

ПРИНЯТА  
на заседании  
педагогического совета  
протокол №1  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА  
приказом МБДОУ  
«Детский сад № 3 «Иман»  
г. Урус-Мартан  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 №\_\_

**Программа дополнительного образования  
по развитию физических качеств детей дошкольного возраста  
(подвижные, малоподвижные игры)**

**2024 г.**

## **Введение**

Подвижные игры являются прекрасным средством развития и совершенствования движений детей, укрепления и закаливания их организма. Ценность подвижных игр в том, что они основываются на различных видах жизненно необходимых движений. Достаточное насыщение свободного времени детей играми содействует общему и всестороннему их развитию. Кроме того, целесообразно подобранные, с учетом возраста, состояния здоровья, характера функциональных изменений организма и степени физической подготовленности детей подвижные игры, особенно игры на воздухе, несомненно, способствуют оздоровлению, укреплению организма ребенка, закаливанию и тем самым профилактике заболеваний.

Оптимальное использование подвижных игр (физических упражнений) приводит к ослаблению стресса и напряжения детского организма, улучшает физическую, психическую и интеллектуальную работоспособность детей.

В спортивных играх в комплексе решаются профилактические, образовательные и воспитательные задачи. Здесь есть своя особенность: дошкольники овладевают основами техники некоторых спортивных игр их опыт обогащается специальными способами действий. Определёнными навыками поведения. Всё это подготавливает детей к активному участию в будущих школьных спортивных мероприятиях.

Большую воспитательную ценность имеют правила подвижных игр. Они выступают, как своеобразные законы, выполнение которых обязательно для всех участников игры. Подчинение правилам требует от детей волевых проявлений, организованности, выдержки, умения управлять своими чувствами, движениями. Осознание их ведёт к тому, что дети становятся более организованными, приучаются оценивать свои действия и действия партнёров, помогать друг другу, радоваться успехам товарищей.

От детей младшего дошкольного возраста ещё не требуется обязательного целенаправленного проявления двигательных качеств. Однако подвижные игры заставляют маленького ребёнка внимательно слушать сигналы, преодолевать препятствия (обегать предметы), ориентироваться в пространстве (находить своё место). Всё это является первоначальной ступенью развития двигательных качеств. Особенно ценными, являются игры с элементами соревнования. Игры эстафеты, в которых от ловкости и быстроты движений, самостоятельности, настойчивости, сообразительности,

инициативы зависит достижение не только индивидуального, но и коллективного (командного) результата. В таких играх развитие физических и морально-волевых качеств – взаимосвязано.

Радостное, приподнятое настроение является важным условием повышения заинтересованности детей в выполнении различных двигательных заданий, стремления произвести их быстро, ловко, с наименьшей затратой сил. Эмоциональное переживание в игре мобилизует все силы при достижении поставленной цели. Это ведёт к значительному усилению деятельности организма, повышению его функциональных возможностей. Улучшению обмена веществ.

Подвижные игры находят применение не только при обучении основным движениям, но и при совершенствовании навыков спортивных упражнений.

Повторение элементов спортивных упражнений в игровой форме способствует более быстрому и прочному их усвоению, а затем и использованию в самостоятельной двигательной деятельности.

### **Специфика образовательного учреждения**

Содержание образовательного процесса в МБДОУ Детский сад № 3«Иман» г. Урус-Мартан определяется образовательной программой дошкольного образования, разрабатываемой, принимаемой и реализуемой им самостоятельно в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами к структуре ОПДО и условиям её реализации.

Содержание программы направлено на физическое, социально-личностное, познавательное - речевое и художественно – эстетическое развитие ребенка - дошкольника и строится с учетом принципа интеграции образовательных областей.

Педагогический процесс основывается на комплексно-тематическом планировании образовательной деятельности с детьми. В основе комплексно - тематического планирования лежит примерный перечень актуальных тем для каждой возрастной группы дошкольного учреждения, работа над которыми выходит на проведение итоговых мероприятий. Реализация образовательных задач происходит на основе деятельностного подхода в процессе совместной и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного учреждения.

## **1 Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Физическое воспитание в дошкольном образовательном учреждении осуществляется как на специальных физкультурных занятиях, так и в игровой деятельности, и повседневной жизни детей.

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

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

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

Подвижные игры создают благоприятные условия для развёртывания активной двигательной деятельности

### **1.2 Новизна. Актуальность. Педагогическая целесообразность.**

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

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что у детей при ее освоении повышается мотивация к занятиям физической

культурой и спортом, развиваются физические качества, формируются личностные и волевые качества.

Актуальность данной программы заключается в том, что её специфика развивает все физические качества детей дошкольного возраста (скорость, быстроту, выносливость, ловкость, силу, гибкость), а так же такие физические качества как глазомер и равновесие.

### **Сроки реализации дополнительной образовательной программы**

Программа дополнительного образования «Подвижные, малоподвижные игры» рассчитана на четыре года обучения и направлена на всестороннее, гармоничное и целостное развитие личности детей дошкольного возраста от 5 до 6 лет.

### **Формы и режим**

Формой организации образовательного процесса является групповая и индивидуальная.

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

### **Формы подведения итогов**

Программа дополнительного образования разделена на несколько разделов. Распределение часов на разделы условно, т. к. в большинстве занятий предусмотрено содержание теоретического и практического материала, упражнения, комплексы упражнений, игры различных разделов в одном занятии.

Освоение обязательного минимума детей дошкольного возраста предусмотрены программой:

- 1.правила проведения игр, эстафет и праздников;
- 2.основные факторы, влияющие на здоровье человека;
- 3.правила поведения во время игры.

Развитие детей в процессе освоения программы:

- 1.выполнение упражнений в игровых ситуациях (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- 2.проявление смекалки и находчивости, развитие быстроты и хорошей координации;
- 3.владение мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;

#### 4. применение игровых навыков в жизненных ситуациях.

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

### **Специфика данной программы дополнительного образования**

Специфика данной программы позволяет реализовать мир игровых образов в целях оздоровления и коррекционного развития ребёнка.

Возраст детей, участвующих в реализации дополнительной образовательной программы

- старшая группа (5 - 6 лет)

Программа реализует разностороннее развитие детей:

- развитие познавательной активности детей;
- формирование умения ориентироваться в задании, воспитание самоконтроля и самооценки;
- психокоррекция поведения ребенка;

В связи с тем, что для дошкольного возраста разработано недостаточное количество программ по подвижным играм, нами был систематизирован и обобщён опыт по этому вопросу. И разработана программа дополнительного образования по развитию физических качеств детей дошкольного возраста «Непоседы» (подвижные игры).

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

### **1.3. Цели и задачи программы**

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

Задачи:

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

## **1.4. Принципы реализации программы**

Наглядность. Показ физических упражнений, образный рассказ.

Доступность. Обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности детей.

Систематичность. Регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнения техники их выполнения.

Закрепление навыков. Многократное выполнение упражнений, умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.

Индивидуально-дифференциальный подход. Учет особенностей возраста, состояния здоровья каждого ребенка.

Сознательность. Понимание пользы выполнения упражнения, потребность их выполнять.

Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок. Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим «отдых».

Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты

Вариативность. Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.

## **1.5. Условия, необходимые для реализации программы**

Для эффективной реализации программы необходимы следующие условия:

- Личностное общение педагога с ребенком.
- Наличие специально оборудованного зала.
- Правильное покрытие пола – деревянное, либо ковровое покрытие.
- Наличие обязательной одежды и обуви для занятия.
- Широкое использование технических средств обучения (видео, аудио техника).
- Атрибуты, наглядные пособия.
- Предварительное проветривание зала и проведение влажной уборки.

Расписание занятий, методический материал, календарный план, результативность каждого занимающегося по итогам года.

## **1.6. Планируемые результаты**

Прогнозируемые результаты основаны на приобретении первоначальных знаний. Умений и навыков физической культуры с помощью подвижных игр, теоретической и практической подготовке детей, первоначальной сформированности основных физических качеств. На данном этапе осуществляется знакомство с информацией о физической культуре и спорту, выявляются способные и желающие в дальнейшем заниматься спортивными играми детей в спортивных объединениях, формируются навыки самостоятельной деятельности детей.

Критерии оценки прогнозируемых результатов заключаются в успешном усвоении разделов программы, стабильности состава детей, посещаемости ими занятий, первоначальном уровне теоретических знаний, практических умений и навыков при освоение подвижных игр:

- проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
- участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- открытые ООД и мероприятия данной направленности.

## **II. Содержательный раздел**

### **2.1 Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях**

Основные задачи образовательных областей:

Социально – коммуникативное развитие.

- 1) Развитие общения и взаимодействия ребёнка с взрослыми и сверстниками.
- 2) Становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий.
- 3) Развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания.
- 4) Формирование готовности к совместной деятельности.

Познавательное развитие.



1) Развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации.

2) Формирование познавательных действий, становление сознания.

3) Развитие воображения и творческой активности.

Речевое развитие.

1) Владение речью как средством общения.

2) Обогащение активного словаря.

3) Развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи.

4) Развитие речевого творчества.

5) Развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха.

Художественно - эстетическое развитие.

1) Развитие предпосылок ценностно – смыслового восприятия и понимания (словесного, музыкального)

2) Становление эстетического отношения к окружающему миру.

3) Восприятие музыки, фольклора.

Физическое развитие.

1) Развитие физических качеств.

2) Правильное формирование опорно – двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики.

3) Правильное выполнение основных движений.

4) Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.

5) Овладение подвижными играми с правилами.

6) Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

7) Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

## **2.2. Содержание разделов программы**

### **Игры и игровые упражнения с бегом.**

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

1-я младшая группа - «Догони мяч», «Солнышко и дождик», «Птички в гнёздышках», «Воробышки и автомобиль», «Бегите ко мне», «Карусель» и др.

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

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

### **Игры и игровые упражнения с прыжками.**

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

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

### **Игры и игровые упражнения на метание.**

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

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

### **Игры и игровые упражнения на равновесие**

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

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

### **Игры и игровые упражнения на ориентировку в пространстве**

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

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

### **Игровые упражнения в ползании и лазанье.**

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

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

### **2.3. Взаимодействие с семьями дошкольников**

Цель:

Создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права ребенка на уважение и понимание, на участие родителей в жизни детского сада.

Задачи:

- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (селе, городе, области);
- сплочение семей воспитанников в коллективную деятельность;
- вовлечение семей воспитанников в организацию досуговой деятельности;
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье;

#### **Совместная деятельность**

Развлечения, спортивные досуги и соревнования, участие в эстафетах и т.д.

## **2.4. Коррекционно-развивающая работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья.**

Цель: помочь детям справиться с переживаниями, которые препятствуют их адаптации и социализации в образовательной среде, и оптимизация их интеллектуальной деятельности за счет стимуляции психических процессов.

Задачи:

- 1.Формирование адекватных форм поведения.
- 2.Снятие состояния эмоционального дискомфорта.
- 3.Коррекция познавательной сферы (памяти, внимания, мышления, восприятия):
  - развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств;
  - сохранение и укрепление здоровья;
  - коррекция недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей;
  - создание современной развивающей предметно-пространственной среды, комфортной как для детей с ОВЗ, так и для нормально развивающихся детей, их родителей (законных представителей) и педагогического коллектива;

## **III. Организационный раздел**

### **3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка.**

Психолого-педагогические условия, их эффективность и взаимодействие обеспечит:

- для детей: повысит качество и эффективность развития
- для педагогов и специалистов постоянно совершенствовать свое профессиональное мастерство; сформировать партнерские, детьми и их родителями;
- для родителей, равнодушных к настоящему и будущему своих детей, желающих понимать их проблемы, стать активными участниками и партнерами образовательного процесса;

Основной целью системы психолого-педагогического обеспечения педагогического процесса в ДООУ, выступает создание условий, направленных на полноценное психофизическое развитие детей и обеспечение их эмоционального благополучия.

### **3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды.**

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

### 3.3. Календарное планирование

#### Сентябрь

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	-
Старшая группа	«Пятнашки»	«Удочка»	«У кого мяч?»	«Белки в лесу»	-

#### Октябрь

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя
Старшая группа	«Гуси – лебеди»	«Перебежки»	«Колпачок и палочка»	«Накинь кольцо»	«Перелёт птиц»

#### Ноябрь

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	-
Старшая группа	«Кошка и мышка»	«Ловля мячей сачками»	«Не оставайся на полу (на земле)»	«Затейники»	-

#### Декабрь

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя
Старшая группа	«Мы веселые ребята...»	«Серсо»	«Сделай фигуру»	«Тетери»	«Мороз – Красный нос»

### Январь

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя
Старшая группа	«Карусель»	«Лошадки»	«Снежная карусель»	«Уголки»	«Совушка»

### Февраль

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	-
Старшая группа	«Мышеловка»	«Кто скорее до флажка»	«Пастух и стадо»	«Будь ловким»	-

### Март

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	-
Старшая группа	«Караси и щука»	«Медведи и пчелы»	«Пожарные на учении»	«Быстрее по местам»	-

### Апрель

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя
Старшая группа	«Успей пробежать»	«Школа мяча»	«Кто скорее»	«Космонавты»	«Горелки» (бег)

### Май

Возрастная группа	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	-
Старшая группа	«Чье звено скорее соберется»	«Кегли»	«Прыжки через веревку».	«Кольцо на палочке».	-





### **3.4. Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания программы**

В целях совершенствование и развития программы запланирована следующая работа:

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

#### **Список литературы**

1. Гайдай Е. П. Москва «АРКТИ» 2013г. «Игры, забавы, развлечения».
2. Голубева Л.Г. Москва «Просвещение» 2015г. «Растём здоровыми».
3. Ионова А. Н. Москва «Экзамен» 2017г. «Играем, гуляем, развиваем».
4. Казак О.Н. Москва «АРКТИ» 2013г. «Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет.
5. Кенеман А. В. Санкт-Петербург «Детство» 2013г. «Народные подвижные игры для детей».
6. Литвинова О. М. Санкт-Петербург «КАРО» 2016г. «Физкультурные занятия в детском саду».
7. Муравьва В. А. Москва «АЙРИС» 2014г. «Воспитание физических качеств».
8. Патрикеева А.Ю. Москва «ВАКО»2017г. «Подвижные игры».
9. Пензулаева Л. И. Москва «Мозаика - Синтез» 2016г. «Физкультурные занятия с детьми 3 - 4 и 4 - 5 лет».

10. Щербак А.П. Москва «Просвещение» 2018г. «Тематические физкультурные занятия».

## Перечень нескольких игр, используемых на занятиях

### «Наседка и цыплята»

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

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

### «Жмурки»

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

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

### «Мышки и кот»

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

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

### «Зайка беленький сидит...»

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

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

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

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

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

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

**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.

**Перспективный план подвижных и малоподвижных игр в старшей группе**

Месяц	№ п/п	Название игры	Цель игры	Содержание
-------	-------	---------------	-----------	------------

Сентябрь	1.	«Пятнашки»	Развивать быстроту реакции на сигнал. Упражнять в беге с увертыванием и в ловле.	<p>Дети находятся в разных местах площадки (границы ее обозначены флажками). Назначенный воспитателем или выбранный детьми пятнашка, получив цветную повязку (ленточку), становится на середине площадки.</p> <p>После сигнала воспитателя: «Лови!» - все дети разбегаются по площадке, а водящий старается догнать кого – ни будь из играющих и коснуться его рукой. Тот, кого водящий коснулся рукой, отходит в сторону. Игра заканчивается, когда пятнашка поймает 3-4 играющих.</p> <p>При повторении игры выбирается новый пятнашка.</p> <p>Если пятнашка в течение 30-40 секунд не может поймать никого из играющих, воспитатель должен назначить другого водящего</p>
	2.	«Удочка»	Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в прыжках на месте в высоту.	<p>Дети стоят по кругу. В центре круга – воспитатель. Он держит в руках веревку, на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает веревку с мешочком по кругу над самой землей, а дети подпрыгивают вверх, стараясь чтобы мешочек не задел их ног.</p> <p>Предварительно воспитатель показывает и объясняет детям, как надо подпрыгивать: сильно оттолкнуться и подобрать ноги.</p> <p>Время от времени следует делать паузы, чтобы дать детям отдохнуть.</p>
	3.	«У кого мяч?»	Развивать у детей внимание, наблюдательность, координацию движения.	<p>Играющие образуют круг. Выбирается водящий. Он становится в центре круга, остальные придвигаются плотно друг к другу, руки у всех за спиной. Воспитатель дает кому – либо мяч (диаметром не более 15 см), и дети за спиной передают его по кругу. Водящий старается угадать, у кого мяч. Он говорит: «Руки», - и тот, к кому он обращается, должен выставить вперед обе руки ладонями вверх, как бы показывая, что мяча у него нет. Если водящий угадал, он берет мяч и становится в круг, а у кого найден мяч, начинает водить.</p>

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

Октябрь	2.	«Перебежки»	Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в метании в подвижную цель.	<p>На одной стороне площадки отделяется линией дом, на расстоянии 5-6 м чертится 2 линия, за которой находится другой дом. Вдоль одной из сторон перпендикулярно домам проводится еще одна черта. Играющие делятся на 2 группы – два отряда Дети одного отряда встают вдоль линии любого дома. Другой отряд размещается вдоль боковой линии; у ног каждого ребенка лежит по два снежка. По сигналу воспитателя 1 отряд перебегает из одного дома в другой. Дети 2 отряда берут по одному снежку и бросают их в бегущих. Те, в кого попали снежком, отходят в сторону. На новый сигнал перебежка происходит в обратную сторону; дети, стоящие у боковой линии, бросают в бегущих по второму снежку. Осаленные в этот раз так же отходят в сторону.</p> <p>Воспитатель отмечает, кто из детей одного и другого отряда был более ловким, смелым, метким. После этого временно выбывшие из игры возвращаются в свои отряды. Отряды меняются местами и игра возобновляется.</p> <p>Примечание.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. снежки для игры можно заготовить заранее и сложить в кучку, откуда дети будут их брать, а можно лепить их тут же перед началом игры.</li> <li>2. для установления очередности (какому отряду первому бежать, а какому бросать снежки) отряды могут воспользоваться считалками.</li> </ol>
	3.	«Колпачок и палочка»	Развивать у детей внимание. Упражнять в ходьбе по кругу.	<p>Играющие образуют круг. Выбирается водящий, он получает палочку и становится в середине круга. Воспитатель надевает ему на голову красивый колпак с яркой кисточкой.</p> <p>Колпак надвигается ребенку до носа, прикрывает ему глаза, не касаясь их. Дети, держась за руки, бегут по кругу и говорят: «Раз, два, три, четыре, пять – будет палочка стучать». Водящий в это время, присев на корточки, стучит палочкой об пол.</p> <p>С последним словом дети останавливаются, а водящий протягивает палку в сторону детей. Тот, на кого указала палочка, берет за ее конец и называет водящего по имени, а водящий отгадывает, кто его назвал. Игра продолжается с новым водящим.</p>





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

	4.	«Затейники»	Развивать у детей находчивость, ловкость. Упражнять в ходьбе по кругу, согласованности движений.	<p>Дети становятся в круг. Одного из играющих воспитатель назначает затейником. Он находится в середине круга. Дети идут по указанию воспитателя вправо или влево под следующий текст:</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;">Ровным кругом,</td> <td style="width: 50%;">Стой на месте,</td> </tr> <tr> <td>Друг за другом</td> <td>Дружно вместе</td> </tr> <tr> <td>Мы идем за шагом шаг.</td> <td>Сделаем... вот так</td> </tr> </table> <p>По окончании текста дети становятся на расстоянии вытянутых рук. Затейник показывает какое – ни будь движение, и все стоящие по кругу повторяют его. Затем воспитатель выбирает кого – ни будь вместо себя, и игра продолжается. Каждый затейник сам должен придумывать движения и не повторять тех, которые уже показывали до него.</p>	Ровным кругом,	Стой на месте,	Друг за другом	Дружно вместе	Мы идем за шагом шаг.	Сделаем... вот так
Ровным кругом,	Стой на месте,									
Друг за другом	Дружно вместе									
Мы идем за шагом шаг.	Сделаем... вот так									
	1.	«Мы веселые ребята...»	Развивать у детей умение выполнять движения по словесному сигналу. Упражнять в беге по определенному направлению с увертыванием.	<p>Дети стоят на одной стороне площадки или у стены комнаты. Перед ними проводится черта. На противоположной стороне площадки также проводится черта. Сбоку от детей, примерно на середине между двумя линиями, находится ловишка, назначенный воспитателем или выбранный детьми.</p> <p>Дети хором произносят текст:</p> <p>Мы веселые ребята, Любим бегать и играть. Ну, попробуй нас догнать:</p> <p style="text-align: right;">Раз, два, три – лови!</p> <p>После слова лови дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка догоняет их. Тот, до кого ловишка дотронулся прежде, чем играющий пересек черту, считается пойманным и садится возле ловишки.</p> <p>После двух – трех перебежек производится подсчет пойманных и выбирается новый ловишка. Если ловишка никого не поймает, все равно выбирается новый. Воспитатель следит за тем, чтобы дети не скандировали текст, а произносили его выразительно.</p>						

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

	5.	«Мороз-Красный нос»	Развивать у детей равновесие. Упражнять в беге, подскоках.	В старших группах используются как сюжетные, так и бессюжетные кольцебросы: по 2 – 6 колышков на подставках разной формы. Дети набрасывают кольца с расстояния 1,5 – 2,5 метров. Игра может проводиться с группой детей (4 – 6 человек). Дети получают по три кольца и по очереди бросают их, стараясь попасть на любой колышек. Воспитатель отмечает, кто из детей набросит большее количество колец. Попадания можно считать вслух или фиксировать с помощью камушков, шишек и других предметов.
Январь	1.	«Карусель»	Развивать у детей ритмичность движений и умение согласовывать их со словами. Упражнять в беге, ходьбе по кругу и построении в круг.	Играющие образуют круг. Воспитатель даёт детям шнур, концы которого связаны. Дети, взявшись правой рукой за шнур, поворачиваются на лево и говорят стихотворение Еле, еле, еле, еле, Завертелись карусели. А потом кругом, кругом, Все бегом, бегом, бегом. В соответствии с текстом дети идут по кругу: сначала медленно, потом быстрее, а под конец бегут. После того, как дети пробегут два раза по кругу, поворачиваются кругом, быстро перехватывая шнур левой рукой, и бегут в другую сторону. Затем воспитатель продолжает вместе с детьми: Тише, тише не спешите! Карусель остановите! Раз – два, раз – два! Вот и кончилась игра! Движение карусели становится постепенно все медленнее. При словах «Вот и кончилась игра!» дети опускают шнур на землю и расходятся по площадке.
	2.	«Лошадки»	Развивать у детей умение действовать по сигналу и согласовывать движения друг с другом. Упражнять детей в ходьбе и беге.	Дети делятся на две равные группы. Одна группа изображает конюхов, другая – лошадей. В-ль говорит: «Конюхи, вставайте скорей, запрягайте лошадей». Каждый конюх выбирает себе лошадку, запрягает вожжами и бегают или ходят. По слову в-ля «приехали» конюхи останавливают и распрягают лошадей. Лошади спокойно ходят по площадке, пасутся, щиплют траву. Игра продолжается. Продолжительность игры 5 – 7 минут.





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

	4.	«Будь ловким»	Развивать у детей внимание, ловкость.	Из числа играющих выбирается ведущий, он стоит в стороне. Остальные дети бегают, прыгают с ножки на ножку по все комнате или площадке. На сигнал воспитателя (удар в бубен или слово «стоп») все останавливаются в какой – либо позе и не двигаются. Ведущий обходит всех и выбирает того, который ему больше всех нравится. Этот ребенок становится водящим – оценщиком, а предыдущий водящий присоединяется к остальным детям, и игра продолжается.
Март	1.	«Караси и щука»	Развивать умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге и приседании, в построении в круг, в ловле.	Один ребенок выбирается щукой. Остальные играющие делятся на две группы: одна из них – камешки – образует круг, другая – караси, которые плавают внутри круга. Щука находится за кругом. По сигналу воспитателя: «Щука!» - она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат поскорее занять место за кем – ни будь из играющих и присесть (караси прячутся от щуки за камешки). Щука ловит тех карасей, которые не успели спрятаться. Пойманные уходят за круг. Игра проводится 3 – 4 раза, после чего подсчитывается число пойманных. Затем выбирают новую щуку. Дети, стоящие по кругу и внутри его, меняются местами, и игра повторяется.
	2.	«Медведи и пчелы»	Развивать у детей смелость, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге и в лазании.	Играющие делятся на две неравные группы. Одни (приблизительно треть детей) – медведи, остальные – пчелы. На расстоянии 3 -5 м от вышки очерчивается лес, а на расстоянии 8 -10 м на противоположной стороне – луг. Пчелы помещаются на вышке или на гимнастической стенке (улей). По сигналу воспитателя пчелы летят на луг за медом и жужжат. Как только все пчелы улетят, медведи вылезают на вышку – в улей и лакомятся медом. По сигналу воспитателя: «Медведи!» - пчелы летят и жалят медведей, не успевших убежать в лес (дотрагиваясь до них рукой). Затем пчелы возвращаются на вышку, и игра возобновляется. Ужаленный медведь один раз не выходит за медом. После того, как игра проведена 2 – 2 раза, дети меняются ролями. Воспитатель должен находиться у вышки (гимнастической стенке), чтобы в случае надобности оказать помощь играющим.



Март	3.	«Пожарные на учении»	Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в лазании.	<p>Играющие дети делятся на 2 – 3 отряда по 5 – 6 человек и строятся в колонны против гимнастической стенки на расстоянии 4 – 5 м. Это – пожарные, они должны уметь быстро взбираться по лестнице. На верхней рейке гимнастической стенки против каждого отряда подвешивается колокольчик.</p> <p>По сигналу воспитателя (слово или удар в бубен) дети, стоящие первыми в колонне, бегут к гимнастической стенке, взбираются по ней, звонят в колокольчик, слезают и встают в конец колонны. Воспитатель снова дает сигнал; бежит следующая пара или тройка и т.д. В конце игры воспитатель отмечает более ловких пожарных, которые уже быстро лазают по лестнице.</p> <p>После этого игра повторяется.</p> <p>В процессе игры воспитатель должен находиться около гимнастической стенки, следить, чтобы дети при лазанье не пропускали ступеньки и не спрыгивали (об этом он договаривается с детьми до начала игры).</p>
	4.	«Быстрее по местам»	Развивать у детей внимание, ориентировку в пространстве. Упражнять в беге.	<p>Дети становятся в круг на расстоянии вытянутых в стороны рук. Место каждого играющего отмечается каким – ни будь предметом, например кубиком, который кладется на пол. По слову воспитателя «бегите» или удара в бубен дети выходят из круга, ходят, бегают или прыгают по всей площадке. Воспитатель тем временем убирает один из предметов, лишая таким образом одного ребенка места. При ударе в бубен или после слов «по местам» все дети бегут в круг и занимают любое место. Оставшемуся без места дети хором говорят:</p> <p style="text-align: right;">Ваня, Ваня, не зевай (Таня, Оля и др.), Быстро место занимай.</p> <p>Когда игра проводится в последний раз, воспитатель кладет кубик обратно, для того, чтобы все дети имели место.</p>
	1.	«Успей пробежать»	Развивать у детей координацию движений. Упражнять в беге.	<p>Воспитатель с кем – ни будь из детей держит за концы шнур (длина его 3-4 м.) и медленно вращает его по направлению к бегущим детям. Дети, один за другим, должны успеть пробежать под шнуром в тот момент, когда он находится наверху. Воспитатель регулирует движение детей; для каждого пробегающего он дает сигнал: «Беги!»</p> <p>В дальнейшем дети должны сами следить за движением шнура и пробегать, когда он находится наверху.</p>

Апрель	2.	«Школа мяча»	Развивать у детей внимание. Упражнять в ловле и метании.	<p>Для игры дается небольшой мяч. Играют дети по одному, по двое или небольшими группками.</p> <p>В ходе игры ребенок, допустивший ошибку, передает мяч другому. При продолжении игры он начинает с того движения, на котором ошибся.</p> <p>Виды движений:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подбросить мяч вверх и поймать его двумя руками. Подбросить мяч вверх и, пока он совершает полет, хлопнуть в ладоши перед собой.</li> <li>2. Ударить мяч о землю и поймать его двумя руками. Ударить мяч о землю, одновременно хлопнуть в ладоши перед собой и поймать его двумя руками.</li> <li>3. Стать лицом к стене на расстоянии двух – трех шагов от нее, ударить об нее мяч и поймать его двумя руками.</li> <li>4. Бросить мяч о стену, дать ему стукнуться о землю, отскочить от нее, а затем уже ловить его.</li> <li>5. Отбивать мяч о землю до пяти раз правой и левой рукой.</li> </ol>
	3.	«Кто скорее»	Развивать у детей координацию движений. Упражнять в прыжках.	<p>Дети с прыгалками в руках становятся в шеренгу на одной стороне площадки так, чтобы не мешать друг другу. В пятнадцати – двадцати шагах от них проводится черта или протягивается шнур с флажками.</p> <p>По условленному сигналу все дети одновременно прыгают по направлению к черте. Воспитатель отмечает детей, которые раньше оказались у черты.</p>
	4.	«Космонавты»	Развивать у детей внимание, ловкость, воображение. Упражнять в быстрой ориентировке в пространстве.	<p>По краям площадки чертятся контуры ракет. Общее количество мест в ракетах должно быть меньше количества играющих детей. Посередине площадки космонавты, взявшись за руки, ходят по кругу, приговаривая:</p> <p>Ждут нас быстрые ракеты            На такую полетим! Для прогулок по планетам.        Но в игре один секрет: На какую захотим,                    Опоздавшим места нет.</p> <p>С последними словами дети отпускают руки и бегут занимать места в ракете. Те, кому не хватило места в ракетах, остаются на космодроме, а те, кто сидит в ракетах, поочередно рассказывают, где пролетают и что видят. После этого все снова встают в круг, и игра повторяется. Во время полета вместо рассказа о виденном детям предлагается выполнять различные упражнения, задания, связанные с выходом в космос, и др.</p>

	5.	«Горелки»	Развивать у детей координацию движений, ловкость, быстроту	Дети становятся в шеренгу на одной стороне так, чтобы не мешать друг другу. Бег по залу, воспитатель бросает мяч, далее отмечает самых ловких.
Май	1.	«Чье звено скорее соберется»	Развивать у детей внимание, ловкость, выдержку. Упражнять в беге на скорость, ориентировке в пространстве.	<p>Дети делятся на 3-4 группы с одинаковым числом играющих: каждой группе даются флажки какого – либо одного цвета.</p> <p>В разных концах площадки или по одной стороне становятся на подставках 3 – 4 флага тех же цветов. Каждая группа строится колонной перед флагом своего цвета. Когда воспитатель ударяет в бубен, дети начинают ходить, бегать, прыгать по площадке в разных направлениях. Движения меняются в зависимости от того ритма и темпа, который дается воспитателем. По сигналу: «На месте!» - дети бегут к своему флагу и строятся в колонну (лицом к флагу). Воспитатель отмечает, какая группа построилась первой.</p> <p>После двух – трех повторений игры, в тот момент, когда дети бегают, прыгают, воспитатель говорит: «Стоп!» По сигналу все играющие останавливаются и закрывают глаза. Тем временем воспитатель меняет места флагов и говорит: «На месте!» Дети открывают глаза и спешат построиться в колонну против своего флага. Отмечается, какая колонна построилась первой.</p>
	2.	«Кегли»	Развивать у детей внимание, ловкость, глазомер. Упражнять в метании в цель.	<p>Кегли ставятся в ряд на расстоянии 3 – 5 см одна от другой. На расстоянии 1,5 – 3 м от них проводится линия – «конец». Играющие дети (3 -4 человека) в порядке очередности (она устанавливается самими детьми) выходят на черту кона и с силой катят шар, стараясь сбить кеглю. Выбивший высокую кеглю имеет право пробить еще раз. Сбитые кегли убираются. Выигравшим считается тот, кто собьет больше кеглей обусловленным количеством шаров.</p> <p>Расстояние между кеглями, а также от кеглей до линии кона увеличивается постепенно.</p> <p>В кегли можно играть и в помещении, и на участке.</p>

	3.	«Прыжки через веревку»	Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в прыжках на месте в высоту.	Двое детей держат толстую веревку, шнур или длинную скакалку: один за один конец, другой за – второй. Медленно и равномерно они начинают крутить ее в сторону стоящих детей, а те в порядке очередности прыгают через веревку, стараясь не задеть ее. Тот, кто заденет, меняет одного из крутящих веревку. В игре можно давать детям определенные задания, например: «Кто без ошибки прыгнет 5 – 10 раз?».
Май	4.	«Кольцо на палочке»	Развивать у детей внимание, координацию движений руки, меткость. Упражнять в метании колец.	Из картона или фанеры вырезают кольцо (диаметр – 15 см, ширина ободка – 3 – 4 см). К кольцу привязывают шнурок, второй конец которого прикрепляют к палочке длиной примерно 30 см. Играющие, поочередно подбрасывая кольцо, ловят его на палочку. Каждый играющий имеет право сделать подряд три попытки и считает, сколько раз удалось ему поймать кольцо. Затем он передает палочку с кольцом следующему. Игра заканчивается, когда кто – ни будь из детей наберет условное количество попаданий. Играть могут 3 – 5 детей.

**Учебный план кружка на 2024-2025 учебный год**

- Периодичность занятий – один раз в неделю, во вторую половину дня.
- Длительность занятий: (25 минут).
- Занятия кружка начинаются с 3 сентября и заканчиваются 27 мая
- Количество занятий в учебном году- 40
- Возраст детей 5-6 лет.
- Количество детей 50 чел.

**Список детей реализующих дополнительное образование  
«Подвижные, малоподвижные игры»**

№	ФИО ребенка
1.	Абубакаров Абдулмалик Анзорович
2.	Абубакаров Абдурахман Анзорович
3.	Абубакарова Хава Алхазуровна
4.	Авхадов Юсуф Исламович
5.	Агзаева Сура Руслановна
6.	Авхадов Ахмед Ханпашаевич
7.	Авхадов Халиф Ханпашаевич
8.	Адаева Фатимат Шамильевна
9.	Алхаев Шафий Мансурович
10.	Асхабов Рамзан Исламович
11.	Атамазова Рабия Зауровна
12.	Ахмадова Сабира Асламбековна
13.	Аюбов Мухаммад Арбиевич
14.	Бексултанова Сафия Нажмудиевна
15.	Виситаев Эмир Элимханович
16.	Виситаева Ясмينا Элимхановна
17.	Габзаев Джабраил Чингисханович

18.	Гермханов Мухаммад-Али Муридович
19.	Давдаев Сайфуллах Турпал-Алиевич
20.	Датаева Хадиджа Ибрагимовна
21.	Дельмиханова Ясмينا Висхановна
22.	Джабраилова Хадижа Ильясовна
23.	Джансуркаев Умар Сайд-Магомедович
24.	Ибрагимов Абдул-Малик Асланбекович
25.	Кагерманов Ислам Ибрагимович
26.	Кадиев Амирхан Иналович
27.	Кубаев Дауд Рамзанович
28.	Магоматхажиева Афият Имруддиновна
29.	Махмутхажиева Айша Беслановна
30.	Магомадова Сумая Султановна
31.	Махмутхажиева Ханифа Исламовна
32.	Медалова Медина Юнадиевна
33.	Мусаев Дауд Артурович
34.	Мусаев Халид Рамзанович
35.	Мусаева Ясмينا Артуровна
36.	Решиева Сумайя Исламовна
37.	Садаев Мухаммад Керимович
38.	Сатабаев Шамиль Тамерланович
39.	Саламова Альфия Абубакаровна
40.	Шахабов Мухаммад Асланович
41.	Токаев Билал Аюбович
42.	Усманова Лейла Юнусовна
43.	Цамалыгова Хадижа Бекхановна
44.	Цамалигова Айша Адамовна
45.	Ценцаева Малика Руслановна

46.	Царцаев Эмир Алиевич
47.	Юсупов Абдулхалим Хамзатович
48.	Юсупов Мухаммад-Салех Магомедович
49.	Элиев Мухаммад Адланович
50.	Якупова Салима Зелимхановна

Итого 50



## Приложение 5

### Расписание занятий кружка на 2024-2025 учебный год

Программа рассчитана на 1 год обучения и рекомендуется для занятий детей с 5 до 6 лет. Программа дополнительного образования «Подвижные, малоподвижные игры» предлагает проведение занятий 1 раз в неделю. Исходя из календарного года (с 3 сентября по 27 мая) количество часов, отведенных для занятий кружка подвижных игр 40 ч.

<b>Группа</b>	<b>День недели</b>	<b>Продолжительность</b>	<b>Количество в неделю</b>	<b>Количество занятий в год</b>
Старшая группа	Вторник	25 мин.	1	40