ступни
2. замах: руки вперед, затем полуприседание с наклоном туловища и отведением рук назад
3. толчок: двумя ногами одновременно с махом руками вперед-вверх
4. полет: руки вперед-вверх, туловище и ноги выпрямлены
5. приземление: одновременно на обе ноги, мягко, с пятки на носок, положение рук свободное

### **МЕТОДИКА ОБСЛЕДОВАНИЯ МЕТАНИЯ**

Содержимое диагностического чемоданчика: мешочки (3 одного цвета и 3-другого) массой 150-200г или теннисные мячики, рулетка на 15м, флажки, мел.

Обследование проводится на площадке длиной не менее 20м, вдоль которой от линии броска натягивается рулетка. Детям предлагается по одному совершить по 3 броска каждой рукой (синими мешочками – правой рукой, а красными – левой) в виде игрового упражнения «Кто дальше». После бросков педагог фиксирует в протоколе и отмечает флажками по краю дорожки лучшие результаты в приземлении красного и синего мешочков. Обследование проводится в виде игры «Сильные руки», по результатам которой лучший игрок награждается медалькой (вымпелом, фишкой). Бросок осуществляется детьми способом «из-за спины через плечо», в младшем возрасте – «от плеча».

#### **ПОКАЗАТЕЛИ МЕТАНИЯ:**

##### *Младший возраст*

1. исходное положение: ноги слегка расставлены, мешок в опущенной руке

2. прицеливание: туловище слегка наклонено вперед, рука сгибается в локтевом суставе
3. замах: согнутая в локтевом суставе рука отводится к плечу, небольшой поворот вправо
4. бросок: рука резко выпрямляется в направлении полета, небольшой наклон туловища вперед
5. сохранение равновесия

#### *Средний возраст*

1. исходное положение: при метании правой рукой левая нога немного впереди, туловище повернуто в сторону броска, мешочек в опущенной руке
2. прицеливание: наклон туловища вперед, правая рука с мешочком поднимается вперед-вверх
3. замах: рука с мешочком проносится вниз - назад около колена и отводится в крайнее заднее положение, туловище слегка отклоняется назад
4. бросок: рука с мешочком резко выпрямляется, туловище поворачивается в сторону броска.
5. сохранение равновесия

### **ОЦЕНКА ДВИГАТЕЛЬНОГО ТВОРЧЕСТВА**

Деятельность, результатом которой является самостоятельное создание ребенком новых вариантов, комбинаций движений, основанных на использовании имеющегося у него двигательного опыта, можно рассматривать как творческую.

*Анализ* двигательного творчества можно проводить по следующим **направлениям – показателям** (Э.Я.Степаненкова):

1. отношение детей к творчеству: увлеченность, способность «войти» в воображаемые обстоятельства, в условные ситуации. Искренность переживаний.
2. Доступное ребенку качество способов творческих действий: быстрота реакции, гибкость мышления, находчивость при решении новых задач, использование различных вариантов, комбинирование знакомых элементов в новые сочетания, своеобразие способов выполнений.
3. Показатели качества детского творчества: отбор детьми характерных черт жизненных явлений, предметов, персонажей и их отражение в действии. В игре. Поиски художественных средств, удачно выражающих личное отношение детей, передающих задуманное

*Уровни* проявления двигательного творчества оцениваются по следующим **критериям**:

- Данные показатели не проявляются или проявляются в крайне стертой форме. Это – низкий (критический) уровень (1балл);
- Показатели проявляются, но не в полном объеме. С помощью и подсказкой взрослого или предлагается всего один вариант знакомого действия (игры). Это – средний уровень (2 балла);
- Дети демонстрируют яркое проявление всех трех показателей, оригинальность, самостоятельность, большее разнообразие

вариантов (два и более). Это, соответственно, высокий уровень (3 балла).

Данные критерии являются едиными для всех возрастных групп, что позволяет проследить возрастные изменения и особенности формирования творческой направленности деятельности детей с трех до семи лет.

Оценка двигательного творчества в подвижных играх в связи со спецификой этой деятельности используются все три показателя. Однако в младшей группе творчество оценивается только по первому показателю, так как на данном возрастном этапе идет накопление двигательного опыта за счет активного подражания (имитации) действиям взрослого, сверстников, животных и пр. В средней – по первому и второму признаку, Рекомендуются следующие контрольно-тестовые задания:

*В младшей группе* оценка уровня происходит на основе анализа результатов наблюдений за эмоциональным состоянием и перевоплощением ребенка во время игры.

*Средняя группа*

После игры «У медведя во бору» детям задаются вопросы:

1. Какими еще способами можно приближаться к медведю?
2. Какие препятствия могут встретиться на пути? Подбери и разложи физкультурное оборудование.
3. Кто, кроме медведя, может напугать детей в лесу? Как тогда будет называться игра? Как мы будем играть в новую игру?

По результатам обследования на всю группу по каждому виду движений составляется отдельный протокол. Сравнение полученных данных производится с показателями, приводимыми в современных программах дошкольного образования. Следующие таблицы - Показатели физической подготовленности детей дошкольного возраста (М.А.Рунова)

**ПОКАЗАТЕЛИ ПРЫЖКОВ В ДЛИНУ С МЕСТА (см) Таблица 1**

| Возраст,<br>лет | Пол | Высокий<br>уровень | Средний<br>уровень | Низкий<br>уровень |
|-----------------|-----|--------------------|--------------------|-------------------|
| 3-4 года        | М   | 67,6 и больше      | 48,0 – 66,5        | 47,0 и меньше     |
|                 | Д   | 64,0 и больше      | 38,3 – 63,9        | 38,2 и меньше     |

**ПРЫЖКИ В ДЛИНУ С МЕСТА      сентябрь 2019**

| № п/п | Фамилия, имя | Показатели техники |                       |                            |                       |                                  | Результат | Уровень |
|-------|--------------|--------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------|---------|
|       |              | И.<br>П.           | З<br>А<br>М<br>А<br>Х | Т<br>О<br>Л<br>Ч<br>О<br>К | П<br>О<br>Л<br>Е<br>Т | П<br>Р<br>И<br>З<br>Е<br>М<br>Л. |           |         |
| 1.    | Артем А.     | +                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 47.3 см   | низкий  |
| 2.    | Ариша А.     | +                  | -                     | -                          | +                     | +                                | 50.1 см   | средний |
| 3.    | Никита Б.    | -                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 34,3 см   | низкий  |
| 4.    | Леня Д.      | -                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 42.4 см   | низкий  |
| 5.    | Рома Е.      | +                  | +                     | -                          | +                     | -                                | 64.5 см   | средний |
| 6.    | Влада К.     | -                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 38.0 см   | низкий  |
| 7.    | Паша К.      | +                  | -                     | -                          | +                     | +                                | 59.7 см   | средний |
| 8.    | Святик К.    | -                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 44.7 см   | низкий  |
| 9.    | Света К.     | +                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 39.1 см   | низкий  |
| 10.   | Миша К.      | +                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 52,7 см   | низкий  |
| 11.   | Илья Л.      | +                  | +                     | -                          | +                     | -                                | 56.9 см   | средний |
| 12.   | Милана Л.    | +                  | -                     | -                          | +                     | -                                | 52.5 см   | средний |
| 13.   | Маша Н.      | -                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 48.1 см   | низкий  |
| 14.   | Даня О.      | -                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 49.7 см   | низкий  |
| 15.   | Глеб О.      | +                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 50.8 см   | низкий  |
| 16.   | Лев П.       | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 68.6 см   | высокий |
| 17.   | Артем С.     | +                  | +                     | -                          | -                     | -                                | 56.4 см   | низкий  |
| 18.   | Ваня Т.      | -                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 45.9 см   | низкий  |
| 19.   | Аня Т.       | +                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 37.4 см   | низкий  |
| 20.   | Ульяна Ф.    | +                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 32.8 см   | низкий  |
| 21.   | Саша Ф.      | -                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 45.6 см   | низкий  |
| 22.   | Лиза Х.      | -                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 35.9 см   | низкий  |

**ПОКАЗАТЕЛИ БЕГА (30 м,сек) Таблица 2**

| <b>Возраст,<br/>лет</b> | <b>Пол</b> | <b>Высокий<br/>уровень</b> | <b>Средний<br/>уровень</b> | <b>Низкий<br/>уровень</b> |
|-------------------------|------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|
| <b>3-4 года</b>         | М          | 9.4 – 9.0                  | 9,5 – 9,9                  | 10.0 – 10.5               |
|                         | Д          | 9.9 – 9.5                  | 9,8 – 10,2                 | 10,3 – 12.0               |

**КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ БЕГА сентябрь 2019**

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Фамилия,<br/>имя ребенка</b> | <b>Высокий<br/>уровень</b> | <b>Средний<br/>уровень</b> | <b>Низкий<br/>уровень</b> |
|------------------|---------------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|
| 1.               | Артем А.                        |                            |                            | 10.4                      |
| 2.               | Ариша А.                        |                            |                            | 11.1                      |
| 3.               | Никита Б.                       |                            |                            | 11.8                      |
| 4.               | Леня Д.                         |                            |                            | 12.5                      |
| 5.               | Рома Е.                         |                            | 9.7                        |                           |
| 6.               | Влада К.                        |                            |                            | 13.9                      |
| 7.               | Паша К.                         |                            | 9.5                        |                           |
| 8.               | Святик К.                       |                            |                            | 12.8                      |
| 9.               | Света К.                        |                            |                            | 13.5                      |
| 10.              | Миша К.                         |                            |                            | 10.0                      |
| 11.              | Илья Л.                         |                            | 9.7                        |                           |
| 12.              | Милана Л.                       |                            |                            | 12.0                      |
| 13.              | Маша Н.                         |                            |                            | 10.3                      |
| 14.              | Даня О.                         |                            |                            | 10.8                      |
| 15.              | Глеб О.                         |                            |                            | 11.7                      |
| 16.              | Лев П.                          |                            | 9.5                        |                           |
| 17.              | Артем С.                        |                            |                            | 10.5                      |
| 18.              | Ваня Т.                         |                            |                            | 11.8                      |
| 19.              | Аня Т.                          |                            |                            | 12.4                      |
| 20.              | Ульяна Ф.                       |                            |                            | 13.5                      |
| 21.              | Саша Ф.                         |                            |                            | 12.3                      |
| 22.              | Лиза Х.                         |                            | 10,2                       |                           |

**ПОКАЗАТЕЛИ МЕТАНИЯ ВДАЛЬ (м)      сентябрь 2019      Таблица 3**

| <b>Возраст<br/>лет</b> | <b>Пол</b>                 | <b>Высокий<br/>уровень</b>                                   | <b>Средний<br/>уровень</b> | <b>Низкий<br/>уровень</b>                                |
|------------------------|----------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------|
| <b>3-4 года</b>        | М пр<br>лев<br>Д пр<br>Лев | 3,6 и дальше<br>3,0 и дальше<br>2,3 и дальше<br>1,9 и дальше | 2,7<br>2,5<br>1,9<br>1,6   | 1,8 и ближе<br>2,0 и ближе<br>1,5 и ближе<br>1,3 и ближе |
| № п/п                  | Фамилия, имя<br>ребенка    | Высокий уровень                                              | Средний уровень            | Низкий уровень                                           |
| 1.                     | Артем А.                   |                                                              |                            | 1.7 пр, 1.9 лев                                          |
| 2.                     | Ариша А.                   |                                                              |                            | 1.2 пр, 1 лев                                            |
| 3.                     | Никита Б.                  |                                                              |                            | 1,2 пр, 1.6 лев                                          |
| 4.                     | Леня Д.                    |                                                              |                            | 1.3 пр, 1.2 лев                                          |
| 5.                     | Рома Е.                    |                                                              | 2.9 пр, 2.5 лев            |                                                          |
| 6.                     | Влада К.                   |                                                              |                            | 1.0 пр, 0.4 лев                                          |
| 7.                     | Паша К.                    |                                                              | 3 пр, 2.7 лев              |                                                          |
| 8.                     | Святик К.                  |                                                              |                            | 1.3 пр, 0.8 лев                                          |
| 9.                     | Света К.                   |                                                              |                            | 1.5 пр, 1.4 лев                                          |
| 10.                    | Миша К.                    |                                                              |                            | 1.7 пр, 1.9 лев                                          |
| 11.                    | Илья Л.                    |                                                              | 2.8 пр, 2.6 лев            |                                                          |
| 12.                    | Милана Л.                  |                                                              |                            | 1.4 пр, 1.3 лев                                          |
| 13.                    | Маша Н.                    |                                                              | 2.0 пр, 1.4 лев            |                                                          |
| 14.                    | Даня О.                    |                                                              |                            | 1.6 пр, 1.2 лев                                          |
| 15.                    | Глеб О.                    |                                                              |                            | 0.8 пр, 0.6 лев                                          |
| 16.                    | Лев П.                     |                                                              |                            | 1.9 пр, 2.3 лев                                          |
| 17.                    | Артем С.                   |                                                              |                            | 1.2 пр, 1.0 лев                                          |
| 18.                    | Ваня Т.                    |                                                              |                            | 1.3 пр, 1.1 лев                                          |
| 19.                    | Аня Т.                     |                                                              |                            | 1.7 пр., 1.4 лев                                         |
| 20.                    | Ульяна Ф.                  |                                                              |                            | 2.2 пр, 1.5 лев                                          |
| 21.                    | Саша Ф.                    |                                                              |                            | 2.0 пр, 2.0 лев                                          |
| 22.                    | Лиза Х.                    |                                                              | 2.4 пр, 1.6 лев            |                                                          |

# ОЦЕНКА ДВИГАТЕЛЬНОГО ТВОРЧЕСТВА

Таблица 4

сентябрь 2019

| №<br>п/п | Фамилия, имя<br>ребенка | Отношение детей к творчеству: |                                                               |                            | Уровень |
|----------|-------------------------|-------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------|---------|
|          |                         | увлеченность                  | способность<br>«войти»<br>в<br>воображаемые<br>обстоятельства | искренность<br>переживаний |         |
| 1.       | Артем А.                | +                             | +                                                             | -                          | Средний |
| 2.       | Ариша А.                | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 3.       | Никита Б.               | +                             | -                                                             | -                          | Низкий  |
| 4.       | Леня Д.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 5.       | Рома Е.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 6.       | Влада К.                | +                             | -                                                             | -                          | Средний |
| 7.       | Паша К.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 8.       | Святик К.               | +                             | -                                                             | -                          | Средний |
| 9.       | Света К.                | +                             | -                                                             | -                          | Средний |
| 10.      | Миша К.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 11.      | Илья Л.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 12.      | Милана Л.               | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 13.      | Маша Н.                 | +                             | +                                                             | -                          | Средний |
| 14.      | Даня О.                 | +                             | +                                                             | -                          | Средний |
| 15.      | Глеб О.                 | +                             | +                                                             | -                          | Средний |
| 16.      | Лев П.                  | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 17.      | Артем С.                | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 18.      | Ваня Т.                 | +                             | -                                                             | -                          | Средний |
| 19.      | Аня Т.                  | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 20.      | Ульяна Ф.               | +                             | -                                                             | -                          | Средний |
| 21.      | Саша Ф.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 22.      | Лиза Х.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |

**ПОКАЗАТЕЛИ ПРЫЖКОВ В ДЛИНУ С МЕСТА (см) Таблица5**

| Возраст,<br>лет | Пол | Высокий<br>уровень | Средний<br>уровень | Низкий<br>уровень |
|-----------------|-----|--------------------|--------------------|-------------------|
| 3-4 года        | М   | 67,6 и больше      | 48,0 – 66.5        | 47,0 и меньше     |
|                 | Д   | 64.0 и больше      | 38.3 – 63,9        | 38,2 и меньше     |

**ПРЫЖКИ В ДЛИНУ С МЕСТА июнь 2020**

| № п/п | Фамилия, имя | Показатели техники |                       |                            |                       |                                  | Результат | Уровень |
|-------|--------------|--------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------|---------|
|       |              | И.<br>П.           | З<br>А<br>М<br>А<br>Х | Т<br>О<br>Л<br>Ч<br>О<br>К | П<br>О<br>Л<br>Е<br>Т | П<br>Р<br>И<br>З<br>Е<br>М<br>Л. |           |         |
| 1.    | Артем А.     | +                  | +                     | -                          | -                     | +                                | 56.9 см   | средний |
| 2.    | Ариша А.     | +                  | +                     | -                          | +                     | +                                | 62.4 см   | средний |
| 3.    | Никита Б.    | -                  | -                     | +                          | +                     | -                                | 49,1 см   | средний |
| 4.    | Леня Д.      | +                  | +                     | +                          | -                     | -                                | 48.3 см   | средний |
| 5.    | Рома Е.      | +                  | +                     | +                          | +                     | -                                | 73.9 см   | высокий |
| 6.    | Влада К.     | +                  | +                     | -                          | +                     | -                                | 56.7 см   | средний |
| 7.    | Паша К.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 69.9 см   | высокий |
| 8.    | Святик К.    | +                  | +                     | -                          | -                     | -                                | 49.7 см   | средний |
| 9.    | Света К.     | +                  | +                     | +                          | -                     | -                                | 51.1 см   | средний |
| 10.   | Миша К.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 67,7 см   | высокий |
| 11.   | Илья Л.      | +                  | +                     | +                          | +                     | -                                | 75.0 см   | высокий |
| 12.   | Милана Л.    | +                  | +                     | +                          | +                     | -                                | 62.4 см   | средний |
| 13.   | Маша Н.      | +                  | +                     | +                          | -                     | -                                | 63.1 см   | средний |
| 14.   | Даня О.      | +                  | +                     | +                          | -                     | -                                | 65.3 см   | средний |
| 15.   | Глеб О.      | +                  | +                     | +                          | -                     | +                                | 59.9 см   | средний |
| 16.   | Лев П.       | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 88.9 см   | высокий |
| 17.   | Артем С.     | +                  | +                     | -                          | +                     | -                                | 66.3 см   | средний |
| 18.   | Ваня Т.      | +                  | +                     | +                          | -                     | -                                | 55.6 см   | средний |
| 19.   | Аня Т.       | +                  | +                     | +                          | -                     | +                                | 48.7 см   | средний |
| 20.   | Ульяна Ф.    | +                  | +                     | -                          | +                     | -                                | 43.5 см   | средний |
| 21.   | Саша Ф.      | +                  | +                     | -                          | +                     | -                                | 53.6 см   | средний |
| 22.   | Лиза Х.      | +                  | +                     | +                          | -                     | -                                | 63.9 см   | средний |

**ПОКАЗАТЕЛИ БЕГА (30 м,сек) Таблица 6**

| <b>Возраст,<br/>лет</b> | <b>Пол</b> | <b>Высокий<br/>уровень</b> | <b>Средний<br/>уровень</b> | <b>Низкий<br/>уровень</b> |
|-------------------------|------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|
| <b>3-4 года</b>         | М          | 9.4 – 9.0                  | 9,5 – 9,9                  | 10.0 – 10.5               |
|                         | Д          | 9.9 – 9.5                  | 9,8 – 10,2                 | 10,3 – 12.0               |

**КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ БЕГА июнь 2020**

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Фамилия,<br/>имя ребенка</b> | <b>Высокий<br/>уровень</b> | <b>Средний<br/>уровень</b> | <b>Низкий<br/>уровень</b> |
|------------------|---------------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|
| 1.               | Артем А.                        |                            | 9.6                        |                           |
| 2.               | Ариша А.                        |                            | 10,2                       |                           |
| 3.               | Никита Б.                       |                            |                            | 10.3                      |
| 4.               | Леня Д.                         |                            | 9,9                        |                           |
| 5.               | Рома Е.                         | 9,0                        |                            |                           |
| 6.               | Влада К.                        |                            | 10,2                       |                           |
| 7.               | Паша К.                         | 9,2                        |                            |                           |
| 8.               | Святик К.                       |                            | 9,8                        |                           |
| 9.               | Света К.                        |                            | 10,0                       |                           |
| 10.              | Миша К.                         |                            | 9,6                        |                           |
| 11.              | Илья Л.                         | 9,4                        |                            |                           |
| 12.              | Милана Л.                       |                            | 10.0                       |                           |
| 13.              | Маша Н.                         |                            | 9.8                        |                           |
| 14.              | Даня О.                         |                            | 9,9                        |                           |
| 15.              | Глеб О.                         |                            | 9,9                        |                           |
| 16.              | Лев П.                          |                            |                            |                           |
| 17.              | Артем С.                        | 9,0                        | 9,7                        |                           |
| 18.              | Ваня Т.                         |                            | 9,9                        |                           |
| 19.              | Аня Т.                          |                            | 10,1                       |                           |
| 20.              | Ульяна Ф.                       |                            |                            | 10.3                      |
| 21.              | Саша Ф.                         |                            | 9,5                        |                           |
| 22.              | Лиза Х.                         | 9,5                        |                            |                           |

**ПОКАЗАТЕЛИ МЕТАНИЯ ВДАЛЬ (м)    июнь 2020    Таблица 7**

| <b>Возраст<br/>лет</b> | <b>Пол</b>                 | <b>Высокий<br/>уровень</b>                                   | <b>Средний<br/>уровень</b> | <b>Низкий<br/>уровень</b>                                |
|------------------------|----------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------|
| <b>3-4 года</b>        | М пр<br>лев<br>Д пр<br>Лев | 3,6 и дальше<br>3,0 и дальше<br>2,3 и дальше<br>1,9 и дальше | 2,7<br>2,5<br>1,9<br>1,6   | 1,8 и ближе<br>2,0 и ближе<br>1,5 и ближе<br>1,3 и ближе |
| № п/п                  | Фамилия, имя<br>ребенка    | Высокий уровень                                              | Средний уровень            | Низкий уровень                                           |
| 1.                     | Артем А.                   |                                                              | 2,8 пр, 2.6 лев            |                                                          |
| 2.                     | Ариша А.                   |                                                              | 2,0 пр, 1,7 лев            |                                                          |
| 3.                     | Никита Б.                  |                                                              |                            | 1,2 пр, 1.6 лев                                          |
| 4.                     | Леня Д.                    |                                                              |                            | 1.3 пр, 1.2 лев                                          |
| 5.                     | Рома Е.                    |                                                              | 3.4 пр, 2.9 лев            |                                                          |
| 6.                     | Влада К.                   |                                                              |                            | 1.0 пр, 0.4 лев                                          |
| 7.                     | Паша К.                    |                                                              | 3,2 пр, 2.8 лев            |                                                          |
| 8.                     | Святик К.                  |                                                              |                            | 1.3 пр, 0.8 лев                                          |
| 9.                     | Света К.                   |                                                              |                            | 1.5 пр, 1.4 лев                                          |
| 10.                    | Миша К.                    |                                                              | 3,3 пр. 3.0 лев            |                                                          |
| 11.                    | Илья Л.                    |                                                              | 2.9пр, 2.9 лев             |                                                          |
| 12.                    | Милана Л.                  |                                                              |                            | 1.4 пр, 1.3 лев                                          |
| 13.                    | Маша Н.                    |                                                              | 2.2пр, 1.4 лев             |                                                          |
| 14.                    | Даня О.                    |                                                              |                            | 1.8пр, 1.5 лев                                           |
| 15.                    | Глеб О.                    |                                                              |                            | 1.7пр, 0.9 лев                                           |
| 16.                    | Лев П.                     |                                                              |                            |                                                          |
| 17.                    | Артем С.                   |                                                              | 3,1 пр, 2,9 лев            |                                                          |
| 18.                    | Ваня Т.                    |                                                              | 2,9 пр, 2,0 лев            | 1.9пр, 1.4 лев                                           |
| 19.                    | Аня Т.                     |                                                              |                            | 1.9 пр., 1.6 лев                                         |
| 20.                    | Ульяна Ф.                  |                                                              |                            |                                                          |
| 21.                    | Саша Ф.                    |                                                              | 2, 8 пр, 2,6 лев           | 2.0 пр, 2.0 лев                                          |
| 22.                    | Лиза Х.                    |                                                              | 2.4 пр, 1.6лев             |                                                          |

# ОЦЕНКА ДВИГАТЕЛЬНОГО ТВОРЧЕСТВА Таблица 8

июнь 2020

| №<br>п/п | Фамилия, имя<br>ребенка | Отношение детей к творчеству: |                                                               |                            | Уровень |
|----------|-------------------------|-------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------|---------|
|          |                         | увлеченность                  | способность<br>«войти»<br>в<br>воображаемые<br>обстоятельства | искренность<br>переживаний |         |
| 1.       | Артем А.                | +                             | +                                                             | -                          | Средний |
| 2.       | Ариша А.                | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 3.       | Никита Б.               | +                             | +                                                             | -                          | Средний |
| 4.       | Леня Д.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 5.       | Рома Е.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 6.       | Влада К.                | +                             | +                                                             | -                          | Средний |
| 7.       | Паша К.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 8.       | Святик К.               | +                             | +                                                             | -                          | Средний |
| 9.       | Света К.                | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 10.      | Миша К.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 11.      | Илья Л.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 12.      | Милана Л.               | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 13.      | Маша Н.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 14.      | Даня О.                 | +                             | +                                                             | -                          | Средний |
| 15.      | Глеб О.                 | +                             | +                                                             | -                          | Средний |
| 16.      | Лев П.                  | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 17.      | Артем С.                | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 18.      | Ваня Т.                 | +                             | +                                                             | -                          | Средний |
| 19.      | Аня Т.                  | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 20.      | Ульяна Ф.               | +                             | +                                                             | -                          | Средний |
| 21.      | Саша Ф.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |
| 22.      | Лиза Х.                 | +                             | +                                                             | +                          | Высокий |

**ПОКАЗАТЕЛИ ПРЫЖКОВ В ДЛИНУ С МЕСТА (см) Таблица9**

| <b>Возраст,<br/>лет</b> | <b>Пол</b> | <b>Высокий<br/>уровень</b> | <b>Средний<br/>уровень</b> | <b>Низкий<br/>уровень</b> |
|-------------------------|------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|
| <b>4-5 лет</b>          | М          | 70,0 и больше              | 58,0 – 69.5                | 57,0 и меньше             |
|                         | Д          | 70.0 и больше              | 60,0 – 70,0                | 59,0 и меньше             |

**ПРЫЖКИ В ДЛИНУ С МЕСТА    сентябрь 2020**

| № п/п | Фамилия, имя | Показатели техники |                       |                            |                       |                                  | Результат | Уровень |
|-------|--------------|--------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------|---------|
|       |              | И.<br>П.           | З<br>А<br>М<br>А<br>Х | Т<br>О<br>Л<br>Ч<br>О<br>К | П<br>О<br>Л<br>Е<br>Т | П<br>Р<br>И<br>З<br>Е<br>М<br>Л. |           |         |
| 1.    | Артем А.     | +                  | -                     | +                          | +                     | -                                | 61.3 см   | Средний |
| 2.    | Ариша А.     | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 73.9 см   | Высокий |
| 3.    | Никита Б.    | +                  | +                     | -                          | -                     | -                                | 57 см     | Низкий  |
| 4.    | Леня Д.      | +                  | +                     | -                          | -                     | -                                | 60.2 см   | Средний |
| 5.    | Рома Е.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 86.1 см   | Высокий |
| 6.    | Влада К.     | +                  | +                     | -                          | -                     | -                                | 60.4 см   | Средний |
| 7.    | Паша К.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 76.6 см   | Высокий |
| 8.    | Святик К.    | +                  | +                     | -                          | -                     | +                                | 57.0 см   | Средний |
| 9.    | Света К.     | +                  | +                     | -                          | +                     | -                                | 60.1 см   | Средний |
| 10.   | Миша К.      | +                  | +                     | -                          | +                     | -                                | 67 см     | Средний |
| 11.   | Илья Л.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 91.1 см   | Высокий |
| 12.   | Милана Л.    | +                  | -                     | +                          | +                     | -                                | 63.2 см   | Средний |
| 13.   | Маша Н.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 68.7 см   | Средний |
| 14.   | Даня О.      | +                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 53.7 см   | Низкий  |
| 15.   | Глеб О.      | +                  | -                     | -                          | +                     | +                                | 60.9 см   | Средний |
| 16.   | Лев П.       | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 98.7 см   | Высокий |
| 17.   | Артем С.     | +                  | +                     | -                          | +                     | -                                | 63.5 см   | Средний |
| 18.   | Ваня Т.      | +                  | -                     | -                          | -                     | -                                | 54.2 см   | Низкий  |
| 19.   | Аня Т.       | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 59.9 см   | Средний |
| 20.   | Ульяна Ф.    | +                  | +                     | -                          | -                     | -                                | 52.1 см   | Низкий  |
| 21.   | Саша Ф.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 58.5 см   | Средний |
| 22.   | Лиза Х.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 69.8 см   | Средний |

**ПОКАЗАТЕЛИ БЕГА (30 м, сек) Таблица10**

| <b>Возраст,<br/>лет</b> | <b>Пол</b> | <b>Высокий<br/>уровень</b> | <b>Средний<br/>уровень</b> | <b>Низкий<br/>уровень</b> |
|-------------------------|------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|
| <b>4-5 лет</b>          | М          | 9,4 – 8.7                  | 9,5 – 9,9                  | 10.0 – 10.7               |
|                         | Д          | 9,8 – 8,7                  | 9,9 – 10,2                 | 10,3 – 12.7               |

**КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ БЕГА сентябрь 2020**

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Фамилия,<br/>имя ребенка</b> | <b>Высокий<br/>уровень</b> | <b>Средний<br/>уровень</b> | <b>Низкий<br/>уровень</b> |
|------------------|---------------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|
| 1.               | Артем А.                        |                            | 9.7                        |                           |
| 2.               | Ариша А.                        |                            | 10.1                       |                           |
| 3.               | Никита Б.                       |                            |                            | 10.7                      |
| 4.               | Леня Д.                         |                            |                            | 10.5                      |
| 5.               | Рома Е.                         | 9.4                        |                            |                           |
| 6.               | Влада К.                        |                            |                            | 12.7                      |
| 7.               | Паша К.                         | 8.7                        |                            |                           |
| 8.               | Святик К.                       |                            | 9.6                        |                           |
| 9.               | Света К.                        |                            |                            | 10.5                      |
| 10.              | Миша К.                         | 8.9                        |                            |                           |
| 11.              | Илья Л.                         |                            | 9.9                        |                           |
| 12.              | Милана Л.                       |                            | 9.5                        |                           |
| 13.              | Маша Н.                         |                            | 9.8                        |                           |
| 14.              | Даня О.                         |                            |                            | 10.2                      |
| 15.              | Глеб О.                         |                            |                            | 10.7                      |
| 16.              | Лев П.                          | 8.7                        |                            |                           |
| 17.              | Артем С.                        |                            | 10.2                       |                           |
| 18.              | Ваня Т.                         |                            | 9.6                        |                           |
| 19.              | Аня Т.                          |                            | 10.1                       |                           |
| 20.              | Ульяна Ф.                       |                            |                            | 12.7                      |
| 21.              | Саша Ф.                         |                            | 9.5                        |                           |
| 22.              | Лиза Х.                         |                            | 9,9                        |                           |

| <b>Возраст<br/>лет</b> | <b>Пол</b>                 | <b>Высокий<br/>уровень</b>                                   | <b>Средний<br/>уровень</b> | <b>Низкий<br/>уровень</b>                                                                           |
|------------------------|----------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>4-5 лет</b>         | М пр<br>лев<br>Д пр<br>Лев | 5,5 и дальше<br>4,8 и дальше<br>5,2 и дальше<br>3,7 и дальше | 4,1<br>3,4<br>3,4<br>2,8   | 2,5 и ближе<br>2,0 и ближе<br>2,4 и ближе<br>1,8 и ближе                                            |
| № п/п                  | Фамилия, имя<br>ребенка    | Высокий уровень                                              | Средний уровень            | Низкий уровень                                                                                      |
| 1.                     | Артем А.                   | 5,6 пр, 4.9лев                                               | 4.0 пр,3,2 лев             | 2,3 пр, 1.9 лев<br>2.0 пр, 1.6 лев<br><br>1.2 пр, 0.6 лев<br><br>2.3 пр, 1.8 лев<br>2.1 пр, 1.4 лев |
| 2.                     | Ариша А.                   |                                                              | 3,2 пр, 2,3 лев            |                                                                                                     |
| 3.                     | Никита Б.                  |                                                              |                            |                                                                                                     |
| 4.                     | Леня Д.                    |                                                              |                            |                                                                                                     |
| 5.                     | Рома Е.                    |                                                              |                            |                                                                                                     |
| 6.                     | Влада К.                   |                                                              |                            |                                                                                                     |
| 7.                     | Паша К.                    |                                                              |                            |                                                                                                     |
| 8.                     | Святик К.                  |                                                              |                            |                                                                                                     |
| 9.                     | Света К.                   |                                                              |                            |                                                                                                     |
| 10.                    | Миша К.                    |                                                              | 9пр, 3.1 лев               |                                                                                                     |
| 11.                    | Илья Л.                    | 5.8 пр, 4.7 лев                                              |                            | 2.0 пр, 1.8 лев<br><br>2.1 пр, 1.7 лев<br>1.8 пр, 1.6 лев                                           |
| 12.                    | Милана Л.                  |                                                              |                            |                                                                                                     |
| 13.                    | Маша Н.                    |                                                              | 3.0 пр, 2.4 лев            |                                                                                                     |
| 14.                    | Даня О.                    |                                                              |                            |                                                                                                     |
| 15.                    | Глеб О.                    |                                                              |                            |                                                                                                     |
| 16.                    | Лев П.                     |                                                              |                            |                                                                                                     |
| 17.                    | Артем С.                   |                                                              | 3.2 пр, 2.1 лев            |                                                                                                     |
| 18.                    | Ваня Т.                    |                                                              | 3.6 пр, 3.2 лев            |                                                                                                     |
| 19.                    | Аня Т.                     |                                                              |                            |                                                                                                     |
| 20.                    | Ульяна Ф.                  |                                                              |                            |                                                                                                     |
| 21.                    | Саша Ф.                    |                                                              |                            | 1.7 пр., 1.4 лев<br>2.2 пр, 1.5 лев                                                                 |
| 22.                    | Лиза Х.                    |                                                              | 2.6 пр, 1.9 лев            | 2.0 пр, 2.0 лев                                                                                     |

# ОЦЕНКА ДВИГАТЕЛЬНОГО ТВОРЧЕСТВА

Таблица 12

сентябрь 2020

| №<br>п/п | Фамилия, имя<br>ребенка | Отношение детей к<br>творчеству |                                        |                            | Качество способов творческих действий |                   |              |                                      |                                      |             | Уровень |
|----------|-------------------------|---------------------------------|----------------------------------------|----------------------------|---------------------------------------|-------------------|--------------|--------------------------------------|--------------------------------------|-------------|---------|
|          |                         | увлеченность                    | способность<br>«войти»<br>воображаемые | искренность<br>переживаний | быстрота реакции                      | гибкость мышления | находчивость | использование<br>различных вариантов | комбинирование<br>знаковых элементов | своеобразие |         |
| 1.       | Артем А.                | +                               | +                                      | -                          | -                                     | -                 | -            | +                                    | +                                    | -           | Низкий  |
| 2.       | Ариша А.                | +                               | +                                      | +                          | -                                     | +                 | +            | +                                    | +                                    | +           | Высокий |
| 3.       | Никита Б.               | -                               | -                                      | -                          | -                                     | -                 | -            | -                                    | -                                    | -           | Низкий  |
| 4.       | Леня Д.                 | +                               | +                                      | +                          | -                                     | +                 | -            | +                                    | +                                    | +           | Средний |
| 5.       | Рома Е.                 | +                               | +                                      | +                          | -                                     | +                 | +            | -                                    | +                                    | +           | Средний |
| 6.       | Влада К.                | +                               | +                                      | -                          | -                                     | -                 | -            | -                                    | -                                    | -           | Низкий  |
| 7.       | Паша К.                 | +                               | +                                      | +                          | +                                     | +                 | -            | +                                    | +                                    | +           | Высокий |
| 8.       | Святик К.               | +                               | -                                      | +                          | -                                     | -                 | -            | -                                    | -                                    | -           | Низкий  |
| 9.       | Света К.                | +                               | +                                      | +                          | -                                     | -                 | -            | -                                    | -                                    | -           | Низкий  |
| 10.      | Миша К.                 | +                               | +                                      | +                          | +                                     | +                 | +            | +                                    | +                                    | +           | Высокий |
| 11.      | Илья Л.                 | +                               | +                                      | +                          | +                                     | +                 | +            | +                                    | +                                    | +           | Высокий |
| 12.      | Милана Л.               | +                               | +                                      | +                          | +                                     | +                 | +            | +                                    | +                                    | +           | Высокий |
| 13.      | Маша Н.                 | +                               | +                                      | +                          | -                                     | +                 | -            | +                                    | +                                    | -           | Средний |
| 14.      | Даня О.                 | +                               | +                                      | -                          | -                                     | +                 | +            | -                                    | -                                    | +           | Средний |
| 15.      | Глеб О.                 | +                               | +                                      | +                          | -                                     | +                 | +            | +                                    | +                                    | +           | Средний |
| 16.      | Лев П.                  | +                               | +                                      | +                          | +                                     | +                 | +            | +                                    | +                                    | +           | Высокий |
| 17.      | Артем С.                | +                               | +                                      | +                          | +                                     | +                 | +            | +                                    | +                                    | +           | Высокий |
| 18.      | Ваня Т.                 | +                               | -                                      | +                          | +                                     | +                 | +            | +                                    | -                                    | -           | Средний |
| 19.      | Аня Т.                  | +                               | +                                      | +                          | -                                     | +                 | +            | -                                    | +                                    | +           | Высокий |
| 20.      | Ульяна Ф.               | +                               | +                                      | -                          | -                                     | -                 | -            | +                                    | -                                    | -           | Низкий  |
| 21.      | Саша Ф.                 | +                               | +                                      | +                          | +                                     | +                 | +            | +                                    | +                                    | +           | Высокий |
| 22.      | Лиза Х.                 | +                               | +                                      | +                          | -                                     | +                 | -            | +                                    | +                                    | -           | Средний |

**ПОКАЗАТЕЛИ ПРЫЖКОВ В ДЛИНУ С МЕСТА (см) Таблица 13**

| <b>Возраст,<br/>лет</b> | <b>Пол</b> | <b>Высокий<br/>уровень</b> | <b>Средний<br/>уровень</b> | <b>Низкий<br/>уровень</b> |
|-------------------------|------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|
| <b>4-5 лет</b>          | М          | 70,0 и больше              | 58,0 – 69.5                | 57,0 и меньше             |
|                         | Д          | 70.0 и больше              | 60,0 – 70,0                | 59,0 и меньше             |

**ПРЫЖКИ В ДЛИНУ С МЕСТА    апрель 2021**

| № п/п | Фамилия, имя | Показатели техники |                       |                            |                       |                                  | Результат | Уровень |
|-------|--------------|--------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------|---------|
|       |              | И.<br>П.           | З<br>А<br>М<br>А<br>Х | Т<br>О<br>Л<br>Ч<br>О<br>К | П<br>О<br>Л<br>Е<br>Т | П<br>Р<br>И<br>З<br>Е<br>М<br>Л. |           |         |
| 1.    | Артем А.     | +                  | -                     | +                          | +                     | -                                | 72.4 см   | Средний |
| 2.    | Ариша А.     | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 76.0 см   | Высокий |
| 3.    | Никита Б.    | +                  | +                     | -                          | -                     | -                                | 57 см     | Низкий  |
| 4.    | Леня Д.      | +                  | +                     | -                          | -                     | -                                | 67.3 см   | Средний |
| 5.    | Рома Е.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 94.0 см   | Высокий |
| 6.    | Влада К.     | +                  | +                     | -                          | -                     | -                                | 70.0 см   | Средний |
| 7.    | Паша К.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 78.2 см   | Высокий |
| 8.    | Святик К.    | +                  | +                     | -                          | -                     | +                                | 58.0 см   | Средний |
| 9.    | Света К.     | +                  | +                     | -                          | +                     | -                                | 67.6 см   | Средний |
| 10.   | Миша К.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 72.8 см   | Высокий |
| 11.   | Илья Л.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 93.9 см   | Высокий |
| 12.   | Милана Л.    | +                  | -                     | +                          | +                     | -                                | 69.1 см   | Средний |
| 13.   | Маша Н.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 73.7 см   | Высокий |
| 14.   | Даня О.      | +                  | +                     | +                          | -                     | -                                | 68.7 см   | Средний |
| 15.   | Глеб О.      | +                  | -                     | -                          | +                     | +                                | 64.4 см   | Средний |
| 16.   | Лев П.       | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 104.7 см  | Высокий |
| 17.   | Артем С.     | +                  | +                     | -                          | +                     | +                                | 72.5 см   | Высокий |
| 18.   | Ваня Т.      | +                  | +                     | +                          | +                     | -                                | 65.9 см   | Средний |
| 19.   | Аня Т.       | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 69.0 см   | Средний |
| 20.   | Ульяна Ф.    | +                  | +                     | +                          | -                     | +                                | 62.9 см   | Средний |
| 21.   | Саша Ф.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 69.5 см   | Средний |
| 22.   | Лиза Х.      | +                  | +                     | +                          | +                     | +                                | 75.8 см   | Высокий |

**ПОКАЗАТЕЛИ БЕГА (30 м, сек) Таблица 14**

| <b>Возраст,<br/>лет</b> | <b>Пол</b> | <b>Высокий<br/>уровень</b> | <b>Средний<br/>уровень</b> | <b>Низкий<br/>уровень</b> |
|-------------------------|------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|
| <b>4-5 лет</b>          | М          | 9,4 – 8.7                  | 9,5 – 9,9                  | 10.0 – 10.7               |
|                         | Д          | 9,8 – 8,7                  | 9,9 – 10,2                 | 10,3 – 12.7               |

**КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ БЕГА апрель 2021**

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Фамилия,<br/>имя ребенка</b> | <b>Высокий<br/>уровень</b> | <b>Средний<br/>уровень</b> | <b>Низкий<br/>уровень</b> |
|------------------|---------------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|
| 1.               | Артем А.                        |                            | 9.5                        | 10.0                      |
| 2.               | Ариша А.                        |                            | 9.9                        |                           |
| 3.               | Никита Б.                       |                            |                            |                           |
| 4.               | Леня Д.                         |                            | 9.7                        |                           |
| 5.               | Рома Е.                         | 8.8                        |                            |                           |
| 6.               | Влада К.                        |                            | 10.0                       |                           |
| 7.               | Паша К.                         | 8.4                        |                            |                           |
| 8.               | Святик К.                       |                            | 9.5                        |                           |
| 9.               | Света К.                        |                            | 9.9                        |                           |
| 10.              | Миша К.                         | 8.7                        |                            |                           |
| 11.              | Илья Л.                         | 8.7                        |                            |                           |
| 12.              | Милана Л.                       | 9.8                        |                            |                           |
| 13.              | Маша Н.                         | 9.0                        |                            |                           |
| 14.              | Даня О.                         |                            | 9.5                        |                           |
| 15.              | Глеб О.                         |                            | 9.9                        |                           |
| 16.              | Лев П.                          | 8.4                        |                            |                           |
| 17.              | Артем С.                        | 9.4                        |                            |                           |
| 18.              | Ваня Т.                         |                            | 9.5                        |                           |
| 19.              | Аня Т.                          |                            | 9.9                        |                           |
| 20.              | Ульяна Ф.                       |                            | 10.2                       |                           |
| 21.              | Саша Ф.                         | 8.7                        |                            |                           |
| 22.              | Лиза Х.                         | 8.7                        |                            |                           |

| <b>Возраст<br/>лет</b> | <b>Пол</b>                      | <b>Высокий<br/>уровень</b>                                   | <b>Средний<br/>уровень</b> | <b>Низкий<br/>уровень</b>                                |
|------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------|
| <b>4-5 лет</b>         | М пр<br>лев<br>Д пр<br>Лев      | 5,5 и дальше<br>4,8 и дальше<br>5,2 и дальше<br>3,7 и дальше | 4,1<br>3,4<br>3,4<br>2,8   | 2,5 и ближе<br>2,0 и ближе<br>2,4 и ближе<br>1,8 и ближе |
| <b>№ п/п</b>           | <b>Фамилия, имя<br/>ребенка</b> | <b>Высокий уровень</b>                                       | <b>Средний уровень</b>     | <b>Низкий уровень</b>                                    |
| 1.                     | Артем А.                        | 5.5 пр 4.8 лев                                               |                            |                                                          |
| 2.                     | Ариша А.                        |                                                              | 3,6 пр, 2,8 лев            |                                                          |
| 3.                     | Никита Б.                       |                                                              |                            | 2,5 пр, 2.0 лев                                          |
| 4.                     | Леня Д.                         |                                                              | 4.7 пр 3.4 лев             |                                                          |
| 5.                     | Рома Е.                         | 5,9 пр, 4.9лев                                               |                            |                                                          |
| 6.                     | Влада К.                        |                                                              |                            | 2.4 пр, 1.8 лев                                          |
| 7.                     | Паша К.                         | 5,8 пр, 5,2 лев                                              |                            |                                                          |
| 8.                     | Святик К.                       |                                                              |                            | 2.5 пр, 2.0 лев                                          |
| 9.                     | Света К.                        |                                                              |                            | 2.4 пр, 1.8 лев                                          |
| 10.                    | Миша К.                         |                                                              | 3.9пр, 3.4 лев             |                                                          |
| 11.                    | Илья Л.                         | 5.9 пр, 4.8 лев                                              |                            |                                                          |
| 12.                    | Милана Л.                       |                                                              | 3.9 пр, 2.9 лев            |                                                          |
| 13.                    | Маша Н.                         |                                                              | 3.4 пр, 2.8 лев            |                                                          |
| 14.                    | Даня О.                         |                                                              | 4.0 пр, 2.9 лев            |                                                          |
| 15.                    | Глеб О.                         |                                                              |                            | 2.5 пр, 2.0 лев                                          |
| 16.                    | Лев П.                          | 6.2 пр, 5.0 лев                                              |                            |                                                          |
| 17.                    | Артем С.                        |                                                              | 4,1 пр, 3,3 лев            |                                                          |
| 18.                    | Ваня Т.                         |                                                              | 4.2 пр, 3.1 лев            |                                                          |
| 19.                    | Аня Т.                          |                                                              | 4.1 пр, 3.4 лев            |                                                          |
| 20.                    | Ульяна Ф.                       |                                                              | 3,3 пр, 2,9 лев            |                                                          |
| 21.                    | Саша Ф.                         |                                                              | 4.3 пр, 3,6 лев            |                                                          |
| 22.                    | Лиза Х.                         |                                                              | 3.6 пр, 2.9 лев            |                                                          |

## ОЦЕНКА ДВИГАТЕЛЬНОГО ТВОРЧЕСТВА

апрель 2021

[illegible]

## Выводы за 2019 – 2020 учебный год

### 1 период мониторинга

Диаграмма 1

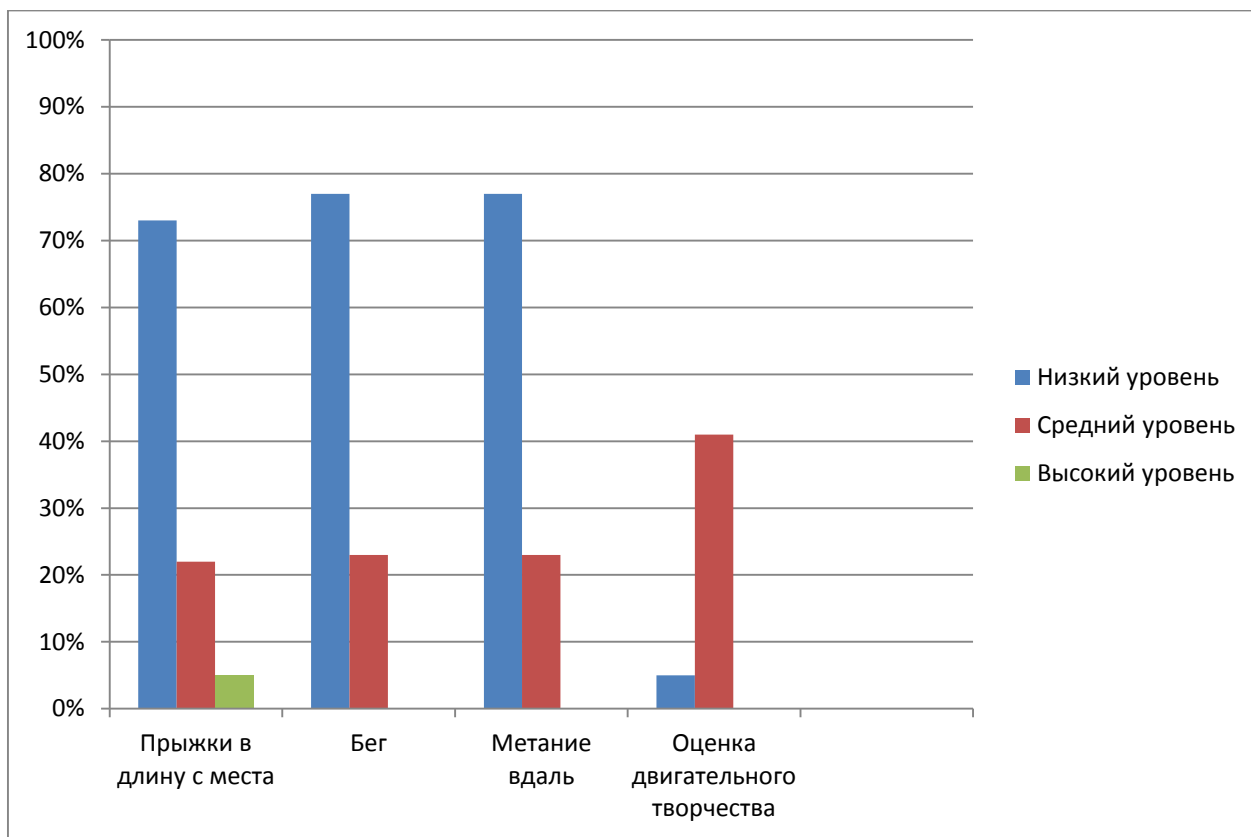
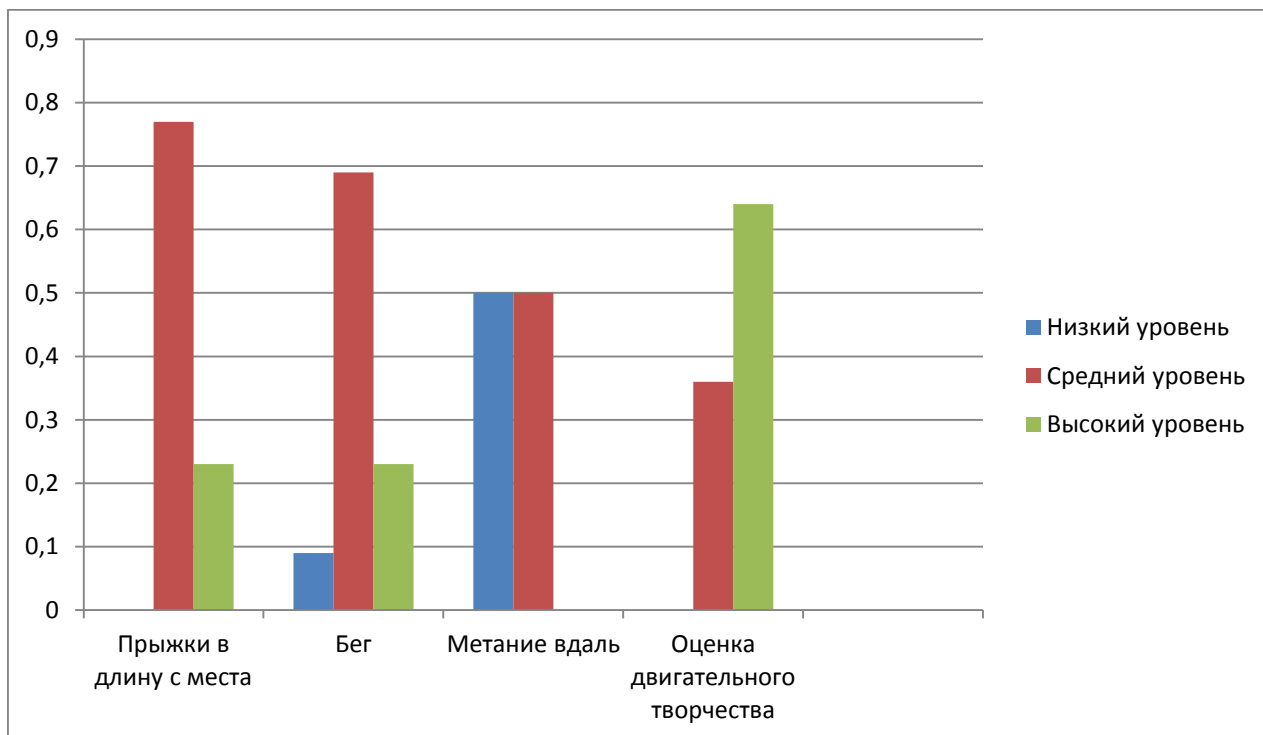


Диаграмма 2

### 2 период мониторинга



## Выводы за 2020 – 2021 учебный год

### 1 период мониторинга

Диаграмма 1

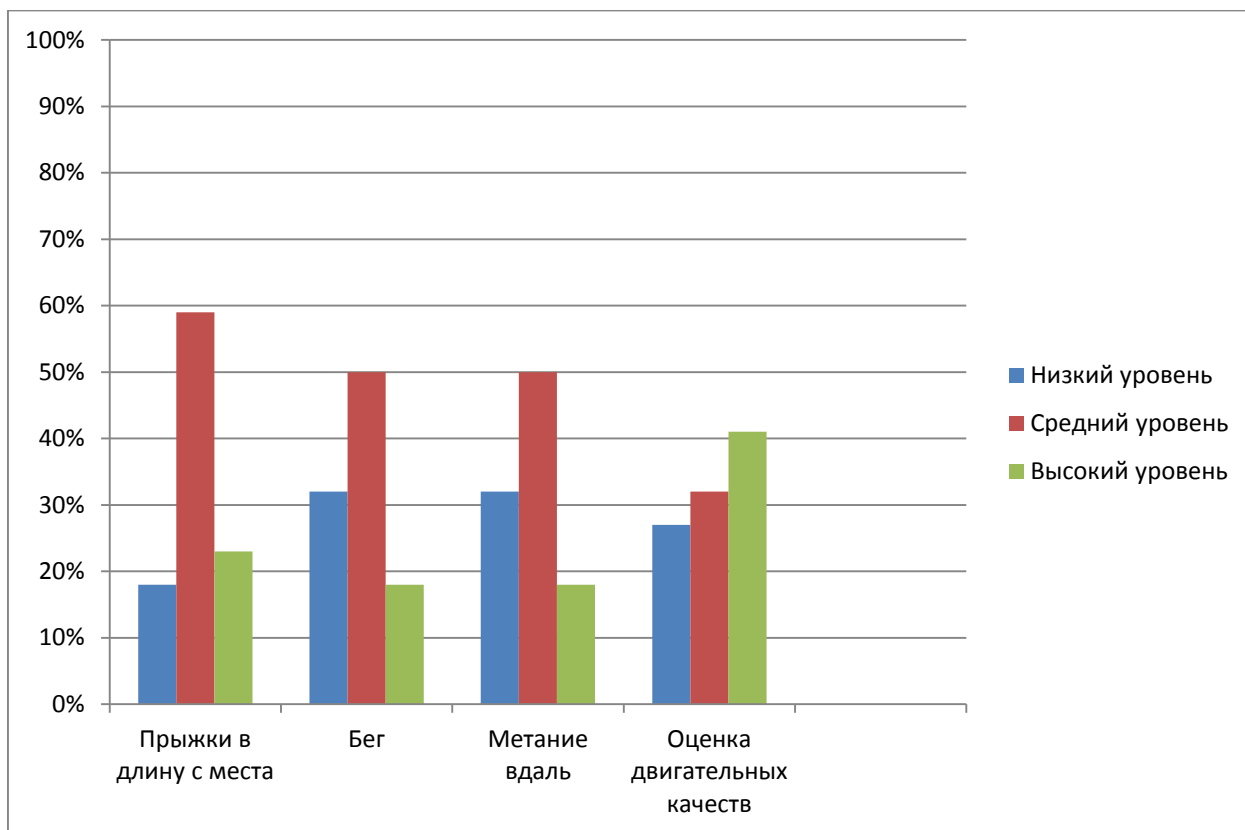
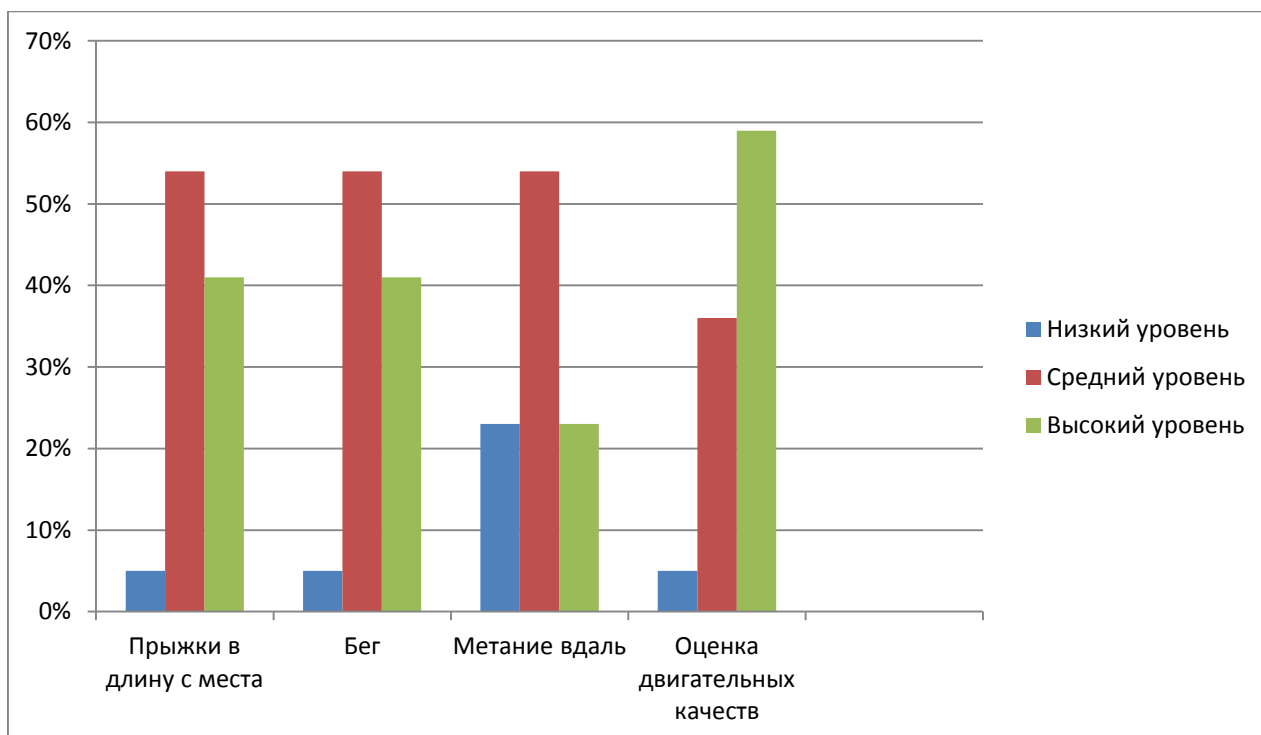


Диаграмма 2

### 2 период мониторинга



Анализируя показатели физического развития и их изменения за 2 года, у детей младшего дошкольного возраста было выявлено, то, что по всем полученным показателям наблюдалась положительная динамика.

Анализ положительной динамики в показателях физической подготовленности дает основание полагать, что подвижные игры оказывают положительное воздействие на развитие двигательных качеств детей. Также у детей возросла необходимость в ежедневной двигательной деятельности, дошкольники стали более самостоятельны в организации подвижных игр: стали придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения проявляя творческие способности.

При планировании содержания физического воспитания дошкольников у подвижных игр должны быть определенные достоинства, оказывающие разностороннее влияние на организм и выраженный результат, тренирующий указанные выше физические качества.

Заметна динамика в развитии психо-физических качеств детей. За время проведенной работы уровень быстроты движений, мышечной силы, скоростно-силовых качеств, гибкости возрос как в экспериментальной, так и контрольной группе. У воспитанников возросло желание в ежедневной двигательной активности, дети стали более самостоятельными в организации подвижных игр, придумывая собственные игры, варианты игр, сочетать выполняемые движения, проявляя творческие способности.

Таким образом, подвижную игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом. Обоснованный выбор средств развития физических качеств – важная сторона повышения эффективности физического воспитания. Исходя из выше сказанного, можно сделать вывод, что подвижная игра способствует развитию у детей дошкольного возраста названных физических качеств, активные занятия подвижными играми содействует процессу правильного развития двигательной активности ребенка.

## ИПМ 8 литература

1. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М. : Просвещение, 2002 . 96с.
2. Александрова Е.Ю. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программе «Остров здоровья» / авт.-сост. Е.Ю. Александрова. Волгоград : Учитель, 2008. 151с.
3. Амарян Р.И., Муравьев В.А.. Нормативно-правовые основы физического воспитания детей дошкольного возраста. М. : Айрис-пресс, 2010. 128с.
4. Аркин Е.А. Дошкольный возраст. М. : Физкультура и спорт, 2008. 220с.
5. Асташина М.П., Шульгина В.П.. Использование оздоровительной гимнастики в физкультурно-оздоровительной деятельности детей дошкольного и младшего школьного возраста: учебное пособие. Омск :ИздвоСибГУФК, 2007. 112с.
6. Асмолов А.Г. Психология индивидуальности. М. : Просвещение, 2006. 183с.
7. Ашмарина Б.А. Теория и методика физического воспитания: Учебное пособие для студентов факультета физ. воспитания пед. институтов. М. : Айрис-пресс, 1999. 198с.
8. Байкова Г.Ю. Реализация образовательной деятельности «Физическое развитие». М. : Волгоград : Учитель. 2016. 171с.
9. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. М. : Просвещение, 2005. 174с.
10. Береснева З.И., Казаковцева Р.Г. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ. М. : Айрис-пресс, 2009. 95 с.
11. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. М. : Физкультура и спорт, 2006. 96с.
12. Вавилова Е. Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет. сада. - М.: Просвещение, 2003. 104 с.
13. Вепрева И.И., Татарникова Г.М., Модель физкультурнооздоровительного образования старших дошкольников. М. : Волгоград : Учитель, 2016. 128с.
14. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие. М. : ТЦ Сфера, 2008, 70 с.
15. Давыдова В.В., Климова Е.А. Особенности физического развития детей // Физиология развития человека. М., 2000, 247с.
16. Дик Н.Ф., Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников / Н.Ф. Дик, Е.В. Жердева. М. : Ростов н/Д: Феникс, 2009. 256с.
17. Доскин В.А., Голубева Л.Г. Растем здоровыми. /Пособие для воспитателей, родителей, воспитателей по физической культуре. // М. : Просвещение, 2004. 100с.
18. Егоров Б.Т. Взаимодействие педагогов и родителей в процессе физического воспитания дошкольников. // Справочник старшего воспитателя ДОУ, №1. 2008 . 64-65с.

19. Здоровьесберегающее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Филиппова Л.В., Лебедев Ю.А., Шилкова И.К., Силкин Ю.Р., Большев А.С. и др. М. :Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. 336 с.
20. Картушина М.Ю., Зеленый огонек здоровья: оздоровления дошкольников. М. : ТЦ Сфера, 2009. 208 с.
21. Кенеман А.В. Педагогическая практика студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М. : Просвещение, 2004. 245с.
22. Коджаспирова Г.М. Словарь по педагогике (междисциплинарный). М. : ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д., 2005. 448с.
23. Кожухова Н.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. //М.: Владос, 2003. 215с.
24. Кузнецова М.Н., Система мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ: практическое пособие / М.Н.Кузнецова. М. : Айрис-пресс, 2009. 112с.
25. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ. Волгоград. : Учитель, 2007. 185с.
26. Новосёлова С.Л. Игра дошкольника. – М.: Просвещение, 2009. 286 с.: ил.
27. Махнева М.Д., Здоровый ребенок: Рекомендации по работе в детском саду и начальной школе: Методическое пособие. М. : АРКТИ, 2009. 264с.
28. Микляева Н.В. «Физическое развитие дошкольников». Часть 2. Охрана и укрепление здоровья / Под. Ред. Н.В. Микляевой. М. : ТЦ Сфера, 2015. 144с.
29. Микляева Н.В. «Физическое развитие дошкольников». Часть 2. Формирование двигательного опыта и физических качеств / Под. Ред. Н.В. Микляевой. М. : ТЦ Сфера, 2015. 144с.
30. Михалина Г. М. Методические подходы к педагогической диагностике физической подготовленности детей дошкольного возраста. М. : Просвещение, 2000. 195 с.
31. Ноткина Н. А. Двигательные качества и методика их развития у дошкольников. СПб.: Образование, 1993. 56 с.
32. Осокина Т.И. Физические упражнения для дошкольника //М. : Просвещение, 1999 . 234с.
33. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. Игры и развлечения детей на воздухе. М. : Айрис-пресс, 2003. 164с.
34. От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования/Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. 3е изд., испр., и доп. М. : Мозаика-Синтез, 2016. 368с.
35. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду для детей 5-6 лет: методическое пособие. М. : МОЗАИКА-СИНТЕЗ, Москва, 2013. 84с.
36. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду для детей 6-7 лет: методическое пособие. М. : МОЗАИКА-СИНТЕЗ, Москва, 2013. 86с.
37. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-

эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

38. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».

39. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. № 1155 «об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

40. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста. Собр. Пед. соч., Т. 4/ под ред. П. Ф. Лесгафт «Физкультура и спорт», 1953. 270 с.

41. Рунова М.А., Двигательная активность ребенка в детском саду: 57 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей / М.А. Рунова. М. : Мозаика-Синтез, 2008. 256с.

42. Рунова М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет. М. : Просвещение, 2007. 126с.

43. Рунова М.А. Физическая готовность детей к школьному обучению. // Справочник старшего воспитателя ДООУ, №1, 2008. 204с.

44. СанПиН 2.4.1.3049-13 от 27.08.2015. М. : Издательский дом «Ажур», 2014. 58с.

45. Степанкова Э.М. 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.

46. Слободчиков В.И., Рубцов В.В., Концепция дошкольного воспитания. 2003.

47. Смирнова Е.О. Особенности общения с дошкольниками. М. : Сфера, 2000. 64с.

48. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДООУ. М. : Сфера, 2005. 120с.

49. Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми дошкольного возраста: Пособие для воспитателя детского сада. М. : Просвещение, 2009. 96 с., ил.

50. Фомина А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду. М., Просвещение, 2006. 88с.

51. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования // Интернет-ресурс: <http://минобрнауки.рф/новости/3447/файл/2280/13.06.14-ФГОС-ДО.pdf>

52. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» // Интернет-ресурс: <http://минобрнауки.рф/документы/2974>

53. Хабарова Т.В. Развитие двигательных способностей старших дошкольников, СПб. : ООО «Издательство «Детство-пресс», 2010. 112с.

54. Хухлаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях: Учеб. для учащихся пед. училищ по спец. №2010 «Воспитание

в дошкол. учреждениях». – 3-е изд., перераб. и доп. М. : Просвещение, 2004. 208 с., ил.

55. Шишкина В.А. Движение + движения: Книга для воспитателя детского сада. М. : Просвещение, 2002. 136с.

56. Эльконин Д.Б. Игра: ее место и роль в жизни и развитии детей /Д.Б. Эльконин // Дошкольное воспитание. 2006. № 5. с. 41-46.

## ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН

### подвижные игры (2 группа раннего возраста)

#### Задачи:

- Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.
- Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание) .
- Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята)

### ОБУЧЕНИЕ ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ ПО НЕДЕЛЯМ

|            | 1 неделя               | 2 неделя                                      | 3 неделя         | 4 неделя                                 |
|------------|------------------------|-----------------------------------------------|------------------|------------------------------------------|
| 1<br>месяц | Игра с бегом и ходьбой | Игры с прыжками                               | Игра с метанием  | Движение под музыку и пение (хороводные) |
| 2<br>месяц | Игра с бегом и ходьбой | Игра на ориентировку в пространстве, внимание | Игра с ползанием | Игры- забавы                             |

| Дата                 | Название игр                                                                                          | Цель                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Октябрь, 1<br>неделя | Обучение: «Догони мяч» (бег)                                                                          | Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, двигаться в коллективе, не толкаясь. Упражнять детей в беге в прямом направлении, и в разных направлениях.                                                                                                   |
| Октябрь, 2<br>неделя | 1. Обучение:<br>«Мой веселый<br>звонкий мяч»<br>(прыжки)<br><br>2. Закрепление:<br>«Догони мяч» (бег) | Развивать у детей умение прыгать ритмично, в соответствии с текстом стихотворения, выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге, в подпрыгивании на 2 ногах.<br><br>Закреплять у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, двигаться в коллективе, не толкаясь. |
| Октябрь, 3<br>неделя | 1. Обучение: «Мяч в кругу» (метание)                                                                  | Совершенствовать навык отталкивания мяча, учить ориентироваться в пространстве, развивать фиксацию взора, активизировать прослеживающую функцию глаза.                                                                                                                           |

|                   |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                   | <p>2. Закрепление: «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)»</p> <p>3. Упражнение: «Догони мяч» (бег)</p>                                                                                                            | <p>Закреплять у детей умение прыгать ритмично, в соответствии с текстом стихотворения, выполнять движения по сигналу. Упражнять детей в умении выполнять движения по сигналу воспитателя, двигаться в коллективе, не толкаясь.</p>                                                                                                      |
| Октябрь, 4 неделя | <p>1. Обучение: «Заинька» (движение под музыку и пение)</p> <p>2. Закрепление: «Мяч в кругу» (метание)</p> <p>3. Упражнение: «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)»</p> <p>4. Усложнение: «Догони мяч» (бег)</p>  | <p>Учить детей подпрыгивать на двух ногах, мягко приземляясь, внимательно слушать сигналы, выполнять движения в соответствии с текстом.</p> <p>Совершенствовать навык отталкивания мяча, закреплять у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в прыжках. Упражнять детей в беге в прямом направлении, и в разных направлениях.</p> |
| Ноябрь, 1 неделя  | <p>1. Обучение: «По тропинке» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Заинька» (движение под музыку и пение)</p> <p>3. Упражнение: «Мяч в кругу» (метание)</p> <p>4. Усложнение: «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)»</p> | <p>Учить ходить друг за другом, не наталкиваясь.</p> <p>Закреплять у детей умение подпрыгивать на двух ногах, мягко приземляясь. Упражнять детей в отталкивании мяча, а также в ориентировке в пространстве. Упражнять в беге, в подпрыгивании на 2 ногах.</p>                                                                          |
| Ноябрь, 2 неделя  | <p>1. Обучение: «Где звенит?» (ориентировка в пространстве)</p> <p>2. Закрепление: «По тропинке» (бег)</p> <p>3. Упражнение: «Заинька» (движение под музыку и пение)</p>                                       | <p>Развивать у детей слух, внимание и выдержку.</p> <p>Закреплять ходьбу друг за другом, не наталкиваясь.</p> <p>Упражнять детей в подпрыгивании на двух ногах, мягко приземляясь, упражнять в отталкивании мяча, а также в ориентировке в пространстве.</p>                                                                            |

|                      |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                      | 4. Усложнение:<br>«Мяч в кругу»<br>(метание)                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Ноябрь, 3<br>неделя  | 1. Обучение:<br>«Доползи до<br>погремушки»<br>(ползание)                                                                                                                                                            | Учить детей подлезать под шнур, не задевая его; упражнять в ползании по ограниченной площади; развивать навыки лазанья, воспитывать смелость и ловкость.                                                                                                                                                                                           |
|                      | 2. Закрепление:<br>«Где звенит?»<br>(ориентировка в пространстве) 3.<br>Упражнение: «По тропинке» (бег)<br>4. Усложнение:<br>«Зайка»<br>(движение под музыку и пение)                                               | Развивать у детей слух, внимание и выдержку, упражнять в ходьбе друг за другом, не наталкиваясь.<br>Упражнять детей в подпрыгивании на двух ногах, мягко приземляясь.                                                                                                                                                                              |
| Ноябрь, 4<br>неделя  | 1. Обучение:<br>«Прятки» (игра - забава)<br>2. Закрепление:<br>«Доползи до погремушки»<br>(лазанье)<br>3. Упражнение:<br>«Где звенит?»<br>(ориентировка в пространстве)<br>4. Усложнение:<br>«По тропинке»<br>(бег) | Развлечь детей, способствовать созданию у них хорошего, радостного настроения, повеселить.<br>Закреплять у детей умение подлезать под шнур, не задевая его; упражнять в ползании по ограниченной площади, развивать у детей слух, внимание и выдержку.<br>Упражнять в ходьбе друг за другом по извилистой тропинке, не наталкиваясь друг на друга. |
| Декабрь, 1<br>неделя | 1. Обучение:<br>«Через ручеек»<br>(бег)                                                                                                                                                                             | Учить детей ходить и бегать группой в определенном направлении, друг за другом, по ограниченной площади, развивать чувство равновесия, ловкость, координацию движений.                                                                                                                                                                             |
|                      | 2. Закрепление:<br>«Прятки» (игра- забава)<br>3. Упражнение:<br>«Доползи до погремушки»<br>(лазанье)<br>4. Усложнение:<br>«Где звенит?»                                                                             | Упражнять детей в подлезании под шнур, не задевая его; упражнять в ползании по ограниченной площади.<br>Развивать у детей слух, внимание и выдержку.                                                                                                                                                                                               |

|                   |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                   | (ориентировка в пространстве)                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                |
| Декабрь, 2 неделя | 1. Обучение: «Зайка беленький сидит» (прыжки)                                                                                                                           | Развивать у детей умение согласовывать движение со словами. Упражнять в беге. В подпрыгивании на двух ногах, нахождении своего места. Способствовать развитию речи                                                                             |
|                   | 2. Закрепление: «Через ручеек» (бег)<br>3. Упражнение: «Прятки» (игра-забава)<br>4. Усложнение: «Доползи до погремушки» (лазание)                                       | Закреплять у детей ходьбу и бег группой в определенном направлении, друг за другом, по ограниченной площади.<br>Упражнять детей в подлезании под дугу, не задевая ее.                                                                          |
| Декабрь, 3 неделя | 1. Обучение: «Прокати мяч» (метание)<br>2. Закрепление: «Зайка беленький сидит» (прыжки)<br>3. Упражнение: «Через ручек» (бег)<br>4. Усложнение: «Прятки» (игра-забава) | Учить детей катать мяч двумя руками друг другу.<br>Закреплять у детей умение согласовывать движение со словами. Упражнять в беге, в подпрыгивании на двух ногах. Упражнять в ходьбе и беге группой в определенном направлении, друг за другом. |
| Декабрь, 4 неделя | 1. Обучение: «Флажок» (движение под музыку и пение)                                                                                                                     | Развивать координацию, ориентацию в пространстве, развить координацию слов с движениями, работать над темпом и ритмом речи; обогащать двигательный опыт детей;                                                                                 |
|                   | 2. Закрепление: «Прокати мяч» (метание)»<br>3. Упражнение: «Зайка беленький сидит» (прыжки)<br>4. Усложнение: «Через ручеек» (бег)                                      | Закреплять у детей умение катать мяч двумя руками друг другу.<br>Упражнять в беге. В подпрыгивании на двух ногах, нахождении своего места.<br>Упражнять в ходьбе и беге группой в определенном направлении, друг за другом.                    |

|                     |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Январь, 1<br>неделя | <p>1. Обучение: «Кто тише?» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Флажок» (движение под музыку и пение)</p> <p>3. Упражнение: «Прокати мяч» (метание)</p> <p>4. Усложнение: «Зайка беленький сидит» (прыжки)</p>                     | <p>Учить детей ходить подгруппой (всей группой) на носочках.</p> <p>Закреплять ориентацию в пространстве, обогащать двигательный опыт детей;</p> <p>Упражнять детей в катании мяча двумя руками друг другу.</p> <p>Упражнять в беге, в подпрыгивании на двух ногах.</p>                                               |
| Январь, 2<br>неделя | <p>1. Обучение: «Найди флажок» (ориентировка в пространстве)</p> <p>2. Закрепление: «Кто тише?» (бег)</p> <p>3. Упражнение: «Флажок» (движение под музыку и пение)</p> <p>4. Усложнение: «Прокати мяч» (метание)</p>         | <p>Развивать у детей наблюдательность, выдержку (не открывать глаза до сигнала «пора»).</p> <p>Закреплять у детей умение ходить подгруппой (всей группой) на носочках.</p> <p>Упражнять детей в катании мяча одной рукой под дугой.</p>                                                                               |
| Январь 3<br>неделя  | <p>1. Обучение: «Проползи в воротца» (ползание)</p> <p>2. Закрепление: «Найди флажок» (ориентировка в пространстве)</p> <p>3. Упражнение: «Кто тише?» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Флажок» (движение под музыку и пение)</p> | <p>Совершенствовать навыки ползания, побуждать к этому движению, учить проползать под дугой, не задевая; упражнять в ползании по ограниченной площади.</p> <p>Закреплять ориентировку в пространстве, упражнять детей в ходьбе подгруппой (всей группой) на носочках по кругу, обогащать двигательный опыт детей;</p> |

|                      |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Январь, 4<br>неделя  | 1. Обучение: «Дай кролику морковку» (игра- забава)<br>2. Закрепление: «Проползи в воротца» (лазанье)<br>3. Упражнение: «Найди флажок» (ориентировка в пространстве)<br>4. Усложнение: «Кто тише?» (бег)             | Развлечь детей, способствовать созданию у них хорошего, радостного настроения, повеселить.<br>Закреплять навыки ползания, побуждать к этому движению, упражнять в проползании под дугой, не задевая;<br>упражнять детей в ходьбе подгруппой (всей группой) на носочках по кругу.                                                 |
| Февраль, 1<br>неделя | 1. Обучение: «Перешагни через палку» (бег)<br>2. Закрепление: «Дай кролику морковку» (игра- забава)<br>3. Упражнение: «Проползи в воротца» (лазанье)<br>4. Усложнение: «Найди флажок» (ориентировка в пространстве) | Учить ходить по прямой дорожке с перешагиванием через предметы.<br>Упражнять детей в ползании под дугой, не задевая ее; упражнять в ползании по ограниченной площади.<br>Развивать у детей наблюдательность, выдержку.                                                                                                           |
| Февраль, 2<br>неделя | 1. Обучение: «Птички в гнездышках» (прыжки)                                                                                                                                                                         | Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.<br>Закреплять умения детей ходить по прямой дорожке с перешагиванием через предметы.<br>Упражнять детей в проползании под дугой, не задевая ее и не дотрагиваясь руками пола. |
|                      | 2. Закрепление: «Перешагни через палку» (бег)<br>3. Упражнение: «Дай кролику морковку» (игра- забава)<br>4. Усложнение: «Проползи в воротца» (лазанье)                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

|                      |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Февраль, 3<br>неделя | <p>1. Обучение: «Лови мяч» (метание)</p> <p>2. Закрепление: «Птички в гнездышках» (прыжки)</p> <p>3. Упражнение: «Перешагни через палку» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Дай кролику морковку» (игра-забава)</p>   | <p>Совершенствовать умение детей действовать с мячами , развивать умение ловить мяч двумя руками , бросать мяч, развивать глазомер, координацию движений, ловкость . Закреплять у детей умение ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; упражнять в ходьбе по прямой дорожке с перешагиванием через предметы.</p>                           |
| Февраль, 4<br>неделя | <p>1. Обучение: «Пузырь» (движение под музыку и пение)</p> <p>2. Закрепление: «Лови мяч» (метание)</p> <p>3. Упражнение: «Птички в гнездышках» (прыжки)</p> <p>4. Усложнение: «Перешагни через палку» (бег)</p> | <p>Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Упражнять детей в приседании и построении в круг, в беге по разным направлениям. Закреплять умение ловить мяч двумя руками , бросать мяч. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную. Упражнять в ходьбе по прямой дорожке с перешагиванием через обручи.</p>              |
| Март,<br>1 неделя    | <p>1. Обучение: «Догоните меня» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Пузырь» (движение под музыку и пение)</p> <p>3. Упражнение: «Лови мяч» (метание)</p> <p>4. Усложнение: «Птички в гнездышках» (прыжки)</p>         | <p>Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, двигаться в коллективе, не толкаясь. Упражнять детей в беге в прямом направлении. Закреплять у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Упражнять в ловле мяча двумя руками. Упражнять детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга;</p> |

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Март,<br>2неделя | <p>1. Обучение:<br/>«Угадай, кто кричит»<br/>(ориентировка в пространстве)</p> <p>2. Закрепление<br/>«Догоните меня»<br/>(бег)</p> <p>3. Упражнение:<br/>«Пузырь»<br/>(движение под музыку и пение)</p> <p>4. Усложнение:<br/>«Лови мяч»<br/>(метание)</p>            | <p>Развивать у детей наблюдательность, внимание, активность.</p> <p>Закреплять у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, двигаться в коллективе, не толкаясь. Упражнять детей в беге в прямом направлении.</p> <p>Упражнять детей в приседании и построении в круг, в беге по разным направлениям.</p> <p>Совершенствовать умение детей действовать с мячами , развивать умение ловить мяч двумя руками , бросать мяч.</p> |
| Март,<br>3неделя | <p>1. Обучение: «Не переползай через линию» (ползание)</p> <p>2. Закрепление:<br/>«Угадай, кто кричит»<br/>(ориентировка в пространстве)</p> <p>3. Упражнение:<br/>«Догоните меня»<br/>(бег)</p> <p>4. Усложнение:<br/>«Пузырь»<br/>(движение под музыку и пение)</p> | <p>Совершенствовать у детей навыки ползания , побуждать их к этому движению, учить проползать между линиями не задевая их.</p> <p>Развивать координацию движений, ловкость, воспитывать смелость.</p> <p>Упражнять детей в умение выполнять движения по сигналу воспитателя, двигаться в коллективе, не толкаясь. Упражнять детей в беге в прямом направлении.</p>                                                                         |
| Март,<br>4неделя | <p>1. Обучение:<br/>«Напой лошадку»<br/>(игра- забава)</p> <p>2. Закрепление:<br/>«Не переползай через линию»<br/>(лазание)</p> <p>3. Упражнение:<br/>«Угадай, кто кричит»<br/>(ориентировка в пространстве)</p> <p>4. Усложнение:<br/>«Догоните меня»</p>            | <p>Развлечь детей, способствовать созданию у них хорошего, радостного настроения, повеселить.</p> <p>Совершенствовать у детей навыки ползания , побуждать их к этому движению, упражнять в ползании между линиями не задевая их.</p> <p>Развивать у детей наблюдательность, внимание, активность.</p> <p>Упражнять детей в беге в разных направлениях.</p>                                                                                 |

|                     |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Апрель, 1<br>неделя | 1. Обучение:<br>«Воробышки и<br>автомобиль» (бег)<br>2. Закрепление:<br>«Напой лошадку»<br>(игра- забава)<br>3. Упражнение:<br>«Не переползай<br>через линию»<br>(ползание)<br>4. Усложнение:<br>«Угадай, кто<br>кричит»<br>(ориентировка в<br>пространстве) | Развивать у детей умение выполнять<br>движения по сигналу. Упражнять в беге в<br>разных направлениях и прыжках.<br>Совершенствовать у детей навыки ползания ,<br>побуждать их к этому движению, упражнять в<br>ползании между линиями не задевая их.                |
| Апрель, 2<br>неделя | 1. Обучение:<br>«Через ручеек»<br>(прыжки)                                                                                                                                                                                                                   | Развивать у детей ловкость, упражнять в<br>прыжках на обеих ногах, в равновесии.                                                                                                                                                                                    |
|                     | 2. Закрепление:<br>«Воробышки и<br>автомобиль» (бег)<br>3. Упражнение:<br>«Напой лошадку»<br>(игра- забава)<br>4. Усложнение: «Не<br>переползай через<br>линию» (лазанье)                                                                                    | Закреплять у детей умение выполнять<br>движения по сигналу. Упражнять в беге в<br>разных направлениях и прыжках<br>Совершенствовать у детей навыки ползания ,<br>побуждать их к этому движению, упражнять в<br>ползании между<br>извилистыми линиями не задевая их. |
| Апрель, 3<br>неделя | 1. Обучение:<br>«Попади в<br>воротца» (метание)<br>2. Закрепление:<br>«Через ручеек»<br>(прыжки)<br>3. Упражнение:<br>«Воробышки и<br>автомобиль» (бег)<br>4. Усложнение:<br>«Напой лошадку»<br>(игра- забава)                                               | Учить ребенка прокатывать мячи (шары,<br>обручи) в нужном направлении,<br>совершенствовать навык отталкивания мяча<br>при катании.<br>Упражнять в прыжках на обеих ногах, в<br>равновесии. Упражнять в беге в разных<br>направлениях и прыжках.                     |

|                     |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Апрель, 4<br>неделя | 1. Обучение:<br>«Солнышко и<br>дождик»<br>2. Закрепление:<br>«Попади в<br>воротца» (метание)<br>3. Упражнение:<br>«Через ручеек»<br>(прыжки)<br>4. Усложнение:<br>«Воробышки и<br>автомобиль» (бег)                  | Развивать у детей умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, быстро реагировать на сигнал.<br>Закреплять у детей умения прокатывать мячи (шары, обручи) в нужном направлении, совершенствовать навык отталкивания мяча при катании. Упражнять в беге в разных направлениях и прыжках.                                                                                                                                                              |
| Май, 1<br>неделя    | 1. Обучение:<br>«Птички летают»<br>(бег)                                                                                                                                                                             | Учить детей спрыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную, действовать по сигналу воспитателя, приучить детей помогать друг другу.<br>Закреплять у детей умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, быстро реагировать на сигнал.<br>Упражнять детей в умении прокатывать мячи (шары, обручи) в нужном направлении, совершенствовать навык отталкивания мяча при катании. Упражнять в прыжках на обеих ногах, и на одной ноге, в равновесии. |
|                     | 2. Закрепление:<br>«Солнышко и<br>дождик»<br>3. Упражнение:<br>«Попади в<br>воротца» (метание)<br>4. Усложнение:<br>«Через ручеек»<br>(прыжки)                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Май, 2<br>неделя    | 1. Обучение: «Где<br>постучали?»<br>(ориентировка в<br>пространстве)<br>2. Закрепление:<br>«Птички летают»<br>(бег)<br>3. Упражнение:<br>«Солнышко и<br>дождик»<br>4. Усложнение:<br>«Попади в<br>воротца» (метание) | Закреплять умение ориентироваться в пространстве, соблюдать правила игры.<br>Закреплять умение детей спрыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную.<br>Упражнять детей в беге врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.<br>Упражнять детей в прокатывании мяча (шары, обручи) в нужном направлении, сбивая, кеглю, совершенствовать навык отталкивания мяча при катании.                                                                                  |

|                  |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Май, 3<br>неделя | 1. Обучение:<br>«Обезьянки»<br>(лазанье)<br>2. Закрепление:<br>«Где постучали?»<br>(ориентировка в пространстве)<br>3. Упражнение:<br>«Птички летают»<br>(бег)<br>4. Усложнение:<br>«Солнышко и дождик»                  | Развивать координацию движений, учить лазать по лестнице – стремянке , развивать ловкость, учить действовать поочередно.<br>Закреплять умение ориентироваться в пространстве, соблюдать правила игры.<br>Упражнять детей в спрыгивании с невысоких предметов, в беге врассыпную. |
| Май, 4<br>неделя | 1. Обучение:<br>«Маленькая птичка» (игра-забава)<br>2. Закрепление:<br>«Обезьянки»<br>(лазанье)<br>3. Упражнение:<br>«Где постучали?»<br>(ориентировка в пространстве)<br>4. Усложнение:<br>«Птички летают»<br>(бег)     | Развивать активную речь и внимание ребенка.<br>Закреплять умение детей лазать по лестнице – стремянке , развивать ловкость.<br>Упражнять детей в ориентировке в пространстве.<br>Упражнять детей в спрыгивании с невысоких предметов, в беге врассыпную.                         |
|                  | 1. Обучение:<br>«Принеси предмет»<br>(бег)<br>2. Закрепление:<br>«Маленькая птичка» (игра-забава) «<br>3. Упражнение:<br>«Обезьянки»<br>(лазанье)<br>4. Усложнение:<br>«Где постучали?»<br>(ориентировка в пространстве) | Учить ходить, бегать по одному, небольшими группами в определенном направлении, развивать чувство равновесия, ловкость, координацию движений.                                                                                                                                    |

|                  |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                          |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                  | 1. Обучение:<br>«Огуречик» (прыжки)<br>2. Закрепление:<br>«Принеси предмет» (бег)<br>3. Упражнение:<br>«Маленькая птичка» (игра-забава)<br>4. Усложнение:<br>«Обезьянки» (лазание)             | Учить прыгать на двух ногах с продвижением вперёд; воспитывать умение играть в подвижную игру с простым содержанием и несложными движениями.                             |
| Май, 3<br>неделя | 1. Обучение:<br>«Целься точнее» (метание)                                                                                                                                                      | Учить бросать мяч вперёд двумя руками снизу (из-за головы, от груди); развивать элементарные навыки попадания в цель, развивать глазомер, ловкость, координацию движений |
|                  | 2. Закрепление:<br>«Огуречик» (прыжки)<br>3. Упражнение:<br>«Принеси предмет» (бег)<br>4. Усложнение:<br>«Маленькая птичка» (игра-забава)                                                      |                                                                                                                                                                          |
| Май, 4<br>неделя | 1. Обучение:<br>«Матрешки» (движение под музыку и пение)<br>2. Закрепление:<br>«Целься точнее» (метание)<br>3. Упражнение:<br>«Огуречик» (прыжки)<br>4. Усложнение:<br>«Принеси предмет» (бег) | Учить выполнять движения по тексту, показывать ладошки, сапожки.                                                                                                         |

## ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН подвижные игры (младшая группа)

### Задачи:

- Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности.
- Организовывать игры с правилами.
- Поощрять самостоятельность.
- Развивать навыки лазанья, ползания, ловкость, творчество выразительность движений.
- Вводить различные игры с более сложными правилами и сменой видов движений.
- Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

### ОБУЧЕНИЕ ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ ПО НЕДЕЛЯМ

|            | 1 неделя     | 2 неделя                                      | 3 неделя        | 4 неделя        |
|------------|--------------|-----------------------------------------------|-----------------|-----------------|
| 1<br>месяц | Игра с бегом | Игра на ориентировку в пространстве, внимание | Игра с лазаньем | Народная игра   |
| 2<br>месяц | Игра с бегом | Игра с прыжками                               | Игра с метанием | Хороводные игры |

|          | 1 неделя                                                                                                                                                                                                                                                         | 2 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 3 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                               | 4 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Сентябрь | 1. Обучение:<br>«Бегите ко мне» (бег)<br>2. Закрепление:<br>«Мой веселый, звонкий мяч» (прыжки)<br>3. Упражнение:<br>«Прокати мяч» (метание)<br>4. Усложнение:<br>«Доползи до погремушки» (лазанье)<br>5. Самостоятельная деятельность:<br>«Пузырь» (хороводная) | 1. Обучение:<br>«Найди свой домик» (ориентировка в пространстве)<br>2. Закрепление:<br>«Бегите ко мне» (бег)<br>3. Упражнение:<br>«Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)<br>4. Усложнение:<br>«Прокати мяч» (метание)<br>5. Самостоятельная деятельность:<br>«Доползи до погремушки» (лазанье) | 1. Обучение:<br>«Наседка и цыплята» (лазанье)<br>2. Закрепление:<br>«Найди свой домик» (ориентировка в пространстве)<br>3. Упражнение:<br>«Бегите ко мне» (бег)<br>4. Усложнение:<br>«Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)<br>5. Самостоятельная деятельность:<br>«Прокати мяч» (метание) | 1. Обучение:<br>«Угадай, кто кричит?» (м/п)<br>2. Закрепление:<br>«Наседка и цыплята» (лазанье)<br>3. Упражнение:<br>«Найди свой домик» (ориентировка в пространстве)<br>4. Усложнение:<br>«Бегите ко мне» (бег)<br>5. Самостоятельная деятельность:<br>«Мой веселый звонкий мяч» (прыжки) |

|         | 1 неделя                                                                                                                                                                                                                                               | 2 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                 | 3 неделя                                                                                                                                                                                                                                                            | 4 неделя                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Октябрь | 1. Обучение: «Поезд» (бег)<br>2. Закрепление: «Угадай, кто кричит?» (м/п)<br>3. Упражнение: «Наседка и цыплята» (лазанье)<br>4. Усложнение: «Найди свой домик» (ориентировка в пространстве)<br>5. Самостоятельная деятельность: «Бегите ко мне» (бег) | 1. Обучение: «По ровненькой дорожке» (прыжки)<br>2. Закрепление: «Поезд» (бег)<br>3. Упражнение: «Угадай, кто кричит?» (м/п)<br>4. Усложнение: «Наседка и цыплята» (лазанье)<br>5. Самостоятельная деятельность: «Найди свой домик» (ориентировка в пространстве)        | 1. Обучение: «Кто бросит дальше мешочек» (метание)<br>2. Закрепление: «По ровненькой дорожке» (прыжки)<br>3. Упражнение: «Поезд» (бег)<br>4. Усложнение: «Угадай, кто кричит?» (м/п)<br>5. Самостоятельная деятельность: «Наседка и цыплята» (лазанье)              | 1. Обучение: «Паучок» (хороводная)<br>2. Закрепление: «Кто дальше бросит мешочек» (метание)<br>3. Упражнение: «По ровненькой дорожке» (прыжки)<br>4. Усложнение: «Поезд» (бег)<br>5. Самостоятельная деятельность: «Угадай, кто кричит?» (м/п)   |
|         | 1 неделя                                                                                                                                                                                                                                               | 2 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                 | 3 неделя                                                                                                                                                                                                                                                            | 4 неделя                                                                                                                                                                                                                                         |
| Ноябрь  | 1. Обучение: «Трамвай» (бег)<br>2. Закрепление: «Паучок» (хороводная)<br>3. Упражнение: «Кто дальше бросит мешочек» (метание)<br>4. Усложнение: «По ровненькой дорожке» (прыжки)<br>5. Самостоятельная деятельность: «Поезд» (бег)                     | 1. Обучение: «Найди, что спрятано» (ориентировка в пространстве)<br>2. Закрепление: «Трамвай» (бег)<br>3. Упражнение: «Паучок» (хороводная)<br>4. Усложнение: «Кто дальше бросит мешочек» (метание)<br>5. Самостоятельная деятельность: «По ровненькой дорожке» (прыжки) | 1. Обучение: «Мыши в кладовой» (лазанье)<br>2. Закрепление: «Найди, что спрятано» (ориентировка в пространстве)<br>3. Упражнение: «Трамвай» (бег)<br>4. Усложнение: «Паучок» (хороводная)<br>5. Самостоятельная деятельность: «Кто дальше бросит мешочек» (метание) | 1. Обучение: «Зайка» (народная)<br>2. Закрепление: «Мыши в кладовой» (лазанье)<br>3. Упражнение: «Найди, что спрятано» (ориентировка в пространстве)<br>4. Усложнение: «Трамвай» (бег)<br>5. Самостоятельная деятельность: «Паучок» (хороводная) |

|         | 1 неделя                                                                                                                                                                                                                                                | 2 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                       | 4 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Декабрь | 1. Обучение:<br>«Такси» (бег)<br>2. Закрепление:<br>«Зайка» (народная)<br>3. Упражнение:<br>«Мыши в кладовой» (лазанье)<br>4. Усложнение:<br>«Найди, что спрятано» (ориентировка в пространстве)<br>5. Самостоятельная деятельность:<br>«Трамвай» (бег) | 1. Обучение:<br>«Поймай снежинку, комара» (прыжки)<br>2. Закрепление:<br>«Такси» (бег)<br>3. Упражнение:<br>«Зайка» (народная)<br>4. Усложнение:<br>«Мыши в кладовой» (лазанье)<br>5. Самостоятельная деятельность:<br>«Найди, что спрятано» (ориентировка в пространстве)                    | 1. Обучение:<br>«Попади в круг» (метание)<br>2. Закрепление:<br>«Поймай снежинку, комара» (прыжки)<br>3. Упражнение:<br>«Такси» (бег)<br>4. Усложнение:<br>«Зайка» (народная)<br>5. Самостоятельная деятельность:<br>«Мыши в кладовой» (лазанье)                               | 1. Обучение:<br>«Зимний хоровод» (хороводная)<br>2. Закрепление:<br>«Попади в круг» (метание)<br>3. Упражнение:<br>«Поймай снежинку, комара» (прыжки)<br>4. Усложнение:<br>«Такси» (бег)<br>5. Самостоятельная деятельность:<br>«Зайка» (народная)                       |
|         | 1 неделя                                                                                                                                                                                                                                                | 2 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                       | 4 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Январь  | 1. Обучение:<br>«Мыши и кот» (бег)<br>2. Закрепление:<br>«Зимний хоровод» (хороводная)<br>3. Упражнение:<br>«Попади в круг» (метание)<br>4. Усложнение:<br>«Поймай снежинку, комара» (прыжки)<br>5. Самостоятельная деятельность:<br>«Такси» (бег)      | 1. Обучение:<br>«Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве)<br>2. Закрепление:<br>«Мыши и кот» (бег)<br>3. Упражнение:<br>«Зимний хоровод» (хороводная)<br>4. Усложнение:<br>«Попади в круг» (метание)<br>5. Самостоятельная деятельность:<br>«Поймай снежинку, комара» (прыжки) | 1. Обучение:<br>«Кролики» (лазанье)<br>2. Закрепление:<br>«Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве)<br>3. Упражнение:<br>«Мыши и кот» (бег)<br>4. Усложнение:<br>«Зимний хоровод» (хороводная)<br>5. Самостоятельная деятельность:<br>«Попади в круг» (метание) | 1. Обучение:<br>«Жмурки» (народная)<br>2. Закрепление:<br>«Кролики» (лазанье)<br>3. Упражнение:<br>«Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве)<br>4. Усложнение:<br>«Мыши и кот» (бег)<br>5. Самостоятельная деятельность:<br>«Зимний хоровод» (хороводная) |

|                | 1 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                               | 3 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                      | 4 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Февраль</b> | <p>1. Обучение: «Птички в гнездышках» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Жмурки» (народная)</p> <p>3. Упражнение: «Кролики» (лазанье)</p> <p>4. Усложнение: «Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Мыши и кот» (бег)</p> | <p>1. Обучение: «Воробушки и кот» (прыжки)</p> <p>2. Закрепление: «Птички в гнездышках» (бег)</p> <p>3. Упражнение: «Жмурки» (народная)</p> <p>4. Усложнение: «Кролики» (лазанье)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Угадай, кто и где кричит» (ориентировка в пространстве)</p> | <p>1. Обучение: «Сбей кеглю» (метание)</p> <p>2. Закрепление: «Воробушки и кот» (прыжки)</p> <p>3. Упражнение: «Птички в гнездышках» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Жмурки» (народная)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Кролики» (лазанье)</p>                          | <p>1. Обучение: «Подарки» (хороводная)</p> <p>2. Закрепление: «Сбей кеглю» (метание)</p> <p>3. Упражнение: «Воробушки и кот» (прыжки)</p> <p>4. Усложнение: «Птички в гнездышках» (бег)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Жмурки» (народная)</p>                        |
|                | 1 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                               | 3 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                      | 4 неделя                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Март</b>    | <p>1. Обучение: «Лохматый пес» (бег)</p> <p>2. Закрепление: «Подарки» (хороводная)</p> <p>3. Упражнение: «Сбей кеглю» (метание)</p> <p>4. Усложнение: «Воробушки и кот» (прыжки)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Птички в гнездышках» (бег)</p>                       | <p>1. Обучение: «Не опоздай» (ориентировка в пространстве)</p> <p>2. Закрепление: «Лохматый пес» (бег)</p> <p>3. Упражнение: «Подарки» (хороводная)</p> <p>4. Усложнение: «Сбей кеглю» (метание)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Воробушки и кот» (прыжки)</p>                | <p>1. Обучение: «Проползи – не задень» (лазанье)</p> <p>2. Закрепление: «Не опоздай» (ориентировка в пространстве)</p> <p>3. Упражнение: «Лохматый пес» (бег)</p> <p>4. Усложнение: «Подарки» (хороводная)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Сбей кеглю» (метание)</p> | <p>1. Обучение: «Ходит Ваня» (народная)</p> <p>2. Закрепление: «Проползи – не задень» (лазанье)</p> <p>3. Упражнение: «Не опоздай» (ориентировка в пространстве)</p> <p>4. Усложнение: «Лохматый пес» (бег)</p> <p>5. Самостоятельная деятельность: «Подарки» (хороводная)</p> |

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

## Перспективное планирование подвижных игр в средней группе

### ОБУЧЕНИЕ ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ ПО НЕДЕЛЯМ

|            | 1 неделя     | 2 неделя                                      | 3 неделя        | 4 неделя        |
|------------|--------------|-----------------------------------------------|-----------------|-----------------|
| 1<br>месяц | Игра с бегом | Игра на ориентировку в пространстве, внимание | Игра с лазаньем | Народная игра   |
| 2<br>месяц | Игра с бегом | Игра с прыжками                               | Игра с метанием | Хороводные игры |

|          | 1 я неделя                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2-я неделя                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 3-я неделя                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 4-я неделя                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| СЕНТЯБРЬ | <p>1. «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)</p> <p>2 «Догони мяч» (бег)</p> <p>Развивать у детей умение быстро действовать по сигналу, ходить, сохраняя форму круга. Упражнять в беге с ловлей.</p> <p>3. «Где позвонили» Развивать у детей слух, внимание и выдержку.</p> <p>4 «У медведя во бору» (бег)</p> <p>Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу, навык коллективного движения. Упражнять в беге по определенному направлению, с увертыванием, развивать речь.</p> <p>5 «Подбрось – поймай» (ловля, бросание)</p> | <p>1. «Цветные автомобили» (бег)</p> <p>2 «Лиса в курятнике» (прыжки)</p> <p>Развивать у детей ловкость и умение выполнять движение по сигналу, упражнять в беге с увертыванием, в ловле, в лазании, прыжках в глубину.</p> <p>3 «Позвони в погремушку» (ползание)</p> <p>4 «У медведя во бору» (бег)</p> <p>5 «Подбрось – поймай» (бросание – ловля)</p> | <p>1 «Зайцы и волк» (прыжки)</p> <p>Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле.</p> <p>2 «Самолеты» (бег)</p> <p>Развивать у детей ориентировку в пространстве, закрепить навык построения в колонну. Упражнять в беге.</p> <p>3 «Пастух и стадо» (ползание – лазанье)</p> <p>4 «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)</p> <p>5 «Мяч через сетку» (бросание)</p> | <p>1 «Найди, где спрятано?» (ориентировка)</p> <p>2. «Цветные автомобили» (бег)</p> <p>Развивать у детей внимание, действовать по сигналу.</p> <p>Упражнять детей в беге, ходьбе.</p> <p>3 «Волк и зайцы» (прыжки)</p> <p>4 «Пастух и стадо» (ползание)</p> <p>5 «Подбрось – поймай» (бросание – ловля)</p> |

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОКТАБРЬ | <p>1. «У медведя во бору» (бег)</p> <p>2 Мяч через сетку» (бросание)</p> <p>3 «Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)</p> <p>4 «Позвони в погремушку» (ползание)</p> <p>5 «Найди, где спрятано» (ориентировка)</p>                                                    | <p>1 «Самолеты» (бег)</p> <p>2. «Волк и зайцы» (прыжки)</p> <p>3. «Пастух и стадо» (лазанье)</p> <p>4 «Сбей булаву» (бросание)</p> <p>5 «Найди и промолчи» (ориентировка)</p>                | <p>1. «Цветные автомобили» (бег)</p> <p>2. «Лиса в курятнике» (прыжки)</p> <p>3 «Пастух и стадо» (ползание)</p> <p>4 «Сбей булаву» (бросание)</p> <p>5. «Найди и промолчи» (ориентировка)</p> | <p>1 «Птичка и кошка» (бег)</p> <p>Развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием.</p> <p>2. «Серый зайка умывается» (прыжки)</p> <p>3. «Подбрось – поймай» (бросание, ловля)</p> <p>4 «Позвони в погремушку» (ползание)</p> <p>5 «Найди, где спрятано» (ориентировка)</p> |
| НОЯБРЬ  | <p>1«Лохматый пес» (бег)</p> <p>Приучать детей слушать текст и быстро реагировать на сигнал.</p> <p>2 «Лиса в курятнике» (прыжки)</p> <p>3 «Позвони в погремушку» (ползание)</p> <p>4«Подбрось – поймай» (ловля)</p> <p>5 « Найди и промолчи» (ориентировка)</p> | <p>1 «Ловишки» (бег)</p> <p>2 «Зайцы и волк» (прыжки)</p> <p>3 «Перелет птиц» (лазанье)</p> <p>4. «Подбрось- поймай» (бросание, ловля)</p> <p>5 «Найди себе пару» (бег)</p>                  | <p>1. «Птичка и кошка» (бег)</p> <p>2 «Зайка серый умывается» (прыжки)</p> <p>3 «Пастух и стадо» (ползание)</p> <p>4 «Сбей булаву» (метание)</p> <p>5 «Кто ушел?» (ориентировка)</p>          | <p>1«Найди себе пару» ( бег)</p> <p>Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары.</p> <p>2 «Зайцы и волк» (прыжки)</p> <p>3 «Мяч через сетку» (бросание)</p> <p>4 «Перелет птиц» (лазанье)</p> <p>5 «Прятки» (ориентировка в пространстве)</p>   |
| ДЕКАБРЬ | <p>1 «Самолеты» (бег)</p> <p>2 «Лиса в курятнике» (Прыжки)</p> <p>3. «Котята и щенята» (лазанье)</p> <p>4 «Сбей булаву» (бросание)</p> <p>5 «Кто ушел?» (ориентировка)</p>                                                                                       | <p>1 «Найди себе пару» (бег)</p> <p>2 «Зайцы и волк» (прыжки)</p> <p>3 «Позвони в погремушку» (ползание)</p> <p>4 «Прятки» (ориентировка)</p> <p>5 «Подбрось – поймай» (ловля, бросание)</p> | <p>1 «Лошадки» (бег)</p> <p>2 «Серый зайка умывается» (прыжки)</p> <p>3 «Позвони в погремушку» (ползание)</p> <p>4 «Прятки» (ориентировка)</p> <p>5 «Мяч через сетку» (бросание)</p>          | <p>1 «Птичка и кошка» (бег)</p> <p>2 «Уточка» (прыжки)</p> <p>3. «Подбрось – поймай» (бросание)</p> <p>4 «Пастух и стадо» (ползание)</p> <p>5 «Кто ушел?» ( ориентировка)</p>                                                                                                                |

|         |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ЯНВАРЬ  | 1 «Птичка и кошка» (бег)<br>2 «Перелет птиц» (лазание)<br>3 Мяч через сетку» (бросание)<br>4 «Кто бросит дальше мешочек»<br>Упражнять в метании в даль правой и левой рукой, в беге, в распознавании цвета. (бросание) | 1 «Самолеты» (бег)<br>2 «Зайцы и волк» (прыжки)<br>3 «Подбрось – поймай» (ловля)<br>4 «Прятки» (ориентировка)<br>5 «Кто ушел?» (на внимание)                    | 1. «У медведя во бору» (бег)<br>2 «Перелет птиц» (лазание)<br>3 «Найди, где спрятано?» (ориентировка)<br>4 «Ловишки» (бег)<br>5 «Сбей кеглю» (бросание) | 1 «Лошадки» (бег)<br>Развивать у детей умение действовать по сигналу, согласовывать движения друг с другом, упражнять в беге, ходьбе.<br>2 «Позвони в погремушку» (ползание)<br>3 «Удочка» (прыжки)<br>4 «Подбрось – поймай» (бросание, ловля)<br>5 «Прятки» (ориентация) |
| ФЕВРАЛЬ | 1 «Лошадки» (бег)<br>2 «Лиса в курятнике» (прыжки)<br>3 «Ловишки» (бег)<br>4 «Сбей булаву» (бросание)<br>5 «Найди и промолчи»                                                                                          | 1 «Найди себе пару» (бег)<br>2 «Позвони в погремушку» (ползание)<br>3 «Перелет птиц» (лазание)<br>4 «Мяч через сетку» (бросание)<br>5 «Кто ушел?» ориентировка) | 1 «Бездомный заяц» (бег)<br>2 «Котята и щенята» (ползание)<br>3 «Прятки» (ориентировка)<br>4 «Сбей кеглю» (бросание)<br>5 «Самолеты» (бег)              | 1 «У медведя во бору» (бег)<br>2 «Зайка серый умывается» (прыжки)<br>3 «Удочка» (прыжки)<br>4 «Перелет птиц» (лазание)<br>5 «Найди и промолчи»                                                                                                                            |
| МАРТ    | 1 «Найди себе пару» (бег)<br>2 «Зайка серый умывается» (прыжки)<br>3 «Перелет птиц» (лазание)<br>4 «Подбрось – поймай» (бросание, ловля)<br>5 «Прятки» (ориентировка)                                                  | 1 «Лошадки» (бег)<br>2 «Зайцы и волк» (прыжки)<br>3 «Мяч через сетку» (бросание)<br>4 «Позвони в погремушку» (бег)<br>5 «Кто ушел?» (ориентировка)              | 1 «Цветные автомобили» (бег)<br>2 «Лиса в курятнике» (прыжки).<br>3 «Лошадки» (бег)<br>4 «Прятки» (ориентировка)<br>5 «Перелет птиц» (Лазание)          | 1 «Найди себе пару» (бег)<br>2 «Котята и щенята» (Ползание)<br>3 «Подбрось – поймай» (бросание, ловля)<br>4 «Зайка серый умывается» (прыжки)<br>5 «Найди и промолчи» (ориентировка)                                                                                       |

|        |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| АПРЕЛЬ | 1 «У медведя во бору» (бег)<br>2 «Зайцы и волк» (прыжки)<br>3 «Сбей булаву» (бросание)<br>4 «Найди и промолчи» (ориентировка)<br>5 «Лошадки» (бег) | 1 «Птичка и кошка» (бег)<br>2 «Зайка серый умывается» (прыжки)<br>3 «Мяч через сетку» (бросание)<br>4 «Пастух и стадо» (ползание)<br>5 «Прятки» (ориентировка) | 1 «Цветные автомобили» (бег)<br>2 «Лиса в курятнике» (прыжки)<br>3 «Подбрось – поймай» (бросание, ловля)<br>4 «Перелет птиц» (лазание)<br>5 «Найди и промолчи» (ориентировка) | 1 «Найди себе пару» (бег)<br>2 «Зайцы и волк» (прыжки)<br>Развивать у детей умение двигаться в коллективе, находить свое место на площадке.<br>3 «Ловишки» (бег)<br>4 «Мяч через сетку» (бросание)<br>5 «Найди, где спрятано?» (ориентировка) |
|        | 1 «Лохматый пес» (бег)<br>2 «Лиса в курятнике» (прыжки)<br>3 «Бездомный заяц» (бег)<br>4 «Сбей булаву» (Бросание)<br>5 «Кто ушел?» (ориентировка)  | 1 «Ловишки» (бег)<br>2 «Птичка и кошка» (бег)<br>3 «Пастух и стадо» (ползание)<br>4 «Подбрось – поймай» (бросание)<br>5 «Прятки» (ориентировка)                | 1. «Цветные автомобили» (бег)<br>2 «Зайцы и волк» (прыжки)<br>3 «Сбей кегли» (бросание)<br>4 «Найди, где спрятано?» (ориентировка)<br>5 «Найди себе пару» (бег)               | 1 «Бездомный заяц» (бег)<br>2 «Самолеты» (бег)<br>3 «Мяч через сетку» (бросание)<br>4 «Позвони в погремушку» (ползание)<br>5 «Найди и промолчи» (ориентировка)                                                                                |

**Перспективный план подвижных игр для старшей группы**  
Планируем две игры: новую и игры на закрепление физических навыков.

**Сентябрь**  
**Игры с бегом**

**«Меняемся местами»**

Цель. Учить действовать в команде; развивать внимание, ловкость.

**«Пчёлки и ласточки»**

Цель. Развивать у детей ловкость и быстроту движений.

**«Кот и мыши»**

Цель. Продолжать учить соблюдать правила игры. Активизировать двигательную активность.

**«Маргаритки»**

Цель. Закреплять знания о цветах; упражнять в беге с увёртыванием.

**«Огурчик»**

Цель. Развитие ловкости, внимания и умения действовать по сигналу.

**«Пятнашки»**

Цель. Развитие ловкости, внимания.

**«Третий лишний»**

Цель. Учить соблюдать правила игры. Развивать ловкость и быстроту бега. Учить ориентироваться в пространстве.

**«Мы весёлые ребята»**

Цель. Учить соблюдать правила игры. Упражнять в беге.

**«Затейники»**

Цель. Учить соблюдать правила игры. Развивать у детей находчивость, ловкость. Упражнять в ходьбе по кругу, согласованности движений.

**«Зайцы и волк»**

Цель. Развитие ловкости, быстроты реакции.

**«Лови не ошибись»**

Цель. Развитие внимания, быстроты реакции.

**«Салки»**

Цель. Развивать ловкость, внимание. Учить играть по правилам.

**«Кто дальше?»**

Цель. Учить бегать, держась друг за друга, слушать сигнал воспитателя.

**«Горелки»**

Цель. Развивать у детей быстроту реакции.

**Игры с прыжками**

**«С кочки на кочку».**

Цель: Закрепление умение прыгать энергично отталкиваясь от опоры.

**«Прыжки через резиночку»**

Цель. Развивать ловкость, внимание. Учить играть по правилам.

**“Гуси - лебеди”.**

Цель. Упражнять в быстром беге, развивать ловкость.

**«Чьё звено соберётся быстрее»**

Цель. Развитие самостоятельности, смекалки.

### **Игра на развитие слуха, внимания, ориентировке в пространстве.**

#### **«Найди где спрятано»**

Цель. Развитие логического мышления, внимания.

#### **«Замри»**

Цель. Развитие двигательной активности, внимания, умения выполнять команды.

#### **«Летает – не летает».**

Цель. Развивать силу, ловкость.

#### **«Водяной» (удмуртская народная игра).**

Цель. Развивать силу, ловкость.

#### **«Кто дольше простоит на одной ноге»**

Цель. Учить быстро действовать при потере равновесия.

#### **«Жмурки»**

Цель. Учить быстро действовать при потере равновесия.

#### **«Узнай растение»**

Цель. Учить находить растение по названию.

#### **«Повар»**

Цель. Закрепить ранее полученные знания о растениях, овощах.

#### **«Капуста»**

Цель. Закрепление в ходе игровой деятельности названий разных овощей.

#### **«Стоп»**

Цель. Развитие внимания, быстроты реакции.

#### **«Совушка»**

Цель. Учить неподвижно стоять некоторое время, внимательно слушать.

#### **«Иголлка, нитка, узелок»**

Цель. Учить игровой деятельности со строгим соблюдением правил.

Воспитывать смелость.

### **Игры с мячом**

#### **«Не дай мяча водящему»**

Цель. Учить детей действовать по команде; развивать внимание, ловкость. Развитие самостоятельности, смекалки.

#### **«Кто самый меткий?»**

Цель. Развивать самостоятельность, смекалку, смелость.

#### **«Блуждающий мяч»**

Цель. Развивать двигательную активность, ловкость.

### **Октябрь**

### **Игры с бегом**

#### **«Дождик и зонтик»**

Цель. Учить бегать в рассыпную.

#### **«Лягушки и цапля»**

Цель. Упражнять детей в быстром беге и прыжках в длину, развивать физические качества; ловкость, быстроту.

**«Бездомный заяц»**

Цель. Упражнять в быстром беге.

**«Медведь и пчёлы»**

Цель. Развивать умение действовать по сигналу.

**«Горелки»**

Цель. Развивать у детей быстроту реакции.

**“Гуси - лебеди”**

Цель. Упражнять в быстром беге, развивать ловкость.

**«Волк во рву»**

Цель. Развивать ловкость, внимание.

**Игры на развитие слуха, внимания, логического мышления,  
ориентировке в пространстве**

**«Найди где спрятано»**

Цель. Учить ориентироваться в пространстве.

**«Замри»**

Цель. Развитие ловкости. Координации движения.

**Игры с мячом**

**«Догони мяч»**

Цель. Развитие быстроты и ловкости.

**«Стрелок»**

Цель. Развивать ловкость и глазомер.

**«Мяч водящему»**

Цель. Развивать умение детей бросать и ловить мяч.

**Игры со скакалкой**

**«Удочка»**

Цель. Развитие быстроты реакции, внимания, умения перепрыгивать через скакалку.

**Ноябрь  
Игры с бегом**

**«Стайка»**

Цель: развивать ритмическую и выразительную речь, активизировать словарь по теме «Птицы»; воспитывать ловкость и сноровку.

**«Мыши в кладовой»**

Цель: учить выполнять действия после сигнала.

**“Гуси - лебеди”**

Цель. Упражнять в быстром беге, развивать ловкость.

**Игры с прыжками**

**«Зайцы и волк»**

Цель: учить детей прыгать на двух ногах, выполнять движения в соответствии с текстом.

## **Игры с мячом**

### **«Картошка»**

Цель: Познакомить детей народной игрой, учить их перебрасывать мяч.

### **«Стрелок»**

Цель. Развивать ловкость и глазомер.

## **Игры на развитие слуха, внимания, логического мышления,**

## **ориентировке в пространстве**

### **«Стоп!»**

Цель: учить выполнять движения в соответствии с текстом.

### **«Пустое место»**

Цель: развивать физические качества: ловкость, быстроту.

### **«Жмурки»**

Цель: познакомить с русской народной игрой; развивать внимание.

### **«Сделай фигуру»**

Цель: развивать воображение детей.

### **«Замри»**

Цель. Развитие двигательной активности, внимания, умения выполнять команды.

## **Декабрь**

## **Игры с бегом**

### **«Мороз Красный нос»**

Цель. Развитии двигательной активности.

### **“Гуси - лебеди”**

Цель. Упражнять в быстром беге, развивать ловкость.

### **«Встречные перебежки»**

Цель. Учить детей бегать не наталкиваясь на товарища.

### **«Два мороза»**

Цель. Учить выполнять характерные движения по содержанию игры.

### **«Волк и ягнята»**

Цель. Развитие быстроты, ловкости. Учить действовать по сигналу.

## **Игры на развитие слуха, внимания, логического мышления,**

## **ориентировке в пространстве**

### **«Сделай фигуру»**

Цель: развивать воображение детей.

### **«Жмурки»**

Цель: Развивать внимание.

### **«Ручеёк»**

Цель. Учить детей двигаться в заданном направлении.

### **«Колечко»**

Цель. Развивать быстроту движений, смекалку, внимание.

## **Игра – забава**

### **«Что изменилось?»**

Цель. Развитие наблюдательности.

### **Игры с мячом**

#### **«Попади в обруч»**

Цель. Развитие глазомера.

#### **«Найди себе пару»**

Цель. Развитие внимания и умения действовать по сигналу.

#### **«Мяч водящему»**

Цель. Развивать умение детей бросать и ловить мяч.

### **Январь**

#### **Игры на развитие слуха, внимания, логического мышления, ориентировке в пространстве**

#### **«Замри»**

Цель. Развитие двигательной активности, внимания, умения выполнять команды.

#### **«Сделай фигуру»**

Цель: развивать воображение детей.

#### **«Водяной»**

Цель. Развитие координации движений.

#### **«День - ночь»**

Цель. Развитие внимание, движений, смекалку, внимание.

#### **«Колечко»**

Цель. Развивать быстроту.

#### **«Снежная Королева»**

Цель. Развитие ловкости.

### **Игры с бегом**

#### **«Пятнашки»**

Цель: Развивать быстроту реакции на сигнал. Упражнять в беге с увертыванием и в ловле.

#### **“Гуси - лебеди”**

Цель. Упражнять в быстром беге, развивать ловкость. Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге с увертыванием

#### **«У медведя во бору»**

Цель. Развитие движений, внимания, умение выполнять движения в соответствии с текстом.

#### **«Поезд»**

Цель. Бег колонной.

### **Игры с мячом**

#### **«Кто быстрее соберёт снежки»**

Цель. Развитие ловкости, внимания.

#### **«Попади в лунку»**

Цель. Развитие глазомера.

### **Февраль**

### **Игры с бегом**

### **«Гуси - лебеди»**

Цель. Упражнять в быстром беге, развивать ловкость.

### **«Мышеловка»**

Цель. Развитие внимания, ловкости.

### **«Кто скорее до флажка»**

Цель. Развивать быстроту, ловкость; учить работать в команде, помогая друг другу.

## **Игры на развитие слуха, внимания, логического мышления, ориентировке в пространстве**

### **«Жмурки»**

Цель. Развитие ловкости, координации движений.

### **«Кто сделает меньше шагов»**

Цель. Вызвать у детей желание играть, соблюдая правила, воспитывать уважение к другим играющим.

### **«Караси и щука»**

Цель. Развитие ловкости.

### **«Солнечные зайчики»**

Цель. Упражнять в произношении стихотворения и делать движения в соответствии с текстом.

## **Март Игры с бегом**

### **«Мышеловка»**

Цель. Развитие внимания, ловкости.

### **«Салки»**

Цель. Развитие ловкости.

### **«Птички и кошка»**

Цель. Учить двигаться по сигналу, развивать ловкость.

### **«Кто скорее до флажка»**

Цель. Развивать быстроту, ловкость; учить работать в команде, помогая друг другу.

## **Игры с мячом**

### **«Что происходит в природе»**

Цель. Упражнять детей в употреблении в речи глаголов, в согласовании слов и предложений.

### **«Весёлый мяч»**

Цель. Развитие моторики, внимания.

### **«Горячая картошка»**

Цель. Развитие ловкости.

## **Игры на развитие слуха, внимания, логического мышления, ориентировке в пространстве**

### **«Жмурки»**

Цель. Развитие ловкости, координации движений.

### **«Кто делает меньше шагов»**

Цель. Вызвать у детей желание играть, соблюдая правила, воспитывать уважение к другим играющим.

### **«Гуси – лебеди»**

Цель. Развитие ловкости, внимания.

### **«Садовник»**

Цель. Учить называть цветы; развивать ловкость.

### **«Сделай фигуру»**

Цель: развивать воображение детей.

### **«Караси и щука»**

Цель. Развитие ловкости.

### **«Солнечные зайчики»**

Цель. Упражнять в произношении стихотворения и делать движения в соответствии с текстом.

## **Апрель**

### **Игры на развитие слуха, внимания, логического мышления, ориентировке в пространстве**

#### **«К названному дереву беги»**

Цель. Развитие ловкости, внимания, слуха, умение действовать по команде.

#### **«Совушка»**

Цель. Закреплять умение действовать по команде.

#### **«Сделай фигуру»**

Цель: развивать воображение детей.

#### **«Найди где спрятано»**

Цель. Развитие логического мышления, внимания.

#### **«Замри»**

Цель. Развитие двигательной активности, внимания, умения выполнять команды.

## **Игры с прыжками**

#### **«С кочки на кочку»**

Цель: Закрепление умение прыгать энергично, отталкиваясь от опоры.

## **Игры со скакалкой**

#### **«Удочка»**

Цель. Развитие ловкости, быстроты реакции. Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в прыжках на месте в высоту.

## **Игры с бегом**

#### **«Зайцы и волк»**

Цель. Развитие координации движений.

#### **«Дождик и зонтик»**

Цель. Учить бегать в рассыпную.

## **Май**

### **Игры на развитие слуха, внимания, логического мышления, ориентировке в пространстве**

### **«Жмурки»**

Цель. Развитие ловкости, координации движений.

### **«Кто сделает меньше шагов»**

Цель. Вызвать у детей желание играть, соблюдая правила, воспитывать уважение к другим играющим.

### **«Ручеёк»**

Цель. Учить детей двигаться в заданном направлении.

### **«Колечко»**

Цель. Развивать быстроту движений, смекалку, внимание.

### **«Краски»**

Цель. Развитие внимания, ловкости и закрепления названий цветов.

### **«Пустое место»**

Цель. Развитие внимания, ловкости.

### **«Кто позвал»**

Цель. Развитие фонематического слуха.

## **Игры с бегом**

### **«Кошки - мышки»**

Цель. Продолжать учить детей действовать по сигналу.

## **Игры с прыжками**

### **«С кочки на кочку»**

Цель: Закрепление умения прыгать энергично, отталкиваясь от опоры.

## **Игры с мячом**

### **«Картошка»**

Цель: Познакомить детей народной игрой, учить их перебрасывать мяч.

### **«Стрелок»**

Цель. Развивать ловкость и глазомер.

### **«Горячая картошка»**

Цель. Развитие ловкости.

### **«Дальше и выше»**

Цель. Развитие наблюдательности, быстроты реакции.

## **Июнь**

## **Игры с бегом**

### **«Мышеловка»**

Цель. Развитие внимания, ловкости.

### **«Салки»**

Цель. Развитие ловкости.

### **«Совушка»**

Цель. Закреплять умение действовать по команде.

### **«Сделай фигуру»**

Цель: развивать воображение детей.

**«Найди где спрятано»** Цель. Развитие логического мышления, внимания.

## **Перспективное планирование подвижных игр в подготовительной к школе группе**

### **Игры с бегом Сентябрь**

#### **«Гуси - лебеди»**

Цель: развивать умение ориентироваться в пространстве, бегать по сигналу.

#### **«Ловишка, бери ленту»**

Цель: развивать общую выносливость, бегать по сигналу.

#### **«Мы веселые ребята»**

Цель: совершенствовать быстроту реакции, скорость бега.

### **Октябрь**

#### **«Горелки»**

Цель: развивать умение действовать быстро, ловко.

#### **«Два Мороза»**

Цель: совершенствовать навыки развития речи, скорость бега.

### **Ноябрь**

#### **«Мышеловка»**

Цель: развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге и приседание, построение в круг и ходьбе по кругу.

#### **«Катай мяч»**

Цель: развивать выдержку, внимание, ловкость. Упражнять в катании мяча.

### **Декабрь**

#### **«Ловишки из круга»**

Цель: развивать у детей умение согласовывать движения со словами.

Упражнять в ритмической ходьбе, в беге с увертыванием и в ловле, в построении в круг

#### **«Хитрая лиса»**

Цель: Развивать у детей выдержку и наблюдательность. Упражнять в быстром беге, в построении в круг, в ловле, развивать у детей торможение, умение действовать по сигналу. Упражнять в беге с увертыванием, в ловле

### **Январь**

#### **«Ловишки с мячом»**

Цель: развивать умение выполнять движения по слову. Упражнять в метании в движущуюся цель и в беге с увертыванием.

#### **«Спрячь руки за спину»**

Цель: развивать у детей быстроту реакции на сигнал. Упражнять в беге, в ловле, закреплять правильную осанку.

### **Февраль**

#### **«Встречные перебежки»**

Цель: закрепить умение детей бега наперегонки.

### **Март**

#### **«Караси и щука»**

Цель: учить детей бегать с преодолением препятствий.

#### **Апрель**

##### **«Чьё звено скорее соберется»**

Цель: продолжать учить бегать врассыпную, развивать быстроту реакции.

##### **«Догони свою пару»**

Цель: продолжать учить бегать не наталкиваясь друг на друга.

#### **Май**

##### **«Скворечники»**

Цель: развивать у детей сообразительность, ориентировку в пространстве и умение действовать по сигналу. Упражнять детей в беге.

##### **«Перемени флажок»**

Цель: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, воспитывать чувство коллективизма. Упражнять в беге

### **Игры с прыжками**

#### **Сентябрь**

##### **«Ручеек»**

Цель: закрепление умение прыгать энергично отталкиваясь от опоры.

#### **Октябрь**

##### **«Свободное место»**

Цель: сохранять равновесие после прыжка.

#### **Ноябрь**

##### **«Волк во рву»**

Цель: учить детей прыгать в длину.

#### **Декабрь**

«Лягушки и цапля», цель: продолжать учить правильно отталкиваться.

#### **Январь**

##### **«Парашютисты»**

Цель: закреплять умение спрыгивать с гимнастической скамейки.

#### **Февраль**

##### **«Охотники и зайцы»**

Цель: развивать ловкость в прыжках.

#### **Март**

##### **«Удочка»**

Цель: закреплять умение мягко приземляться, упражнять в быстром беге, в построении в круг, в ловле.

#### **Апрель**

##### **«Скакалки»**

Цель: развивать координацию движений, упражнять в прыжках на месте и при движении вперед.

##### **«Бездомный заяц»**

Цель: закреплять умение прыгать мягко, легко.

#### **Май**

##### **«Ловля бабочек»**

Цель: развивать у детей выдержку и умение действовать по сигналу.  
Упражнять в беге с увертыванием и в ловле, в приседании.  
**«Салки, ноги от земли»**  
Цель: совершенствовать прыжки на ограниченную площадь опоры.

### **Игры с метанием и ловлей**

#### **Сентябрь**

##### **«Серсо»**

Цель: закреплять умение метать в цель, развивать меткость, глазомер.  
Упражнять в метании, ловле и согласованности движений

#### **Октябрь**

##### **«Салки с мячом»**

Цель: совершенствовать метание в движущуюся цель.

#### **Ноябрь**

##### **«Мяч водящему»**

Цель: развивать быстроту реакции.

#### **Декабрь**

##### **«Стой, олень!»**

Цель: развивать ловкость, быстроту реакции, внимание

#### **Январь**

##### **«Мельница»**

Цель: продолжать учить перебрасывать мяч друг другу.

#### **Февраль**

##### **«Попади в корзину»**

Цель: продолжать учить сочетать замах с броском при метании.

#### **Март**

##### **«Мяч через сетку»**

Цель: закреплять умение ловить и бросать мяч двумя руками от груди.

#### **Апрель**

##### **«Брось в флажок»**

Цель: закреплять умение метать в горизонтальную цель.

#### **Май**

##### **«Меткий стрелок»**

Цель: формировать умения согласовывать свои действия с действиями партнеров.

### **Игры с ползанием и лазанием**

#### **Сентябрь**

##### **«Пожарные на учении»**

Цель: закреплять умение лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, развивать у детей чувство коллективизма, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в лазании и в построении в колонну.

## **Октябрь**

### **«Перелет птиц»**

Цель: развивать у детей выдержку, умение двигаться по сигналу совершенствовать навыки лазанья по гимнастической стенке

## **Ноябрь**

### **«Ловля обезьян»**

Цель: совершенствовать навыки лазания по гимнастической стенке, развивать у детей инициативу, наблюдательность, память, ловкость.

## **Декабрь**

### **«Через препятствие к флажку»**

Цель: продолжать учить перелезанию с пролета на пролет на гимнастической стенке.

## **Январь**

### **«Коршун и наседка»**

Цель: продолжать учить лазать по гимнастической стенке меняя темп.

## **Февраль**

### **«Дорожка препятствий»**

Цель: продолжать учить детей выполнять правила поведения в совместной игре.

## **Март**

### **«Кто скорее до флажка?»**

Цель: совершенствовать лазанье по гимнастической стенке разноименным способом.

## **Апрель**

### **«Лиса и куры»**

Цель: закреплять умение перелезать через предметы, не задевая их.

## **Май**

### **«Котята и щенята»**

Цель: совершенствовать лазанье по гимнастической стенке одноименным способом.

## **Игры для оздоровления детей**

### **Сентябрь**

#### **«Зима - лето»**

Цель: развивать внимание, реагировать на сигнал.

### **Октябрь**

#### **«Совушка»**

Цель: развивать умение действовать по сигналу.

### **Ноябрь**

#### **«Найди, пару»**

Цель: развивать внимание, быстроту реакции.

### **Декабрь**

#### **«Затейники»**

Цель: создать у детей веселое, бодрое настроение.

### **Январь**

**«Не попадись»**

Цель: развивать бег.

**Февраль**

**«Найди, где спрятано?»**

Цель: развивать у детей выдержку, наблюдательность, четность.

**Март**

**«Угадай, что делали»**, цель: развивать у детей выдержку, инициативу, воображение.

**Апрель**

**«Сбор флажков»**

Цель: развивать быстроту реакции, ловкость.

**«Гори, гори ясно!»** народная игра

Цель: развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.

**Май**

**«Эхо»**

Цель: развивать слуховое внимание.

**«Третий лишний»**

Цель: ориентировка в пространстве, внимание.

**Картотека подвижных игр в группе  
для детей младшего дошкольного возраста**

### **«Солнышко и дождик»**

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

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

### **«Птички в гнёздышках»**

**Цель:** Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; приучать их быстро действовать по сигналу воспитателя, помогать друг другу.

**Описание:** Дети сидят на стульчиках, расставленных по углам комнаты. Это гнёздышки. По сигналу воспитателя все птички вылетают на середину комнаты, разлетаются в разные стороны, приседают, разыскивая корм, снова летают, размахивая руками-крыльями. По сигналу воспитателя «Птички, в гнёздышки!» дети возвращаются на свои места.

**Указания к проведению:** Для гнёздышек можно использовать большие обручи, положенные на пол, а на участке это могут быть круги, начерченные на земле, в которых дети приседают на корточки.

### **«Воробушки и кот».**

**Цель.** Учить детей мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убегать, находить свое место; приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарищей.

**Описание.** Дети стоят вдоль стен комнаты на больших кубах (высотой 15-20см) или скамейках – это воробушки на крыше. В стороне сидит кошка (ребенок).

**Воробьи на веточке**

*Весело качаются*

**Воробьи на веточке**

*Солнцу улыбаются*

**Полетел наш воробей**

*Крылышками машет*

**И наверно в воздухе**

*Полечку заплещет!*

**Вот присел у лужицы, хочет он напиться**

**Ну а хитрый Васька кот к воробью подкрался**

**Воробьишка, улетай!**

**От кота спасайся!**

Они должны быстро улететь в гнёздышки, заняв свои места. Пойманных воробушков кошка отводит к себе в дом (дети пропускают одно повторение игры).

5 раз

### **«Пузырь»**

Дети водят хоровод, постепенно расширяя круг и говорят:

***Раздувайся, пузырь,  
Раздувайся большой,  
Оставайся такой,***

***Да не лопайся.*** Когда ведущий говорит:

***Пузырь лопнул,  
Воздух вышел.***

***Ш-ш-ш*** Дети идут к центру уменьшая круг  
**«У медведя во бору»**

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

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

***У медведя во бору***

***Грибы-ягоды беру.***

***А медведь не спит, всё на нас глядит!***

***А потом как зарычит! И за нами побежит!***

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

**«Мой веселый звонкий мяч» (прыжки)**

**Цель.** Учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст.

**Описание.** Воспитатель выполняет упражнения с мячом; он показывает детям, как легко и высоко прыгает мяч, если отбивать его рукой, и при этом приговаривает:

***Мой веселый звонкий мяч,***

***Ты куда помчался вскачь?***

***Красный, Желтый, Голубой,***

***Не угнаться за тобой! (С. Маршак)***

Затем воспитатель вызывает 2—3 детей, предлагает им попрыгать одновременно с мячом и повторяет упражнение, сопровождая его словами. Закончив, он произносит: «Сейчас догоню!» Малыши перестают прыгать и убегают от воспитателя, который делает вид, что ловит их.

**« Поезд»**

Дети строятся в колонну по одному. Первый – паровоз, остальные – вагоны.

Воспитатель дает гудок, дети двигаются вперед, вначале медленно, затем быстрее и наконец – бегом ( произносят чу-чу-чу). **ПОЕЗД ПОДЪЕЗЖАЕТ К СТАНЦИИ** – говорит воспитатель. Все постепенно замедляют шаг и останавливаются – дети выходят, собирают цветы, ягоды, грибы...

Воспитатель вновь дает гудок и игра продолжается.

**«По ровненькой дорожке» (ходьба, бег)**

Воспитатель произносит следующий текст:

***По ровненькой дорожке, 2р*** дети идут шагом

***Шагают наши ножки:***

***Раз-два, раз-два.***

***По камешкам, по камешкам,*** прыгают на двух ногах,  
продвигаясь вперед;

***По камешкам, по камешкам...***

***В яму — бух!*** присаживаются на корточки

«***Вылезли из ямы***»,— говорит воспитатель, и дети поднимаются. После нескольких повторений воспитатель произносит другой текст

***По ровненькой дорожке, 2р***

***Устали наши ножки, 2р***

***Вот наш дом - Здесь мы живем.***

С окончанием текста дети

бегут в дом — заранее обусловленное место за кустом, под деревом и т. п.

***«Карусели» с бегом***

Дети образуют круг, держась одной рукой за веревку. Идут сначала медленно, потом быстрее. Движения выполняются в соответствии с текстом:

***Еле-еле, еле-еле Закружились карусели***

***А потом кругом, кругом Всё бегом, бегом, бегом***

***Тише. Тише! Не спешите! Карусель остановите!***

***Раз-два, раз-два! Вот и кончилась игра!***

***Курочка-хохлатка. (бег)***

***Цели:*** - учить быстро выполнять движения по сигналу воспитателя и бегать в указанном направлении;

Воспитатель изображает курицу, дети— цыплят. Один ребенок -- кошка дремлет на солнышке. Курица-мама выходит с цыплятами гулять. Воспитатель говорит:

***Вышла курочка-хохлатка,***

***С нею желтые цыплятки.***

***Квохчет курочка: «Ко-ко,***

***Не ходите далеко».*** Приближаясь к кошке, он говорит:

***На скамейке у дорожки***

***Улеглась и дремлет кошка..***

***Кошка глазки открывает***

***И цыпляток догоняет.*** Кошка открывает глаза, мяукает и бежит за цыплятами, которые убегают.

***«Кот Мурзик»***

***Цели:*** - учить быстро выполнять движения по сигналу воспитателя и бегать в указанном направлении.

Дети — мыши, сидят на скамейке. В одном из углов зала сидит — кот.

Воспитатель говорит:

***ТИШЕ МЫШИ, КОТ НА КРЫШЕ.КОТ МУРЗИК НЕ СПИТ И УСАМИ ШЕВЕЛИТ.***

Пока воспитатель проговаривает эти слова, мыши бегают по залу, как только воспитатель скажет слова:

***МУРЗИК НОСИК ПОЧЕСАЛ  
И ЗА МЫШКОЙ ПОБЕЖАЛ!***

Дети спешат в норки, а кот их ловит. Дети занимают места на скамейке и игра повторяется.

**«Листочки»**

В руках у детей листочки, педагог читает текст, а дети в соответствии с ним выполняют движения.

*Мы — листочки, мы — листочки, Дети стоят кружком, держа в руках листочки.*

*Мы — осенние листочки. Мы на веточках сидели,  
Дунул ветер — полетели. Разбегаются по дорожкам.*

*Мы летали, мы летали — Бегают, помахивая листочками.*

*Все листочки так устали. Перестал дуть ветерок —*

*Все уселись в кружок. Садятся на корточки, листочки держат над головой.*

*Ветер снова вдруг подул Разбегаются по дорожке.*

*И листочки с веток сдул.*

*Все листочки полетели Подкидывают листья вверх.*

*И на землю тихо сели.*

**«Лохматый пёс»**

Один из детей изображает лохматого пса. Остальные тихонько идут и говорят: *Вот лежит лохматый пёс.*

*В лапы свой уткнувши нос,  
Тихо, смирно он лежит,  
Не то дремлет, не то спит.  
Подойдем к нему разбудим!  
И посмотрим, что-то будет!*

Дети его будят (хлопают в ладоши, ШАРИК! Вставай!)

Дети разбегаются, а пес догоняет.

**Беги к флажку**

Воспитатель раздает детям флажки двух цветов: красного и синего. Держа в одной руке красный, в другой - синий флажок, он разводит руки в стороны; дети свободно группируются напротив флажка соответствующего цвета.

Затем воспитатель предлагает малышам погулять - побегать по площадке.

Пока они гуляют, педагог переходит на другую сторону, говорит: "Раз, два, три - скорей сюда беги!" - при этом он разводит руки с флажками в стороны.

Дети бегут к нему и собираются возле флажка соответствующего цвета.

Когда соберутся все, воспитатель предлагает поднять флажки вверх и помахать ими. Игра повторяется 3-4 ра

**«Зайцы и волк» (прыжки)**

**Ц е л ь.** Приучать детей внимательно слушать, выполнять прыжки в соответствии с текстом. Учить ориентир. в пространстве, находить свое место (куст, дерево).

**Описание.** Дети-зайцы прячутся за кустами и деревьями. В стороне за кустом находится волк. Зайцы выбегают на полянку, прыгают, щиплют травку, резвятся. *Зайки скачут: скок, скок, скок,*

*На зеленый на лужок.*

*Травку щиплют, кушают,*

*Осторожно слушают,*

*Не идет ли волк?* Дети выполняют действия, о которых говорится в стихотворении. С окончанием текста появляется волк и начинает ловить зайцев.

**« Золотые ворота»**

**Цель:** Упражнять в подлезании

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 дети, которые оказались пойманными, становятся дополнительными воротами. "Ворота" побеждают, если им удалось поймать всех игроков.

**«Огуречик»**

Выбирают из играющих детей Огуречик и Мышку. Все становятся в круг, Огуречик в центре круга. Дети идут по кругу со словами:

*"Огуречик, огуречик, не ходи на тот кончик.*

*Там мышка живет, тебе хвостик отгрызет."* -

Руку под локоток и грозят пальцем.

С окончанием слов мышка ловит огуречик.

**« Мышеловка»**

**Цель:** учить бегать легко, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве.

Дети становятся в круг, взявшись за руки - это мышеловка. Один или двое детей - «мышки». Они вне круга. Дети, взявшись за руки и подняв их вверх, двигаются по кругу со словами:

*Ах, как мыши надоели,*

*Все погрызли, всё поели!*

*Берегитесь же, плутовки,*

*Доберёмся мы до вас!*

*Вот захлопнем мышеловку,*

### ***И поймает сразу вас!***

Во время произнесения текста "мышь" вбегают и выбегают из круга. С последним словом "мышеловка захлопывается" - дети опускают руки и садятся на корточки. Не успевшие выбежать из круга "мышки" считаются пойманными и встают в круг. Выбираются другие "мышки".

### **«Гуси-гуси»**

*Цель:* учить бегать легко, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве.

Участники игры выбирают волка и хозяина, остальные — гуси-лебеди. На одной стороне площадки чертят дом, где живут хозяин и гуси, на другой — живет волк под горой. Хозяин выпускает гусей в поле погулять, зеленой травки пощипать. Гуси уходят от дома довольно далеко. Через некоторое время хозяин зовет гусей. Идет переключка между хозяином и гусями:

***-Гуси-гуси!***

***-Га-га-га.***

***-Есть хотите?***

***-Да, да, да.***

***-Так летите же домой!***

***-Серый волк под горой!***

***Не пускает нас домой, Зубы точит, съесть нас хочет!***

***-Ну, летите, как хотите, только крылья берегите!***

Гуси бегут в дом, волк пытается их поймать. Пойманные выходят из игры. Игра кончается, когда почти все гуси пойманы. Последний оставшийся гусь, самый ловкий и быстрый, становится волком.

### **«Кот и мыш»**

*ЦЕЛЬ:* Развитие внимания, ловкости, быстроты.

*ХОД ИГРЫ:* Взрослый изображает кота, ребенок - мышку. Ребенок сидит "в норке" (за стульчиком), "кот" ходит по комнате, говоря при этом:

***- Котик по двору идет, Ищет мышек Васька-кот,***

***Ищет мышек кот. Тихо мышка сидит,***

***На кота она глядит, На кота глядит. (Е. Тихеева)***

Взрослый садится на стул и закрывает глаза - "спит". Ребенок-"мышка" подходит, бегают и играет вокруг "кота". "Кот" потягивается, открывает глаза, "мяукает" и бросается ловить "мышку". Ребенок-"мышка" убегает в "норку".

### **«Воробушки и голуби»**

Дети надевают медальоны с обозначением воробушков и голубей и бегают по площадке. По сигналу «ВОРОБУШКИ!» воробушки влезают на гимнастическую стенку, а голуби становятся в обручи. По сигналу «ПОЛЕТЕЛИ!» дети спускаются с гимнастической лестницы (спрыгивают), выбегают из обручей и бегают врассыпную. По сигналу «ГОЛУБИ!» на гимнастическую стенку влезают голуби, а воробьи занимают обручи.

### **« Снежинки и ветер» с бегом**

Выполняют движения в соответствии с текстом.

***Снежинки, снежинки по ветру летят  
Снежинки, снежинки на землю хотят***

Легкий бег в разных направлениях.

***А ветер дует сильнее и сильнее,  
Снежинки кружатся быстрее и быстрее***

Бег с поворотом вокруг себя.

***Вдруг ветер утих, стало тихо кругом  
Снежинки слетелись в большой снежный ком!***

Бег к воспитателю и присесть около него на пол.

**«Воробушки и автомобиль»**

Дети с воспитателем стоят на одном конце зала за разложенным шнуром, на другом конце обозначается место для автомобиля. По сигналу «ВОРОБУШКИ ВЫЛЕТЕЛИ ИЗ ГНЕЗДА!» дети начинают бегать по залу в разных направлениях. По сигналу «АВТОМОБИЛЬ!» появляется автомобиль (воспитатель или ребенок), а воробушки убегают на свои места.

**«Волк и заяц» (с прыжками)**

***Серый волк в избушке***

***Пьет чай из кружки***

***А ты заяц не зевай***

***Выходи-ка! Поиграй!*** (Дети прыгают, бегают, щиплют травку.)

***Раз! Два! Не зевай!***

***Быстро заяц убегай!***

Дети – «зайцы» убегают от «волка» на скамейку.

**«Найди свой домик»**

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

**Ход игры:**

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

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

**« Снег кружится»**

Цель: Учить соотносить собственные действия с действиями участников игры. Развивать слуховое внимание, двигательную активность.

**Ход игры:**

**« Снег, снег кружится, белая вся улица! »**- дети кружатся.

**« Собрались мы все в кружок, закружились как снежок »**- дети приближаются к воспитателю.

**« Спать легли снежинки, белые пушинки »**- дети приседают.

**« Подул холодный ветер, снежинки разлетелись. »**- дети разбегаются по площадке.

## « Дед Мороз»

**Цели:** учить выполнять характерные движения -развивать бег, быстроту.

**Ход**

**Я-Мороз, Красный нос**

**Бородою зарос.**

**Я ищу в лесу зверей.**

**Выходите поскорей!**

**Выходите зайчики!**

**Дети прыгают.**

**Заморожу! (убегают)**

Потом воспитатель называет разных зверей, а дети имитируют движения

## « На елку»

**Цели:** учить имитировать характерные движения зверей

**Ход :** Ну-ка, елочка, светлей, Засверкай огнями!

**Пригласили мы гостей. Веселиться с нами.**

**По дорожкам, по снегам, По лесным лужайкам**

**Прискакал на праздник к нам Длинноухий заяк. ( прыгают)**

**А за ним, смотрите все, Рыжая лисица.**

**Захотелось и лисе**

**С нами веселиться ( бегают тихо)**

**Вперевалочку идет Косолапый мишка,**

**Он несет в подарок мед И большую шишку ( идут вперевалочку)**

## «Кто сделает меньше прыжков?».

**Цели:** - учить прыгать гигантскими шагами;  
начинать игру по сигналу воспитателя.

## «Т а к с и» (бег)

**Цель.** Приучать детей двигаться вдвоем, соразмерять движения друг с другом, менять направление движений, быть внимательным к партнерам по игре.

**Описание.** Дети становятся внутрь большого обруча (диаметром 1м), держат его в опущенных руках: один — у одной стороны обода, другой — у противоположной, друг за другом. Первый ребенок — водитель такси, второй — пассажир. Дети бегают по площадке или по дорожке. Через некоторое время меняются ролями.

## «Мы топаем ногами»

Воспитатель вместе с детьми становится по кругу на расстояние выпрямленных в стороны рук. В соответствии с произнесенным текстом дети выполняют упражнения:

**Мы топаем ногами Мы хлопаем руками**

**Качаем головой Мы руки поднимаем**

**Мы руки опускаем Мы руки подаём**

И с этими словами дети берутся за руки, образуя круг, и продолжают: **И бегаем кругом 2 р.**

Через некоторое время воспитатель говорит: **«СТОЙ!»**. Дети, замедляя движение, останавливаются.

### «Снежная королева».

Воспитатель изображает Снежную королеву (можно приготовить красивый кокошник). Дети бегают по всей площадке (она ограничена). Кого Снежная королева коснется рукой (тот считается замороженным), должен остановиться на месте. Через некоторое время игра останавливается, подсчитывается число проигравших. После небольшой паузы игра продолжается. Дети с помощью считалки выбирают Снежную королеву.

«**Автомобили**» с бегом *Цели:* продолжать развивать двигательную активность детей; поощрять стремление отражать в игровой деятельности знания о труде взрослых.

Дети стоят на краю площадки в колонне, в руках разноцветные кружки или кольца. На сигнал «**МАШИНЫ ЕДУТ ПО ОДНОЙ ДОРОГЕ!**» дети бегут друг за другом, крутят руль. На сигнал: «**ПЛОХАЯ ДОРОГА, КОЧКИ, ГРЯЗЬ, ЕДЕМ МЕДЛЕННО!**» дети замедляют движение. По сигналу «**ДОРОГ МНОГО, ПОЕХАЛИ В РАЗНЫЕ СТОРОНЫ!**» дети бегают врассыпную. По сигналу «**В ГАРАЖ! БЫСТРЕЕ ВОЗВРАЩАЕМСЯ ДОМОЙ!**» все дети возвращаются на свои места.

При последующих повторениях воспитатель подает только сигналы: «**ПОЕХАЛИ ПО ОДНОЙ ДОРОГЕ!**», «**ПЛОХАЯ ДОРОГА!**», «**ДОРОГ МНОГО!**», «**В ГАРАЖ!**» - заменить звуком колокольчика.

5

раз

### «Волк и заяц» (с прыжками )

**СЕРЫЙ ВОЛК В ИЗБУШКЕ**

**ПЬЕТ ЧАЕК ИЗ КРУЖКИ.**

**А ТЫ ЗАЙКА НЕ ЗЕВАЙ –**

**ВЫХОДИКА, - ПОИГРАЙ!**

(Дети прыгают, бегают, щиплют травку.)

**РАЗ! ДВА! НЕ ЗЕВАЙ:**

**БЫСТРО ЗАЯЦ УБЕГАЙ!**

Дети – «зайцы» убегают от «волка» на скамейку.

### «Птички, раз! Птички, два!»

*Цели:* упражнять детей в прыжках -знакомить с повадками

**Ход Птички, раз! ( выдвигают вперед одну ногу)**

**Птички два! ( выдвигают другую ногу)**

**Скок-скок-скок!( прыжки)**

**Птички,раз! (поднимают крылышко)**

**Птички, два! (поднимают второе)**

**Хлоп! Хлоп! Хлоп!**

**Птички, раз! ( закрывают один глаз)**

**Птички, два! ( закрывают второй)**

**Птички полетели (бегают, машут крылышками, чирикают)**

### «Бегите ко мне».

*Цель:* учить бегать, не наталкиваясь друг на друга, быстро действовать по сигналу воспитателя.

Дети бегут к воспитателю, который, разведя руки широко в стороны, делает вид, что хочет всех обнять. После того как дети соберутся около воспитателя, он уходит на другую сторону площадки и снова говорит: "Бегите ко мне!" Игра повторяется 4-5 раз.

### **« Ворона и собачка»**

**Цель:** учить подражать движениям и голосам птиц; учить передвигаться, не мешая друг другу

**Ход игры.** *« Возле елочки зеленой*

*Скачут, каркают вороны:*

*Кар! Кар, Кар»-*

дети прыгают, издают звукоподражание.

*« Тут собачка прибежала*

*И ворон всех разогнала:*

*Ав! Ав! Ав!-*

дети разбегаются в разные стороны

### **«Не задень».**

Воспитатель вместе с детьми лепит снежки и раскладывает их в одну линию на расстоянии 0,5 м. Дети идут между снежками змейкой так, чтобы не задеть их. Повторить 2-3 раза.

### **«Найдем зайца».**

Воспитатель прячет заранее игрушку-зайца на участке так, чтобы никто из детей не знал об этом. Во время прогулки он предлагает сначала найти следы зайца, а затем и его самого. Воспитатель вместе с детьми участвует в поисках зайца

### **«Вокруг санок».**

По кругу ставятся санки, расстояние между ними 0,5 м. Воспитатель предлагает детям по сигналу прыгать на двух ногах вокруг санок в одну сторону, затем небольшая пауза, поворот и прыжки в другую сторону.

### **«СНЕЖНЫЕ ОБГОНЯЛКИ»**

Итак, перед участниками соревнования стоят снежные комья. По сигналу игроки начинают катить ком по направлению к финишу. Выигрывает тот, кто первым доберется до финиша.

### **«Сбей кеглю».**

В одну линию ставятся цветные кегли. На расстоянии 2 м от мишеней становятся дети, у ног каждого снежки, слепленные заранее. По сигналу воспитателя они метают снежки – кто дальше! Можно обозначить цели на разном расстоянии – это могут быть кубики, кегли, снежки, постройки из снега (только не животные и не птицы, а тем более не люди).

### **Не боимся мы кота**

Кот садится на пол и спит. Ведущий говорит:

*Мышки, мышки, выходите,*

*Порезвитесь, попляшите,*

*Выходите поскорей,*

*Спит усатый кот-злодей!*

Мышки окружают кота и начинают приплясывать со словами: ***Тра-та-та, тра-та-та,***

***Не боимся мы кота!***

По сигналу ведущего: "проснулся кот!" - мыши убегают в свой домик, а кот пытается их поймать

«Раз, два, три – к дереву беги!»

### **МЕДВЕДЬ**

Играющие становятся в круг. Выбирается водящий – медведь. Он ложится на пол в центре круга. Дети

идут к нему и хором произносят слова:

***Как –то мы в лесу гуляли  
И медведя повстречали  
Он под ёлкою лежит  
Растянулся и храпит (послушаем)  
Мы вокруг его ходили  
Косолапого будили  
Ну-ко, мишенька, вставай  
И быстрее нас догоняй***

(дети убегают – медведь догоняет)

«**Мыши водят хоровод**»

Дети — «мыши»

— водят хоровод, в середине «спит» «кот» (один из детей)

***Мыши водят хоровод,***

***На лежанке дремлет кот.***

***«Тише, мыши, не шумите,***

***Кота Ваську не будите.***

***Как проснётся Васька кот***

***Разобьёт наш хоровод!»*** На последних словах «кот»

просыпается и ловит «мышей».

### **«Бабочки и цветы»**

Ход: дети делятся на две команды- бабочки и цветы. По сигналу ведущего, бабочки занимают цветок, кто не успел, становится ведущим.

### **Игровые упражнения**

#### **Упражнения с мячом:**

-прокатывание мяча друг другу,

в ворота (ширина 50-40 см) с расстояния 1,5-2 м

-прокатывание с попаданием в предметы (расстояние 1,5-2 м).

-«Прокати по дорожке» - катание мяча (шарика) между палками (расстояние 2-3 м)

-бросание вверх и ловля (не менее 3-4 раз подряд); удар о землю и ловля

-бросание друг другу и ловля (расстояние 1-1,5 м)

-бросание двумя руками от груди через сетку или веревку, натянутую на высоте поднятой руки ребенка (расстояние 2 м)

-бросание мяча двумя руками из-за головы в положении стоя и сидя

-отбивание после удара о землю двумя руками, одной рукой (правой и левой) не менее 5 раз подряд

-бросание друг другу снизу (расстояние 1,6 м)

-перебрасывание двумя руками из-за головы через сетку (расстояние 2 м)

-«**Попади в круг**». *Цели:* совершенствовать умение обращаться с предметами; учить попадать в цель, развивать глазомер, ловкость.

**Упражнения в беге:** -в колонне, со сменой направления.

- «Вот какие быстрые ножки» - бег на носках, широкими шагами.

-в колонне по одному и парами, в разных направлениях, с ловлей друг друга.

-по кругу, держась за руки, за шнур.

-змейкой, обегая поставленные в ряд предметы.

-с ускорением и замедлением темпа, со сменой ведущего.

по узкой дорожке, между линиями.

-по всей площадке, по сигналу воспитателя найти свое место в колонне.

-упражнения в беге в медленном темпе (1-1,5 мин).

-упражнения в беге со средней скоростью в чередовании с ходьбой (расстояние 40 м)

-«**Кто быстрее добегит до флажка?**» *Цель:* учить выполнять действия строго по сигналу воспитателя

**Упражнения в равновесии:** -ходьба по шнуру с мешочком на голове

-Ходьба и бег по гимнастической скамейке прямо и боком

-ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики.

-ходьба по скамейке, ставя ногу на носок; руки в стороны

-ходьба по шнуру, положенному прямо, по кругу, зигзагообразно.

-«**Пройди по мостику**» *Цель:* учить ходьбе по наклонной доске.

**Упражнения в лазанье:**

-ползание на четвереньках на расстояние 6-8 м

-ползание по гимнастической скамейке на четвереньках поточным способом (3-4 раза).

-подлезание под веревку, дугу, поднятую на высоту 40 см, прямо и боком (правым и левым)

-пролезание в обруч, приподнятый от земли на 10 см; ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках

- по гимнастической стенке вверх и вниз, не пропуская перекладин, пытаюсь применить чередующийся шаг

-пролезание в обручи

-Лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом

**Упражнения в ходьбе:**

- на носках, высоко поднимая колени, приставным шагом вперед, в стороны

-ходьба на пятках, на внешней стороне стопы, мелким и широким шагом

-Упражнения в ходьбе с разным положением рук (вверх, вниз, в стороны), по кругу, с переменной направления

-приставным шагом в сторону, вперед, назад

-мелким и широким шагом с разным положением рук

-Ходьба по короткой и длинной дорожке. *Цель:* закреплять представления о длине.

-«**Стань первым**» - ходьба в колонне за ведущим. (Воспитатель называет имя кого-либо из детей. Все останавливаются. Названный ребенок обгоняет колонну и становится первым. Ходьба продолжается

-«**Великаны — карлики**».

*Цель:* учить чередовать ходьбу мелкими и широкими шагами.

- «**Слушай сигнал**»: обычная ходьба, по сигналу – чередование с ходьбой на пятках, на внешней стороне стопы

-«**Извилистая тропинка**». *Цель:* учить двигаться в колонне за ведущим, повторяя его движения.

### **Прыжки:**

- «Маленькие зайчики скачут на лужайке» - прыжки на двух ногах с продвижением вперед

- подскоки на месте (ноги вместе -врозь, одна - вперед, другая -назад)

-прыжки на двух ногах с продвижением вперед до середины площадки, обратно вернуться спокойным шагом (3-4 раза).

-Прыжки на двух ногах в обруч и выпрыгивание из него(6-8 раз)

-подскоки вверх на месте(ноги вместе - ноги врозь, одна - вперед, другая - назад).

-спрыгивание с гимнастической скамейки в обруч

-«**С кочки на кочку**». *Цели:* формировать навыки прыжков в длину; развивать ловкость.

-«**На одной ножке**» *Цель:* закреплять умения прыгать на одной ноге (правой и левой).

**Упражнения в беге и равновесии:** бег по площадке, по сигналу воспитателя встать на куб или скамейку

«**Чье звено скорее соберется?**», *Цель:* упражнять в умении строиться в круг,

«**Найди, где спрятано**». *Цели* учить ориентировке в пространстве.

«**Найди себе пару**». *Цель:* учить быстро двигаться по сигналу, меняя направление движения.

«**Попади в обруч**» *Цель:* совершенствовать навыки катания обруча в произвольном направлении.

«**Найди свой цвет**» *Цель:* искать свой цвет по сигналу воспитателя.

### **Упражнения на лыжах**

-поочередно поднимать правую и левую ногу с лыжами; скользить вперед и назад сначала одной ногой, затем - другой.

-Ходьба на лыжах по прямой (расстояние не менее 10 м) поочередное поднятие правой и левой ноги с лыжами. Ходьба ступающим шагом по прямой (расстояние 10-15 м)

-поочередное поднятие правой и левой ноги с лыжей, пружинистые приседания «пружинка».Ходьба ступающим шагом по дорожке (расстояние 10-15 м) .

-руки вперед-назад («Где же наши ручки?»); поочередное выставление правой и левой ноги с лыжей («Где же наши ножки?»); «пружинка».

-хлопок руками над головой, «пружинка», поднимание правой и левой ноги с лыжами.

-Ходьба ступающим шагом по учебной лыжне (20-30 м)

### **Упражнения на снегу**

- «**Из следа в след**» - ходьба по снегу

-Метание снежков в вертикальную цель, поочередно правой и левой рукой

-«**Кто дальше?**» - метание снежка вдаль правой и левой рукой

-Парное катание на санках: двое детей везут санки, на которых сидит один ребенок. (Друг за другом едут 4 пары.)

-Ходьба в колонне по одному по снежному валу (руки в стороны), затем прыгнуть на обе ноги

-Поочередное катание друг друга на санках.

-Прыжки со снежных валов (высота 20 см)

-Ходьба и бег по снежному валу, спрыгивание со снежных валов

-Скольжение по ледяной дорожке: один за другим дети разбегаются и скользят по небольшим ледяным дорожкам

-Игра «**Кто дальше проскользит?**»: Дети строятся в две колонны около двух длинных ледяных дорожек. Один за другим они разбегаются и скользят, отодвигая во время скольжения кубик, лежащий на дороге.

-Ходьба по ледяным дорожкам(2 раза). Затем скольжение с разбега, в конце присесть (4 раза) затем встать (3-4 раза

- «**Кто бросит дальше снежок?**»

*Цель:* учить правилам очередности в игре, требующим одинаковых действий с одним общим предметом.