

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД № 68 «РОМАШКА»

**ПРИНЯТО**

на заседании педагогического совета  
Протокол №1 от 31.08.2023г.

КОПИЯ ВЕРНА

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий  
МАДОУ ДС №68 «Ромашка»  
Т.Н.Градюк  
Приказ № 375 от 31.08.2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНОЙ СЕКЦИИ «ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ИГРАТЬ»**



Нижевартовск

### Содержание Программы:

№ п/п	Разделы Программы	Страница
1.	Паспорт Программы	3
2.	Пояснительная записка	5
3.	Цели и задачи программы	7
4.	Учебный план	8
5.	Учебно-тематический план дополнительной образовательной программы физкультурно - оздоровительной направленности «Вместе весело играть»	9
6.	Педагогическая диагностика по отслеживанию достижений детьми планируемых результатов освоения программы	18
7.	Список используемой литературы	23
	Приложение	24

Наименование Программы	Программа дополнительного образования физкультурно – оздоровительной направленности «Вместе весело играть»
Основание для разработки Программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Конвенция о правах ребёнка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 22.11.89);</li> <li>✚ Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";</li> <li>✚ Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования";</li> <li>✚ СанПиН 2.4.3648 -20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; СанПиН 1.2.3685 -21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;</li> <li>✚ Программа Ханты –Мансийского автономного округа – Югры «Развитие образования в ХМАО – Югре на 2018 -2025 годы и на период до 2030 года»;</li> <li>✚ Программа «Развитие образования города Нижневартовска на 2018 -2025 годы и на период до 2030 года»</li> <li>✚ Программа «Развитие МАДОУ г. Нижневартовска ДС №68 «Ромашка» на 2018 -2025 годы и на период до 2030 года»</li> <li>✚ Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения города Нижневартовска детского сада №68 «Ромашка»</li> </ul>
Заказчики Программы	Родители (Законные представители)
Исполнитель Программы	МАДОУ г. Нижневартовска ДС №68 «Ромашка»
Цель Программы	Обеспечение эмоционального развития, развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста через организацию активной двигательной деятельности совместно с родителями.

Задачи Программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Способствовать сохранению и укреплению здоровья детей младшего дошкольного возраста в адаптационный период.</li> <li>✚ Формировать координационные способности, правильные двигательные умения и навыки выполнения жизненно необходимых основных движений, физические качества с учетом возрастных особенностей.</li> <li>✚ Воспитывать у детей уверенность в самих себе и своих возможностях, развивать активность, самостоятельность.</li> <li>✚ Формировать потребность в активной двигательной деятельности, содействовать полноценному физическому развитию детей.</li> <li>✚ Закладывать основы доверительного отношения детей к взрослым, формируя доверие и любовь; основы доброжелательного отношения детей друг к другу.</li> <li>✚ Повышать педагогическую компетентность родителей по использованию современных эффективных здоровьесберегающих технологий, методов организации активной двигательной деятельности детей в домашних условиях.</li> </ul>
Планируемые результаты	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Отсутствие детей с тяжелой степенью адаптации к условиям в ДОУ.</li> <li>✚ Снижение количества заболеваний у детей и их продолжительности в адаптационный период.</li> <li>✚ Доверительное отношение ребёнка к окружающим его взрослым, проявление доброжелательности в процессе общения со сверстниками.</li> <li>✚ Будут сформированы двигательные умения и навыки детей в соответствии с возрастными особенностями.</li> <li>✚ Удовлетворенность родителей дополнительной образовательной услугой составит не менее 100%.</li> </ul>
Срок реализации Программы	1 год

В последние годы заметно возросло количество физически ослабленных детей, младшего возраста; появляется все больше детей с частыми простудными заболеваниями. Излишним весом, нарушением осанки. Причин сложившейся ситуации множество, но одна из основных – это малоподвижный образ жизни. Дома родители предпочитают занять ребёнка спокойными играми, в лучшем случае рисованием, интеллектуальными играми или просмотром телепередач, компьютерными играми.

«Движение – это жизнь» - эти слова известны каждому человеку. Но далеко не все понимают, как важна двигательная активность для формирования физического и психического здоровья ребёнка, и насколько необходимо уже с малых лет приучать наших детей вести активный образ жизни. Именно в раннем возрасте у детей закладывается привычка и навыки к занятиям физическими упражнениями. Семья во многом определяет отношение детей к физической культуре, активность и инициативу, интерес. Этому способствует эмоционально близкое общение детей и родителей в различных ситуациях и возникающая их совместная двигательная деятельность. Дети особенно восприимчивы к убеждениям, положительному примеру отца, матери, укладу жизни семьи. Поэтому мы решили вовлечь родителей в активный процесс сохранения и укрепления здоровья их детей. Добиться, чтобы спортивные игры и упражнения приносили радость и детям и взрослым, чтобы малыш испытывал потребность в занятиях физическими упражнениями.

Ребёнок, впервые переступивший порог детского учреждения, из привычного мира семьи, попадает в совершенно новое окружение детского сада. Он переживает стрессовое состояние. У него возникает синдром адаптации, который имеет особенности: ребёнок находится в состоянии срыва динамического стереотипа; происходит изменение гормональной системы; ослабевает иммунная система организма малыша.

Ребенок, попав в новые условия, испытывает страх, отрицательные эмоции. А сочетание отрицательных симптомов рассматривается в медицине как заболевание. Поэтому, взрослые должны понимать, что адаптационный период - один из самых сложных в жизни ребёнка. Первое время в детском саду самое тяжелое: ребёнку надо одновременно привыкнуть к разлуке с главными для него людьми (родителями) и к жизни в постоянном окружении сверстников и чужих взрослых. У многих детей преобладает стойкий отрицательный эмоциональный настрой, отчаяние и обида. Основной причиной такого состояния является отсутствие у ребёнка опыта общения с незнакомыми людьми. Знакомство и установление контакта с новыми людьми весьма затруднительно для детей младшего возраста. Поэтому научить малыша вступать в общение со взрослыми и сверстниками, идти на эмоциональный контакт, доверять взрослым является основной задачей педагогов ДОУ. В процессе общения ребёнок познаёт окружающий мир, учится устанавливать доброжелательные взаимоотношения, играть, трудиться. А, главное, в общении он узнает себя, границы своих возможностей. Для этого, в первую очередь, необходимо создать эмоционально благоприятную атмосферу в дошкольном учреждении, сформировать у ребёнка положительную установку, желание идти в детский сад. Если ребенок с первых дней почувствует тепло, уют, благожелательность со стороны взрослых. То исчезнут его страхи и волнение, намного легче пройдет адаптация.

Общение ребенка в игре воспринимается как само собой разумеющийся процесс. Поэтому, одним из условий успешной адаптации является правильная организация игровой активной деятельности, направленной на формирование эмоциональных контактов «ребенок – взрослый» и «ребенок – ребенок», и обязательно включающая подвижные игры и игровые упражнения. При этом малыш видит рядом доброго, всегда готового прийти на помощь взрослого (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий с родителями, сопровождаемых улыбкой, проявлением заботы к ребенку. В этом возрасте очень важно, что взрослый, выполняя физические упражнения с ребенком, помогает лучше координировать ему движения. Такие занятия не только укрепляют здоровье детей, закаляют организм, делают его устойчивым к изменениям окружающей среды, но и увлекают детей. В предлагаемые занятия включены разнообразные развлекательные двигательные упражнения без предметов, и с ними (мячом, палкой, обручем, мешочком и т.д.). Эти предметы используются в качестве вспомогательных средств для развития двигательных навыков ребенка. Физические

занимательные упражнения направлены на воспитание у малышек правильной осанки, укрепление мышц, активизацию функций дыхания, кровообращения и обмена веществ. Предлагаемые физические упражнения очень полезны, они способствуют развитию у детей физических способностей: координации движений, ловкости, ориентировке в пространстве и жизненно необходимых основных движений. Они очень разнообразны: упражнения в равновесии, ползание, лазанье, различные прыжки, интересные упражнения в бросках и ловле большого мяча. Физические упражнения дети выполняют босиком, что ведет к укреплению мышц ног, предупреждает возникновение плоскостопия. При систематических занятиях у малышек появляется некоторый двигательный опыт, они постепенно приучаются согласовывать свои движения с действиями других. Основной метод обучения – это активное использование игровых приемов и мотивации, в форме увлекательной сказки, веселой забавы, непринужденного интересного действия со взрослыми, сверстником или всех вместе (показ упражнений и выполнение их взрослыми вместе с детьми: так малыш легче запоминает). Показ сопровождается понятным объяснением. Разучивание упражнений проходит со звуковым сопровождением – счетом, хлопками, музыкой, ритмичным постукиванием, что способствует лучшему выполнению и запоминанию упражнений. При выполнении детьми упражнений взрослые хвалят детей, улыбаются и используют ласковую интонацию, отмечают даже самые маленькие успехи малыша. А самое главное, чтобы выполнение физических совместных упражнений приносили радость и взрослым и детям, чтобы была удовлетворена естественная потребность малышек в движении, эмоциональном контакте с родителями физические упражнения должны стать для них привычкой.

В связи с вышесказанным по запросам родителей, в ДОУ организуется работа дополнительной образовательной услуги по программе «**Вместе весело играть**».

### **3. Цель и задачи реализации программы**

#### **Цель программы:**

Обеспечение эмоционального развития, развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста через организацию активной двигательной деятельности совместно с родителями.

#### **Задачи программы:**

- Способствовать сохранению и укреплению здоровья детей младшего дошкольного возраста в адаптационный период.
- Формировать координационные способности, правильные двигательные умения и навыки выполнения жизненно необходимых основных движений, физические качества с учетом возрастных особенностей.
- Воспитывать у детей уверенность в самих себе и своих возможностях, развивать активность, самостоятельность.
- Формировать потребность в активной двигательной деятельности, содействовать полноценному физическому развитию детей.
- Закладывать основы доверительного отношения детей к взрослым, формируя доверие и любовь; основы доброжелательного отношения детей друг к другу.
- Повышать педагогическую компетентность родителей по использованию современных эффективных здоровьесберегающих технологий, методов организации активной двигательной деятельности детей в домашних условиях.

#### **Ожидаемые результаты:**

- Отсутствие детей с тяжелой степенью адаптации к условиям в ДОУ.
- Снижение количества заболеваний у детей и их продолжительности в адаптационный период.
- Доверительное отношение ребёнка к окружающим его взрослым, проявление доброжелательности в процессе общения со сверстниками.

- Будут сформированы двигательные умения и навыки детей в соответствии с возрастными особенностями.
- Удовлетворенность родителей дополнительной образовательной услугой составит не менее 100%.

#### 4. Учебный план

<b>Количество занятий</b>			<b>Итого</b>
В неделю	В месяц	В год	
1	4	28	28

Занятия проводятся в период с октября по апрель.

#### **Структура занятий**

1. *Вводная часть*: включает разные виды перестроения, ходьбы, бега.
2. *Основная часть*: включает физические игровые упражнения на развитие функции равновесия, ловкости, силы, выносливости, глазомера.
3. *Заключительная часть*: включает малоподвижную игру, упражнения на дыхание, релаксационные упражнения.

## 5. Учебно- тематическое планирование

Задачи:

- Способствовать созданию эмоционально – бодрого настроения, активизации двигательной активности детей и родителей в совместной деятельности.
- Учить ходить и бегать, координируя движения рук и ног, не опуская головы. Энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках в длину.
- Развивать глазомер, ловкость, умение действовать сообща с родителями в процессе выполнения физических упражнений, выполнять правила подвижных игр.
- Воспитывать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

<b>Октябрь</b>								
№	Тема	Цель	Ходьба, бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Игра
1	<b>Педагогическая диагностика</b>	<p>Определить уровень сформированности физических умений и навыков у детей на начало года:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-умение ходить и бегать, сохраняя заданное направление, выполнять команды взрослого;</li> <li>-умение сохранять равновесие на повышенной опоре;</li> </ul>	Игровое упражнение «Поиграем с куклой»	Игровое упражнение «В гости к Мишке»- ходьба по скамье	----- -	----- -	-----	Подвижная игра «Догоню»; Малоподвижная игра «Назови ласково»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Обними меня», пальчиковая игра «Семья», релаксация «Отдыхаем»								
2	<b>Педагогическая диагностика</b>	<p>Определить уровень сформированности физических умений и навыков у детей на начало года:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки в длину с места</li> <li>- ползание между предметами</li> </ul>	----- -	-----	Игровое упражнение «Через ручей»- прыжки в длину с места	----- -	Игровое упражнение «Не задень цветы»- ползание на четвереньках «змейкой»	Подвижная игра «Мыльные пузыри» Малоподвижная игра «Собери шарики»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Насос», зрительная гимнастика «Мячик»								



3	<b>Педагогическая диагностика</b>	Определить уровень сформированности физических качеств у детей на начало года: Умение лазать по гимнастической стенке произвольным способом	----- --	-----	----- -	----- -	Игровое упражнение «Медвежонок-сладкоежка»-лазание по гимнастической стенке	Подвижная игра «Аисты и лягушки» Малоподвижная игра «Найди куклу»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Комарик», самомассаж «Любим себя» (поглаживание рук и ног)								
4	<b>Педагогическая диагностика</b>	Определить уровень сформированности физических умений и навыков у детей на начало года: упражнения с мячом - бросание мяча двумя руками от груди - бросание мяча из-за головы	----- ---	----- --	----- --	Игровое упражнение «Веселый мячик» - бросание мяча от груди, из-за головы	-----	Подвижная игра «Догони Маму» Малоподвижная игра «Листопад»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Комарик», самомассаж «Любим себя» (поглаживание рук и ног)								

Ноябрь										
№	Тема	Перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Игра
5	<b>«Красивая осень»</b>	В колонну	В колонне, кружение вокруг себя	По дорожке, прямой галоп	С осенними листьями	Игровое упражнение «Не упади»-ходьба по наклонной доске	Игровое упражнение «Перепрыгни и листик»-через осенние листочки	Игровое упражнение «Добрось до листьев»-бросание малых мячиков вдаль	-----	Подвижная игра «Найди свой домик» (по цвету) Малоподвижная игра «Осенняя карусель»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Дождик», релаксация «По осеннему ковру»										

6	«Путешествие по городу»	В колонну	В колонне друг за другом	В колонне по дорожке	С мячами	Игровое упражнение «Едем по мосту»- ходьба по скамье	-----	Игровое упражнение «Быстрые машины»- катание мячей, бег за ними	Игровое упражнение «мойка машины» - пролезание в вертикальный обруч	Подвижная игра «Автомобили» Малоподвижная игра «Светофор»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Насос», пальчиковая гимнастика «Заведем мотор»										
7	«Звери готовятся к зиме»	В колонну	В колонне, враспынную - парами	Враспынную по залу, по сигналу по дорожке в колонне	«Забавные животные»	Игровое упражнение «Ежик ищет грибы»- ходьба боковым шагом по канату	Игровое упражнение «Белка»- прыжки с продвижением вперед на 2-х ногах	----- -	Игровое упражнение «Медведь идет в берлогу»- подлезание под дугой	Подвижная игра «Зайцы и сторож» Малоподвижная игра «Дрозд»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Волк», зрительная гимнастика «Птичка- паучок»										
8	«Вместе весело играть»	В колонну парами	Приставным шагом вперед	Враспынную по залу, в колонну парами	В парах с мамами	Игра «Льдинка, ветер и мороз»- хлопки, кружение (в парах)	Игра «Олень упряжки»- подскоки и легкий бег	----- ---	----- ----	Подвижная игра «Догони» Малоподвижная игра «Подарки»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Дуем на чай», пальчиковая игра «Замочек»										

2 квартал. Задачи:

- Способствовать формированию эмоциональных контактов «ребенок- взрослый» и «ребенок- ребенок».
- Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя и при ходьбе, правильное положение туловища, головы при выполнении упражнений в равновесии.
- Упражнять в ходьбе с перешагиванием, «змейкой», в ловле, бросании, прокатывании мяча.
- Приучать в прыжках отталкиваться вперед- вверх. Приземляться на две полусогнутые ноги на переднюю часть стопы.
- Прививать навыки совместного действия в общем для всех темпе, выполнять правила подвижных игр.

Декабрь										
№	Тема	Перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Игра
9	«Снежком- мой дружок»	В колонну	За ведущим по ориентиру, с высоким подниманием ног «по сугробам»	С высоким подниманием ног	С мешочком	Игровое упражнение «Покружимся как снежинка»	Игровое упражнение «Через сугробы»- прыжки на 2 ногах	Игровое упражнение «Попади снежком в обруч»	-----	Подвижная игра «Мы веселые ребята» Малоподвижная игра «Снеговик»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Ветер», пальчиковая игра «Лепим снежки»										
10	«Медвежата шалунишки»	В колонну	Обычная за ведущим, крадучись	Врассыпную по залу	Имитационная	Игровое упражнение «по снежному валу»- ходьба по буму, руки в стороны	-----	Игровое упражнение «Катаем снежный ком»- прокатывание мяча друг другу	Игровое упражнение «Сквозь снежный завал»- пролезание на ладонях и ступнях в тоннель	Подвижная игра «Догонялки» Малоподвижная игра «Поиск медвежонка»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Погреемся», психогимнастика «Холодный снег»										
11	«Выручаем»	В колонну	Обычная за ведущим, топчущим	За ведущим по	Со снежинками	Игровое упражнение «Через	-----	Игровое упражнение «Расчистим	Игровое упражнение «Через	Подвижная игра «Дед Мороз»

	<b>Снегурочку»</b>		шагом, ходьба «змейка»	ориентиру по дорожке		сугробы»-перешагивание через модули (высота 10см.)		дорогу»-прокатывание мячей под веревкой	бурелом»-ползание на коленях и ладонках под веревку (высота 50см.)	Малоподвижная игра «Найди Снегурочку»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Вьюга», пальчиковая гимнастика «Замок»										
12	«Новогодний праздник»	На дорожке в шеренгу, в круг	Обычная по кругу, на пятках, с высоким подниманием ног	Обычный по дорожке, со сменой направления по ориентиру	Игровая	Игровое упражнение «Украсим елку»-ходьба со снежинкой на голове	Игровое упражнение «Достань шишку»-подскоки вверх	----- --	Игровое упражнение «Вокруг елочки»-ползание на низких и высоких четвереньках	Подвижная игра «Стройные елочки и лесник» Хороводная игра «В лесу родилась елочка»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Дровосек», массаж рук и ног										

Январь										
№	Тема	Перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Игра
13	«Зимние забавы»	В шеренгу на дорожке, в круг	Обычная по дорожке, «змейкой»	Обычный, прямой галоп	С обручами	-----	Игровое упражнение «В гости к Снеговик»- прыжки на 2 ногах с продвижением	Игровое упражнение «Попади в корзинку»- бросание «снежков»	Игровое упражнение «Катание на санках»- передвижение сидя на полу вперед, сгибая и разгибая ноги	Подвижная игра «Пингвины» Малоподвижная игра «Зимние забавы»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Сдуй снежинку», пальчиковая игра «Снежинка- сосулька»										
14	«Зимний лес полон сказок и чудес»	В колонну	Обычная по дорожке с высоким подниманием колен, прицокивая языком	Обычный, прямой галоп	Игровая	Игровое упражнение «По ледяному мостику»- ходьба по доске приставным шагом	Игровое упражнение «Белки резвятся»- спрыгивание со скамьи (h- 20см) в обруч	-----	Игровое упражнение «Ежик»- подлезание под дугой, не касаясь руками пола	Подвижная игра «Пятнашки» Малоподвижная игра «Заячий концерт»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Насос», зрительная гимнастика «Мячик»										
15	«В гостях у игрушек»	В шеренгу на дорожке, равнение по зрительному ориентиру, с поворотом в колонну	В колонне с заданным направлением, с ускорением и замедлением темпа	Легкий бег в рассыпную с остановкой на сигнал	В парах с мячами	Игровое упражнение «Буратино»- ходьба по доске с перешагиванием через кубики	Игровое упражнение «Зайчишки- шалунишки» - прыжки с места через модули	Игровое упражнение «Веселый мячик»- перебрасывание мяча в парах	----- ---	Подвижная игра «На лошадке Зорьке» Малоподвижная игра «Подарки»
Здоровьесберегающие технологии:										

	Дыхательное упражнение «Юла», релаксация «Игрушки отдыхают»									
16	<b>«В гости к зверятам»</b>	В колонну	В колонну топчущим шагом	В рассыпную между «деревьями»	«Звериная аэробика»	Игровое упражнение «Не замочи ног» - ходьба по «шагайке»	Игровое упражнение «По кочкам» - на двух ногах из обруча в обруч	-----	Игровое упражнение «Ёжик» - пролезание в вертикальный обруч без рук	Подвижная игра «Медведь» Хороводная игра «Зайка»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Дровосек», массаж рук и ног										
<b>Февраль</b>										
№	Тема	Перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Игра
17	<b>«Котята»</b>	В колонну, в круг	Парами «змейкой», огибая поставленные предметы	В колонне со сменой направлений по сигналу	С мячом	Игровое упражнение «По мостику» - ходьба на четвереньках по скамье	Игровое упражнение «Ловкие котята» - прыжки в длину с места (р. - 40-50см)	----- -	-----	Подвижная игра «Котята и щенята» Малоподвижная игра «Найди котенка»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Сердитый кот», пальчиковая игра «Коготки»										
18	<b>«На помощь колобку»</b>	В шеренгу, с поворотом за ведущим	На носках, на пятках	Легкий бег «змейкой»	С кубиками	Игровое упражнение «По камешкам» - ходьба по ребристой доске	Игровое упражнение «Прыг-скок» - прыжки на 2х ногах с продвижением вперед	Игровое упражнение «Покатился Колобок дальше» - бросание мяча вперед (снизу)	Игровое упражнение «И от медведя ушел» - пролезание в обруч	Подвижная игра «Колобок» Малоподвижная игра «Превращалки»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Волк», зрительная гимнастика «Покатился Колобок»										

19	«Мы тоже в армию пойдем»	В шеренгу, с поворотом за ведущим	Колонне с заданным направлением, с ускорением и замедлением темпа	Обычный бег, прямой галоп	С флажками	Игровое упражнение «Переправа»- ходьба по кирпичикам	Игровое упражнение «Минное поле»- прыжки через диски	----- -	Игровое упражнение «Разведчик и»- ползание на четвереньках под веревкой	Подвижная игра «Самолеты» Малоподвижная игра «Одень пилотку»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Ракета», пальчиковая игра «Одуванчик», релаксация «Зачем носик малышам» (стихотворение)										
20	«В цирке»	В шеренгу, в круг	На носках, пятках, с высоким подниманием колен	Легкий бег «змейкой», изменение темпа	Имитационная	Игровое упражнение «Гимнасты»- ходьба по скамье (пятка- носок) с обручем	Игровое упражнение «Дрессированные дельфины» подпрыгивание до шарика	Игровое упражнение «Подбрось-поймай» в парах	-----	Подвижная игра «Дрессированные кошки и собаки» малоподвижная игра «Салют»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Собачка», самомассаж «Быстрые ноги» (поглаживание, пощипывание, растирание голени и бедра)										

### 3 квартал: Задачи:

- Учить находить свое место при построении, выполнять движения по словесному указанию;
- Упражнять в умении не пропускать перекладины во время лазанья по гимнастической лестнице;
- Учить ориентироваться в пространстве, упражнять в быстроте, развивать координацию движений, выполнять простые правила совместной игры

Март										
№	Тема	Перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Игра

21	<b>«Мамин праздник»</b>	В колонну, в пары	По дорожке, на носках с выполнением заданий для рук	Враспыну, на сигнал покружится в паре	С платочками	Игровое упражнение «Соберем букет»-ходьба по наклонной доске	Игровое упражнение «По кочкам»-прыжки из обруча в обруч	----- -	Игровое упражнение «Достань платочек»-лазание по гимнастической стенке	Подвижная игра «Бусинки» Хороводная игра «Венок»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Понюхай цветок», пальчиковая игра «Цепочка»										
22	<b>«Смелые пожарные»</b>	В шеренгу, в колонну по два	Ходьба по дорожке с пролезанием в вертикальный обруч	Бег медленный, быстрый	С кольцами	Игровое упражнение «По канату»-ходьба боковым шагом	Игровое упражнение «Через бревна»-прыжки через бруски	Игровое упражнение «Тушим пожар»-бросание мячиков в обруч	-----	Подвижная игра «Пожарные спешат на помощь» Малоподвижная игра «Назови правильно»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Насос», зрительная гимнастика «Паучок»										
23	<b>«Карнавал животных»</b>	В шеренгу, в колонну	На носках, на пятках, с высоким подниманием колен	По извилистой дорожке, враспыну	Имитационная	Игровое упражнение «Гордые олени»-ходьба по скамье с высоким подниманием колен	Игровое упражнение «Кенгуру»-прыжки с зажатым мячиком между коленей	----- --	Игровое упражнение «Крокодил»-ползание под дугой	Подвижная игра «Мартышки» Малоподвижная игра «Фотограф»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Тигр», пальчиковая игра «Змея»										
24	<b>«Шалуни обезьянки»</b>	В круг	По кругу	Враспыну, на сигнал выполнять передвижения	Имитационная	----- -	Игровое упражнение «Поймай бабочку»-	Игровое упражнение «прогнать крокодила»-	Игровое упражнение «Достань банан»-влезание	Подвижная игра «Охотники»



				е как мартышка четвереньк			подскоки на 2 ногах вверх	метание мягки мячиков в цел	на гимнастическу лестницу и спу	Малоподвижн я игра «Дела как я»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Вкусный банан», самомассаж «Черепашка»»										

Апрель										
№	Тема	Перестроен ия	Ходьба	Бег	ОРУ	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Игра
25	<b>«В гостях у солнышка »</b>	Из шеренги в колонну	Широким и мелким шагом	Бег по дорожке	Игровая	Игровое упражнение «Пройди по мостику»- ходьба по бревну	Игровое упражнение «Достань до солнышка»- прыжки на 2х ногах вверх	Игровое упражнение «Бросай- не зевай!- бросание мяча из-за головы»	----- --	Подвижная игра «Солнце» Малоподвиж ная игра «Быстрая река и тихая поляна»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Жарко», пальчиковая игра «Солнышко и тучка»										
26	<b>«К нам весна пришла»</b>	В шеренгу, в круг	Приставным шагом вперед, в сторону	Легкий бег «змейкой», врассыпную	Игровая	Игровое упражнение «Не замочи ног»- ходьба по брускам	Игровое упражнение «Через ручей»- прыжки в длину с места	----- ---	Игровое упражнение «Жучки»- лазанье по гимнастическ ой стенке	Подвижная игра «Непоседа воробей» Малоподвиж ная игра «Ручеек»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Воробей»										
27	<b>«Луговые цветы»</b>	В шеренгу, колонну парами	«Змейкой», перешагивая цветы	Бег врассыпную	С цветами	Игровое упражнение «По кочкам»- ходьба по «шагайке»	Игровое упражнение «Лягушка»- прыжки через предметы	Игровое упражнение «Кто дальше»- бросание мяча из-за	----- ----	Подвижная игра «Одуванчик » Малоподвиж ная игра

							(высота 10 см)	головы вдаль		«Найди свой цветок»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Ветерок», пальчиковая игра «Божья коровка», релаксация «На лугу»										
28	«Мой веселый звонкий мяч»	В шеренгу, в колонну по указанию	С заданием для рук, с кружением вокруг себя	С ускорением замедлением	С мячами	Игровое упражнение «По травке»- ходьба по ребристой доске, держа мяч впереди	Игровое упражнение «Мячик»- прыжки на 2х ногах на месте вверх	-----	Игровое упражнение «Прокати под веревкой»- ползание на четвереньках, толкая мяч головой	Подвижная игра «Солнечный Зайчик» Малоподвижная игра «Передай мячик»
Здоровьесберегающие технологии: Дыхательное упражнение «Дровосек», самомассаж «Любим себя» (поглаживание рук и ног)										



## **6. Педагогическое обследование индивидуальных особенностей детей младшего дошкольного возраста по физической подготовленности**

Методика: Ю.Ф. Гаркуши.

### **Цель:**

Определить уровень сформированности физических умений и навыков у детей. Проследить динамику достижений каждого ребенка и наметить перспективу коррекционной работы.

**Методы обследования:** проведение игровых физических упражнений, подвижных игр.

### **Показатели:**

#### **Ходьба, бег:**

Умение ходить и бегать, сохраняя заданное направление, выполнять команды взрослого.

#### **Ползание:**

- ползание между предметами.

#### **Лазанье:**

Умение лазать по гимнастической стенке произвольным способом.

#### **Равновесие:**

- умение сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре (доска, скамейка) ограниченной плоскости.

#### **Прыжки:**

- прыжки в длину с места.

#### **Упражнения с мячом:**

- бросание мяча двумя руками от груди

- бросание мяча из-за головы

### **Критерии:**

1 балл – не владеет физическими умениями и навыками или выполняет упражнения неправильно.

2 балла – выполняет упражнения с ошибками, исправляет с помощью воспитателя.

3 балла – выполняет правильно все упражнения без помощи взрослого.

### **Результаты:**

Высокий уровень - от 16 до 18

Средний уровень - от 11 до 15

Низкий уровень - от 6 до 10

## **Педагогическое обследование основных показателей социально – эмоционального развития детей третьего года жизни**

Методика: В.М. Сотникова, Т.Е.Ильина.

### **Цель:**

### **Показатели:**

#### **Проявляет инициативу, независимость.**

1 балл – нет

2 балла - частично, иногда

3балла – да

**Испытывает эмоциональное удовлетворение, что смог сделать**

1 балл – нет

2балла - частично, иногда

3балла – да

**Проявляет чувство гордости за себя**

1 балл – нет

2балла - частично, иногда

3балла – да

**Эмоционально выражает воображаемые ситуации**

1 балл – нет

2балла - частично, иногда

3балла – да

**Испытывает эмоциональное удовлетворение от подвижных игр**

1 балл – нет

2балла - частично, иногда

3балла – да

**Огорчается при неумении что-то сделать**

1 балл – нет

2балла - частично, иногда

3балла – да

**Приветливо, эмоционально открыто относится к людям**

1 балл – нет

2балла - частично, иногда

3балла – да

### **Результаты:**

Высокий уровень - от 18 до 21балла

Средний уровень - от 13 до 17

Низкий уровень - от 7 до 12



**Педагогическое обследование основных показателей социально – эмоционального развития  
детей третьего года жизни**

Дата обследования \_\_\_\_\_

Методика: В.М. Сотникова, Т.Е.Ильина

№	Фамилия, имя ребенка	Проявляет инициативу, независимость		Испытывает эмоцион. удовл-ние, что смог сделать		Проявляет чувство гордости за себя		Эмоционально выражает воображаемые ситуации		Испытывает эмоцион. удовл-ние от подвижных игр		Огорчается при неумении что-то сделать		Приветливо, эмоц.-но открыто относится к людям		Итог	
		Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
10																	
11																	
12																	
13																	
14																	
15																	
16																	

1. Асачева Л.Ф., Горбунова О.В. Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия у детей дошкольного возраста.- СПб.: «Детство- Пресс», 2013г.
2. Грядкина Т.С. Образовательная область «Физическое развитие». Как работать по программе «Детство»: Учебно- методическое пособие.- СПб: «Детство- Пресс»,2016г.
3. Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения: проектирование, тренинги, занятия/ сост. Н.И.Крылова.- Волгоград: Учитель, 2009г.
4. Мелехина Н.А., Колмыкова Л.А. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ. - СПб.: «Детство Пресс»,2012г.
5. Пензулаева А.И. Физическая культура в детском саду: младшая группа. -М.: мозаика-синтез,2016г.
6. Сотрудничество детского сада и семьи в физическом воспитании дошкольников/ под ред. С.С.Прицепы, Т.С. Шатверян. -М.: ТЦ Сфера, 2013г.

**ПРИЛОЖЕНИЕ****Подвижные и спортивные игры**

Название игры	Описание игры
<b>Обучающая игра «Идём в гости»</b> <b>Цель:</b> Развивает основные движения. Учит детей двигаться по дорожке, выполняя различные виды ходьбы.	Инструктор: у меня есть подруга <b>матрёшка</b> . Сегодня мы пойдём к ней в гости. Но нужно идти только друг за другом по дорожке. Ходьба обычная, на носках, пятках, с высоким подниманием колен. Пройдя по дорожке дети приходят в гости к матрешке и показывают ей как они шли(на носках, пятках и т.д.)



<p><b>Спортивная игра</b> <b>«Большая и маленькая матрёшка»</b> <b>Цель:</b> Способствует двигательной активности, снимает импульсивность, развивает игровые навыки и произвольность поведения.</p>	<p>Родители – это большие матрешки, а вы дети – маленькие. А сейчас мы поиграем. Родители и дети стоят парами, лицом друг к другу, взявшись за руки. Родители присаживаются (стали маленькими матрёшками), а дети стоят (стали большими матрёшками). Продолжают выполнять движения: дети присели, родители –стоят и т.д.</p>
<p><b>Подвижная игра</b> <b>«Рыбки»</b> <b>Цель:</b> развивает эмоциональность и образность восприятия музыки через движения, игровые навыки и произвольность движения.</p>	<p>Родители – «камушки» присаживаются на корточки по залу. Дети – «рыбки» под веселую музыку «плавают» (бегают между «камешками»). Музыка смолкает, дети останавливаются и прячутся за «камешки».</p>
<p><b>Спортивная игра</b> <b>«Меткий стрелок»</b> <b>Цель:</b> развивает глазомер и точность движения.</p>	<p>Родители стоят напротив детей ( расстояние -3 м), Ставят кегли на пол. Дети садятся напротив родителей и толкнув маленький мяч вперед, стараются сбить кеглю.</p>
<p><b>Спортивная игра</b> <b>«Веселый поезд»</b> <b>Цель:</b> Развивает основные движения, произвольное внимание и умение имитировать слова стихотворения.</p>	<p>Инструктор: сегодня мы поедим на поезде в зоопарк! Прилетел воробей и принёс две длинных ленты. Дети цепляются за одну ленту правой рукой, а родители – за другую. Под музыку «Поезд» дети и родители имитируют поезд. По сигналу «Остановка», дети меняются местами и поезд едет дальше.(2-3 раза). На сигнал «Приехали в зоопарк!» - дети и родители разбегаются по залу и изображают диких животных.</p>
<p><b>Малоподвижная игра</b> <b>«Помогите воробью»</b> <b>Цель:</b> Поднимает настроение, учит сопереживанию, воспитывает чувство ответственности.</p>	<p>Появляется игрушечный крокодил: где воробей, я хочу его съесть! Дети давайте поможем воробью. Дети стоят в кругу и передают друг другу воробья, а следом бежит крокодил и пытается догнать воробья, чтобы съесть. Крокодил уходит, а дети радостно хлопают в ладоши, спасли воробья!</p>
<p><b>Подвижная игра</b> <b>«Крокодилы и воробьи»</b> <b>Цель:</b> Способствует двигательной активности, снимает импульсивность, развивает игровые навыки.</p>	<p>Дети – воробьи сидят на скамейках. Родители – крокодилы гуляют по залу и ложатся греться на солнышке. В это время дети – воробьи идут гулять, выполняя прыжки на двух ногах, присаживаются, клюют зернышки. На слово «Крокодилы проснулись» дети быстро убегают и прячутся в домики - на скамейки. Потом родители и дети меняются ролями.</p>
<p><b>Малоподвижная игра</b> <b>«Собираем осенние листочки»</b> <b>Цель:</b> Учить устанавливать сходство и различие по цвету, и в зависимости от этого действовать дальше.</p>	<p>В гости к детям пришли ёжики (родители). Они предлагают детям пойти в лес и полюбоваться опавшими осенними листочками (листья разного цвета разложены на полу) детям надо поднимать листочки и приносить своему ежику и определить в какое ведерко его положить (в зависимости от цвета)</p>
<p><b>Малоподвижная игра</b> <b>«Прятки с ёжиком»</b> <b>Цель:</b> Развивает целенаправленное внимание, учит ориентироваться в</p>	<p>Игрушка Ёжик предлагает детям поиграть в прятки. Дети становятся лицом к стене и закрывают глаза. Инструктор прячет ёжика в спортзале. По сигналу «пошли искать» дети</p>

пространстве. Поднимает настроение.	открывают глаза и идут по спортзалу, смотрят везде и отыскивают ёжика.
<b>Малоподвижная игра</b> <b>«Соберём лесные ягоды»</b> <b>Цель:</b> Учить устанавливать сходство и различие по цвету и развивает мелкую моторику.	Родители и дети пошли в лес собирать лесные ягоды. Родители держат в руках разноцветные корзинки, а дети собирают «ягоды» (крышки) и кладут их в соответствующие по цвету корзинки. В конце назвать лесные ягоды: голубика, клюква, черника, брусника и т.д.
<b>Спортивная игра</b> <b>«Солнышко покатилося»</b> <b>Цель:</b> Развивает основные движения.	Родители с детьми садятся на пол напротив друг друга. Родители катят «солнышко» (мяч) ребенку, а ребенок катит мяч, оттолкнув его двумя руками, родителю.
<b>Подвижная игра</b> <b>«Солнышко и дождик»</b> <b>Цель:</b> развивает эмоциональность, способствует развитию двигательной активности, развивает непроизвольное внимание, умение действовать на сигнал.	Инструктор подымает вверх макет солнца и говорит: «Солнышко!» дети бегают по залу в рассыпную, веселятся – кружатся вокруг себя. На слова: солнце по небу катилось и за тучку закатилось. А из тучки пошёл «Дождик!» - дети бегут к своим родителям, которые держат в руках (обруч) и прячутся под «зонтики». Родители с детьми проговаривают потешку: Дождик, дождик полно лить, Малых детушек мочить! После этих слов сразу появляется солнышко.
<b>Обучающая игра</b> <b>«Солнце и зонтик»</b> <b>Цель:</b> Развивает произвольное внимание, быстроту реакции и умение действовать в зависимости от ситуации	Инструктор : у солнышка есть лучики. Мы будем изображать их так: разведите руки в стороны, пальцы – врозь. А когда идет дождь – будем руки подымать вверх, пальцы вместе и показывать как капли дождя падают вниз ( присаживаясь постепенно). Будем прятаться под зонтик: сложите руки над головой (руки образуют треугольник) – получится зонтик. А теперь поиграем: на слово «Солнце»- дети разводят в стороны, пальцы – врозь. На слово «Дождь!» - дети подымают руки вверх и активно сгибают кисти рук, пальцы вместе. На слово «зонтик!» - руки складывают над головой.
<b>Подвижная игра</b> <b>«Поймай хвостик»</b> <b>Цель:</b> Способствует двигательной активности, снимает импульсивность и развивает игровые навыки.	Каждому ребёнку прикрепить сзади – «хвостик». Дети убегают, а родители догоняют их и вытягивают «хвостики». Затем дети и родители меняются ролями.
<b>Обучающая игра «Забей гол»</b> <b>Цель:</b> Способствует двигательной активности, развивает глазомер, игровые навыки.	Родители учат детей забивать мяч ногой в ворота.
<b>Обучающая игра «Собираем картошку»</b> <b>Цель:</b> Развивает глазомер, ловкость рук и основные движения.	Инструктор: сегодня мы будем убирать урожай картошки с огорода. Родители держать корзинки, а дети пробуют забросить мячик – «картошку» в корзину.

<p><b>Подвижная игра</b> <b>«Лиса и зайцы»</b> <b>Цель:</b> Развивает эмоциональность, способствует развитию основных движений, развивает внимание, умение действовать на сигнал.</p>	<p>Родители – «лисы» сидят в «норках» на скамейке. Дети «зайцы» - сидят за натянутой веревкой на другом конце зала. По сигналу «зайцы пошли гулять на поляну» - дети подлезают под веревкой и выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед. По сигналу «лиса» - дети убегают обратно и подлезают под веревкой. Родители их ловят.</p>
<p><b>Подвижная игра</b> <b>«Что умеет делать белка»</b> <b>Цель:</b> Развивает основные движения.</p>	<p>В гости к детям пришла белка, она рассказывает какая она ловкая, умеет прыгать с веток деревьев. Показывает, как она идёт по гимнастической скамье и спрыгивает с неё. Дети при помощи родителей повторяют за белкой. Затем предлагает детям и родителям научиться перелазить через поваленные деревья. Дети и родители на четвереньках перелазят через гимнастические бревна. Белка просит ребят собрать её грибы, которые она повесила сушиться на деревья. Дети с помощью родителей залазят шведскую стенку и снимают «грибы» (картонные).</p>
<p><b>Малоподвижная игра</b> <b>« Помогите белке»</b> <b>Цель:</b> Развивает восприятие. Мелкую моторику пальцев и координацию движений.</p>	<p>Белка – (игрушка) говорит, что она больше всего любит есть орешки. На полу рассыпаны маленькие шарики - «орехи» и фасоль. Детям надо распределить «орехи» в одну миску, а родителям фасоль в другую. Белка благодарит и читает стихотворение: Белка песенки поёт, да орешки всё грызёт, А орешки не простые, все скорлупки золотые!</p>
<p><b>Подвижная игра</b> <b>«Кидаемся снежками»</b> <b>Цель:</b> Поднимает настроение, развивает меткость, способствует двигательной активности.</p>	<p>Снеговик (игрушка) предлагает родителям и детям покидаться снежками (мягкие маленькие набивные мячики из ткани). Родители и дети стоят в шеренгу напротив друг друга. По сигналу бросают друг в друга снежки.</p>
<p><b>Эстафета «Принеси снежок»</b> <b>Цель:</b> Способствует двигательной активности, снимает импульсивность, развивает игровые навыки и произвольность поведения.</p>	<p>Снеговик (игрушка) предлагает родителям и детям поиграть. Дети и родители выстраиваются в колонну напротив друг друга. Около детей кладется обруч с круглыми снежками (мягкие маленькие набивные мячики из ткани). Первый ребенок берет комочек и бежит к родителям, отдает комочек маме и возвращается к команде детей. Он встает в конец колонны, также и его мама. Затем бежит следующий ребенок и т.д.</p>
<p><b>Спортивная игра</b> <b>«Попади в обруч»</b> <b>Цель:</b> Развивает координацию движений и меткость.</p> <p><b>Подвижная игра « Догоню»</b></p>	<p>Родители стоят в шеренгу напротив детей, держат обручи в руках, дети стоят со снежками (мягкие маленькие набивные мячики из ткани) и по команде бросают снежки в обручи.</p>

<p><b>Цель:</b> Способствует развитию двигательной активности, снимает импульсивность, развивает игровые навыки и произвольность поведения.</p>	<p>Дед Мороз, говорит детям, что ему очень нравятся мальчишки и девчонки. Мне такие детишки быгодились в помощь подарки изготавливать. Сейчас родители поймают мне несколько детишек. Дети стоят по кругу и хлопают в ладоши, а Дед Мороз в центре. Раз, два, три! Раз, два, три! Ну, скорее нас лови! Дети убегают от родителей, пойманных детей Дед Мороз сажает в «мешок».</p>
<p><b>Подвижная игра</b> <b>«Найди свою маму»</b> <b>Цель:</b> Способствует развитию двигательной активности, снимает импульсивность, развивает игровые навыки и произвольность поведения.</p>	<p>Родители строятся в большой круг. Звучит весёлая музыка. Дети бегают вокруг родителей. Когда музыка смолкает, родители хлопают в ладоши, а дети должны найти своих родителей и взять их за руки. Когда все дети найдут своих родителей, они кружатся вокруг себя.</p>
<p><b>Малоподвижная игра</b> <b>«Где моя варежка?»</b> <b>Цель:</b> Развивает ловкость рук и умение действовать по плану.</p>	<p>Дети и родители стоят по кругу. Дед Мороз (родитель) предлагает поиграть с его варежкой. Первый ребенок получает варежку, передает по кругу следующему и т.д. Дед Мороз пытается догнать варежку.</p>
<p><b>Малоподвижная игра</b> <b>«Какие бывают ёлки»</b> <b>Цель:</b> Содействует развитию слаженных движений. Развивает основные движения.</p>	<p>Дети родители стоят по кругу, держась за руки. Снеговик (игрушка) спрашивает у детей: ребята, какие бывают ёлки? Высокие! - все поднимаются на носочки и поднимают руки вверх. Низкие! - руки расцепляют, приседают на корточки. Широкие! – делают круг шире. Узкие! – топчущим шагом идут в центр круг.</p>
<p><b>Подвижная игра</b> <b>«День и ночь»</b> <b>Цель:</b> Способствует развитию двигательной активности, снимает импульсивность, развивает игровые навыки и произвольность поведения.</p>	<p>Родители (кошки) и дети (котятa) стоят парами врассыпную по залу. По команде «День» - «котятa» ползают на четвереньках вокруг «кошек», прыгают на двух ногах, пролезают между ног родителей. По команде «Ночь» - родители опускаются на четвереньки, а дети возле них группируются в комочек, стоя на коленях и предплечьях, опустив голову вниз.</p>
<p><b>Подвижная игра</b> <b>«Котятa и щенятa»</b> <b>Цель:</b> Способствует развитию двигательной активности, снимает импульсивность, развивает игровые навыки и произвольность поведения.</p>	<p>Родители будут «щенятaми», а дети «котятaми». Раздать «котятaм» маленькие мячики, они играют на поляне. «Щенки» спят. По команде «щенки» - пролазят в туннель и догоняют на четвереньках «котят». А «котятa» убегают на четвереньках и залазят на «дерево» (шведскую стенку).</p>

<p><b>Подвижная игра «Найди свой дом»</b>  <b>Цель:</b> Учить различать цвета, снимает импульсивность, развивает игровые навыки и произвольность поведения.</p>	<p>Рассказать детям стихотворение «Веселая семейка» Э.Успенского.  Предложить детям помочь папе - осьминогу разобраться в своих детишках.  Раздать детям по одному кругу белого или желтого цвета. Папа – осьминог (родитель) делает вид, что спит. Дети бегают в рассыпную и шумят.  Папа медленно просыпается, и начинает ловить детей – осьминожек. Дети должны успеть спрятаться в домики своего цвета (белом или желтом обруче).</p>
<p><b>Подвижная игра «Аисты и лягушки»</b>  <b>Цель:</b> Развивает ловкость, равновесие, укрепляет опорно-двигательный аппарат, повышает общий тонус мышц.</p>	<p>Родители - «аисты», дети - «лягушки».  «Аисты» стоят на одной ноге, а «лягушки» прыгают в рассыпную.  На сигнал «аисты» - «лягушки» убегают «на кочки» (обручи по количеству детей), «аисты» догоняют детей. Затем дети и родители меняются ролями.</p>
<p><b>Эстафета: «Папины тапочки»</b>  <b>Цель:</b> Поднимает настроение, развивает основные движения.</p>	<p>Родители и дети строятся парами в колонну. Ребенок надевает на ноги большие папины тапочки и, держась за руку взрослого, бежит до стула, садится на него и сразу встает, возвращается обратно.</p>
<p><b>Подвижная игра «Бусинки»</b>  <b>Цель:</b> Развивает эмоциональность, способствует развитию двигательной активности, развивает непроизвольное внимание, умение действовать на сигнал.</p>	<p>Все дети строятся в круг. По сигналу инструктора дети выполняют ходьбу по кругу. Родители делают свой круг и произносят слова:  <b>Раскатились бусинки по ковру.</b>  <b>Я сегодня бусинки собираю.</b>  <b>Насажу на ниточку по одной —</b>  <b>Бусинки получатся для мамочки родной.</b>  С окончанием слов дети разбегаются по залу, а родители их ловят. Дети, которых родители поймали выполняют ходьбу по кругу, держась за яркую длинную ленту.</p>
<p><b>Подвижная игра «Грибник»</b>  <b>Цель:</b> Способствует развитию двигательной активности, снимает импульсивность, развивает игровые навыки и произвольность поведения.</p>	<p>Родители «грибники» стоят на одной стороне зала напротив детей. Дети - «грибы» встают в рассыпную на другой стороне зала и по сигналу инструктора начинают ходьбу на месте.  Родители «грибники» произносят слова:  <b>Шел грибник лесной тропинкой</b>  <b>За грибами, за малинкой.</b>  <b>А сорока - белобочка</b>  <b>На сосне сидит высоко,</b>  <b>Громко на весь лес трещит</b>  <b>И грибочкам говорит:</b>  <b>«Чтобы не попасть в корзинку,</b>  <b>Прячьтесь в мох и под травинку».</b>  С окончанием слов дети-«грибы» разбегаются. «Грибники» старается «сорвать гриб»- коснуться ребенка рукой и отводит в обруч «корзинку».</p>

<p><b>Подвижная игра «Зайцы любят есть морковку»</b>  <b>Цель:</b> Развивает эмоциональность, способствует развитию основных движений, развивает внимание, умение действовать на сигнал.</p>	<p>В зале на небольшом расстоянии от стен поставлены дуги, тоннели. За ними сидят дети «зайцы».</p> <p>Родители «сторожа» сидят на скамейке на другом конце зала, охраняют «огород» и засыпают. В середине зала находится огород, где растет морковка (разложены игрушки-«морковки»)</p> <p>Инструктор начинает произносить слова:  <b>Заяц любит есть морковку.</b>  <b>Должен делать он все ловко -</b>  <b>Под забором подлезать,</b>  <b>Тихо-тихо проползать,</b>  <b>Перелезть через ограду,</b>  <b>Получить свою награду.</b></p> <p>В это время «зайцы» начинают двигаться к центру: ползти через тоннели, пролезать под дугами, собирают «морковку»</p> <p>По сигналу инструктора <b>«сторожа»!</b>  <b>Разбегайтесь-ка, друзья!</b>  Дети убегают в свои «норки», пролезая обратно под дугами и тоннелями.</p>
<p><b>Подвижная игра «Как у бабушки Маруси убежали как-то гуси»</b>  <b>Цель:</b> Способствует развитию двигательной активности, снимает импульсивность, развивает игровые навыки и произвольность поведения.</p>	<p>Дети встают в круг в середине зала берутся за руки и начинают ходьбу.</p> <p>Родители «гуси» в кругу передвигаются на корточках.</p> <p>Инструктор произносит слова:  <b>Как у бабушки Маруси убежали как-то гуси.</b>  <b>Травку есть не хотят - догоняют ребят,</b>  <b>Щиплют малышей за пятки, убегайте без оглядки!</b></p> <p>С окончанием слов «гуси» начинают догонять и «щипать» детей. Дети убегают и садятся на скамейки.</p>
<p><b>Подвижная игра «Колобок»</b>  <b>Цель:</b> Способствует развитию двигательной активности, снимает импульсивность, развивает игровые навыки и произвольность поведения.</p>	<p>Родители «лисички» встают в шеренгу на одной стороне зала.</p> <p>Дети «колобки» с мячами в руках стоят в шеренгу впереди родителей. По сигналу инструктора они начинают бросать мяч вниз и ловить его после отскока, под четкое совместное произнесение слов:</p> <p><b>Я веселый колобок, колобок.</b>  <b>У меня румяный бок, вкусный бок.</b>  <b>Я от дедушки ушел. Да, ушел!</b>  <b>Я от бабушки ушел. Да, ушел!</b>  <b>Никого я не боюсь, не боюсь,</b>  <b>По дорожке покачусь, покачусь.</b></p> <p>С окончанием слов дети толчком обеих рук прокатывают мячи к противоположной стороне зала бегут за ними и кладут мячи в (обручи), лежащие там.</p> <p>Инструктор произносит:  <b>Ой, беда, беда, беда, ой, беда!</b>  <b>Может съесть меня лиса, ой, лиса.</b>  <b>Очень быстро покачусь, покачусь,</b></p>

	<p><b>Может быть, еще спасусь. Да, спасусь!</b>  Дети «колобки» убегают, а родители «лисички» их ловят.</p>
<p><b>Подвижная игра «Котик и курица»</b>  <b>Цель:</b> Развивает эмоциональность, способствует развитию двигательной активности, развивает непроизвольное внимание, умение действовать на сигнал.</p>	<p>Родители «курицы»- стоят на одной стороне зала. Дети «цыплята» располагаются по всему залу. Выбирают из числа родителей «котика».</p> <p>По сигналу инструктора дети «цыплята» начинают выполнять ходьбу с высоким подниманием коленей, с полунаклонами и выпрямлением (руки за спину) — «ищут червячков».</p> <p>Родители «курицы» -произносят слова:  <b>Ко-ко-ко, ко-ко-ко, не ходите далеко, Лапками гребите, червячков ищите. Раз, два, три, четыре, пять (делает вид, что считает), может котик вас поймать!</b></p> <p>С окончанием слов «котик» выбегает и старается поймать «цыплят». Родители «курицы» - пытаются помешать ему: разведя руки в стороны, все время передвигается лицом к ловящему, как бы отгораживают собой «цыплят»; «цыплята» прячутся - забегают за спину «курицы». Ребенок, которого все-таки запятнали, выбывает из игры.</p> <p><b>Правила игры.</b> 1. При передвижениях «котик» и «курица» не должны касаться друг друга руками. 2. «Цыплята» не трогают за спину «курицу».</p>
<p><b>Подвижная игра «Мартышки»</b>  <b>Цель:</b> Развивает эмоциональность, способствует развитию основных движений, развивает внимание, умение действовать на сигнал.</p>	<p>Родители «сторожа» сидят на скамейке (спят) в одной стороне зала. Перед ними врассыпную в обручах лежат «фрукты» (вырезанные из линолеума), это «фруктовый сад».</p> <p>Дети «мартышки», у них за пояс закреплены веревочки или ленточки («хвостики»), встают в круг на другой стороне зала, берутся за руки и по команде инструктора выполняют движения (прыжки с ноги на ногу, руки, согнуты в локтях, пальцы врозь).</p> <p>Инструктор произносит слова:  <b>В далекой жаркой Африке живут стада мартышек. Огромное количество веселых шалунишек Набеги совершает на местные сады. Когда они появятся — уж точно жди беды.</b></p> <p>После этих слов дети «мартышки» идут в «сад» и собирают «фрукты», унося их в корзину.</p> <p>По сигналу «сторожа» проснулись, «мартышки» убегают и залазят на шведскую стенку. «Сторожа» пускается вдогонку и стараются выдернуть веревочку (ленточку), пока ребенок не залез на шведскую стенку.</p> <p>Пойманных детей «сторожа» уводят к себе на скамейку.</p> <p><b>Правила игры.</b> Каждый раз «мартышка» может взять только один предмет.</p>

<p><b>Подвижная игра</b> <b>«Мыльные пузыри»</b> <b>Цель:</b> Развивает эмоциональность, способствует развитию двигательной активности, развивает произвольное внимание, умение действовать на сигнал.</p>	<p>Родители «ловишки» стоят на одной стороне зала. Дети «мыльные пузыри» стоят в кругу. Инструктор произносит слова: <b>Что за чудо - шарики в воздухе летят! -</b> (дети идут по кругу, руки подняты вверх, и выполняют вращение кистями рук) <b>Красные, зеленые радуют ребят-</b> (дети хлопают в ладоши) <b>Желтые и синие из мыла пузыри –</b> (дети выполняют вращение кистями рук <i>над</i> головой, пальцами изображают шарики) <b>Ветерком уносятся - скорей лови!</b> После слова «лови» дети убегают, родители «ловишки» их ловят.</p>
<p><b>Подвижная игра</b> <b>«Непоседа воробей»</b> <b>Цель:</b> Развивает эмоциональность, способствует развитию основных движений, развивает внимание, умение действовать на сигнал.</p>	<p>Родители «котики» сидят на корточках в обручах на одной стороне зала. Дети «воробьи» сидят на скамейке на противоположной стороне зала. По сигналу инструктора «воробьи» начинают выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, кружатся вокруг себя и опять прыгают. Инструктор произносит слова: <b>Непоседа воробей прыгает и кружится, Очень радуется он: не замерзла лужица. Хорохорится и храбрится! Только «мяу» он боится!</b> С окончанием слов дети «воробьи» убегают обратно на скамейке, а родители «котики» пытаются их поймать.</p>
<p><b>Подвижная игра</b> <b>«Медвежата-сладкоежки»</b> <b>Цель:</b> Развивает эмоциональность, способствует развитию основных движений, развивает внимание, умение действовать на сигнал.</p>	<p>Родители «пчелки» встают в круг на одной стороне площадки (ближе к шведской стенке – это улей), а «медвежата» - дети – на другой стороне зала сидят на скамейке. По сигналу взрослого «пчелки» начинают ходьбу по кругу с произнесением слов: <b>Сладкий, желтый, медвежонок знает. Ох, как любит мишка мед! Он в дупло влезает.</b> Родители «пчелки» улетают на поляну к цветам собирать мёд. «Медвежата» в это время, ползут на высоких четвереньках к шведской стенке, залазят на неё (кушать мёд) Инструктор произносит слова: <b>Зы-зы-зы, жи-жи-жи — мишеньку кусают. Это пчелки в дупле мед свой охраняют.</b> С окончанием слов «пчелки» прибегают и кусают (пятнают) «медвежат». Дети «медвежата» спускаются с лестницы и убегают на скамейку.</p>
<p><b>Подвижная игра</b> <b>«Одуванчик»</b> <b>Цель:</b> Развивает эмоциональность, способствует развитию двигательной активности, развивает произвольное внимание, умение действовать на сигнал.</p>	<p>Родители «ловишки», дети образуют круг и берутся за руки — это «одуванчик». По сигналу инструктора все дети начинают ходьбу по кругу («ловишки» идут за кругом) и одновременно произносят слова: <b>Одуванчик, одуванчик, скинул желтый сарафанчик,</b></p>



	<p><b>Превратился в шар воздушный, Шар воздушный-непослушный!</b> (дети кружатся вокруг себя) <b>Мы его сорвать хотели, а пушинки полетели!</b> С окончанием слов «ловишки» дуют на «одуванчик» — и «пушинки разлетаются», начинается бег с ловлей.</p>
<p><b>Подвижная игра «Рыбаки»</b> <b>Цель:</b> Способствует развитию двигательной активности, снимает импульсивность, развивает игровые навыки и произвольность поведения.</p>	<p>Родители «рыбаки», они садятся на скамейку на одной стороне зала (в руках «удочка» - гимнастическая палка), а по всему остальному пространству располагаются врассыпную дети - «рыбки». «Рыбаки» произносят слова: <b>В камышах сижу я тихо - очень опытный рыбак. Но не ловится рыбешка, на крючке висит червяк. Рыбка плавает, мелькает, но все мимо червяка. И поэтому, конечно, нет движенья поплавок. Без улова мне - никак. Буду я ловить вот так!</b> Дети «рыбки» бегают медленно по залу. С окончанием слов «рыбаки» кладут «удочки», хлопают в ладоши, показывая, что будут ловить рыбку руками, и начинают «ловить» (пятнать детей). Пойманных детей сажают в обручи «ведро».</p>
<p><b>Подвижная игра «Синичка»</b> <b>Цель:</b> Способствует развитию двигательной активности, снимает импульсивность, развивает игровые навыки и произвольность поведения.</p>	<p>Родители «мамы – синички»; дети - «птенцы» встают в круг, берутся за руки и по сигналу инструктора начинают ходьбу. Инструктор произносит слова: <b>Покинула мама-синичка гнездо. Без мамы-синички пусто оно. Синички-птенцы без мамы скучают, Один за другим из гнезда вылетают. Скорее, синичка, найди малышей, В семейном гнезде будет всем веселей!</b> «Мама» в это время выполняет за кругом любые движения, имитирующие полет: стоя на месте, поднимает руки в стороны и опускает вниз; выполняет повороты туловища вправо-влево; ходит или бежит в медленном темпе в любом направлении. С окончанием слов дети разъединяют руки и начинают бегать в медленном темпе врассыпную по площадке. По команде инструктора <b>«Найди малышей!»</b> «мамы» ловят «птенцов». Ребенок, которого запятнали, отходит в указанное место, где лежит большой обруч — «гнездо», и вместе с «мамой» выполняют ходьбу приставным шагом на ободу обруча.</p>
<p><b>Подвижная игра «Сова»</b></p>	<p>По всему пространству зала расставлены дуги для подлезания и проползания в тоннелях. Родители «совы» садятся на скамейку, имитируют сон. Остальные дети - «мыши» располагаются</p>

врассыпную по залу. Инструктор начинает произносить слова:

**Днем мышата веселятся,  
Днем мышата все резвятся,  
Так как спит сова при свете.**

**Это знают даже дети!**

**А наступит темнота —**

**Мыши, прячьтесь кто куда!**

Ребята в это время передвигаются по площадке: бегают в медленном темпе, ползают, проползают в тоннелях и подлезают под дугами.

По сигналу «совы» проснулись начинается бег с ловлей.

