

ПРИНЯТО  
На заседании Педагогического Совета  
МБДОУ г. Иркутска детского сада  
№ 100 «Берегиня»  
« 13 » 12 20 18 г.

**Методическая разработка к  
адаптированной основной образовательной  
программе для детей с ОВЗ по разделу  
«Физическое развитие»**

**«Планирование подвижных игр для детей  
дошкольного возраста с ограниченными  
возможностями здоровья  
(задержка психического развития)»**

*Кохно И.А.,  
инструктор по физической культуре*

## Введение

Великая ценность каждого человека – здоровье. Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед дошкольным учреждением.

На современном этапе в России в течение длительного времени наблюдается ухудшение здоровья детей, снижение уровня их физического развития, нервно-психического и физического состояний. В последние годы заметно возросло количество физически ослабленных детей. Проблемы экологии, занятость родителей, низкий уровень двигательной активности семьи - все это не укрепляет здоровье ребенка, а наоборот. На этом фоне появилась стойкая тенденция увеличения количества детей, имеющих задержку психического развития (ЗПР). Учитывая эту тенденцию, нет необходимости убеждать кого-либо в актуальности укрепления их здоровья, содействие физическому и психическому развитию

В соответствии с ФГОС Физическое развитие включает приобретение опыта в двигательной деятельности, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; движений, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьбы, бега, мягких прыжков, поворотов в обе стороны). Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

Физические способности детей с ЗПР, как правило, значительно отличаются от способностей нормально развивающихся сверстников. В связи с особенностями психического и физического развития у таких детей отмечаются нарушения пространственных и временных представлений, координации, точности движений; снижена способность к запоминанию и концентрации внимания. Отличительной чертой является замедленность темпов развития мышления, нарушение коры головного мозга, что приводит к трудности овладения двигательными действиями. Формирование двигательной памяти у них затруднено. Отмечается двигательная расторможенность или, наоборот, гиподинамия (они малоподвижны, не любят бегать, прыгать, предпочитают игру другим видам деятельности), недостаточность функции вестибулярного аппарата, характерно нарушение зрительно-слуховой ориентации в пространстве. Движения этих детей не соразмерны, они затрудняются в выполнении тонких дифференцированных движений пальцами рук.

Наиболее доступным средством увеличения потенциала здоровья является физическая культура, двигательная активность. Природа, через специфические физиологические механизмы (в частности, утомление) сама регулирует темп движений и их количество, поэтому бояться перегрузки нужно в меньшей степени, чем недогрузки.

Двигательный режим - часть общего режима дошкольника, регламентирующий активную мышечную деятельность, включая занятия физическими упражнениями и др. С возрастом в распорядке дня ребенка физические упражнения, двигательная активность должны занимать все большее место. Они являются фактором, способствующим увеличению адаптации к мышечной активности, способствуют нормальному развитию центральной

нервной системы, улучшению памяти, процессов обучения, нормализации эмоционально-мотивационной сферы, улучшению сна, возрастанию умственной деятельности. Двигательная активность дошкольника должна быть целенаправленной и соответствовать его опыту, интересам, желаниям, функциональным возможностям организма, что составляет основу индивидуального подхода к каждому ребенку

С целью взаимосвязи этапов формирования двигательных навыков, коррекции, работа по физическому воспитанию с детьми, имеющими задержку психического развития должна организовываться в разнообразных формах:

–физкультурные занятия (сюда включаются подвижные игры, физкультминутки, ритмопластика, психогимнастика, релаксация);

–физкультурно-оздоровительная работа (утренняя гимнастика, закаливающие мероприятия, гимнастика после дневного сна, нетрадиционные методы оздоровления, профилактика заболеваний);

–работа по физическому воспитанию в повседневной жизни (коррекционно-развивающая индивидуальная работа, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, прогулки за пределами ДОУ);

–активный отдых (физкультурные досуги, праздники, развлечения, дни здоровья).

Каждый вид занятий в той или иной мере имеет свое специфическое назначение и свою структуру: содержание и построение.

С целью оптимизации двигательной активности в детском саду, для детей с ЗПР необходимо создание специальных педагогических условий, предполагающих индивидуально-дифференцированный подход к формированию двигательных навыков и применение комплекса коррекционно-профилактических мероприятий, включающих углубленное изучение двигательной сферы воспитанников данной группы. Также планирование и организацию физкультурно - оздоровительных мероприятий с учетом выявленных особенностей, создание особого двигательного режима, дозирование физических и психических нагрузок, профилактику переутомления и гиподинамии [6,7]. Также обязательно необходимо придерживаться двигательного режима, для того чтобы преодолевались у детей с данным отклонением недостатки в развитии, нарушение здоровья. Оптимизация коррекционно - развивающего процесса предполагает использование специфического содержания, форм, средств и методов педагогического воздействия с учетом особенностей моторики и психомоторики дошкольников с ЗПР.

Среди всего многообразия средств и форм физического воспитания особое место занимает подвижная игра.

Подвижные игры различной направленности являются очень эффективным средством комплексного совершенствования двигательных качеств. Они же в наибольшей степени позволяют совершенствовать такие качества как ловкость, быстрота, сила, координация и др. При рациональном использовании игра становится эффективным методом физического воспитания. Использование подвижных игр предусматривает не только применение каких-либо конкретных средств, но может осуществляться путем включения методических особенностей игры в любые физические упражнения.

Ценность игр заключается в том, что приобретенные умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в новых, быстро изменяющихся условиях, которые предъявляют к детям другие требования. Элементарные умения и навыки, приобретенные воспитанниками в игровых условиях не только сравнительно легко перестраиваясь при

последующем, более углубленном изучении техники движений, но даже облегчают дальнейшее овладение соответствующими техническими приемами. А на этапе совершенствования двигательных действий и неоднократное повторение в игровых условиях помогает развивать у детей способность наиболее экономно и целесообразно выполнять многие изучаемые движения в целостном, законченном виде.

Характерная особенность подвижной игры - комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Подвижные игры прежде всего средство физического воспитания детей. Они дают возможность развивать и совершенствовать их движения, упражняется в беге, прыжках, лазанье, бросанье, ловле и т.д. Разнообразные движения требуют активной деятельности крупных и мелких мышц, способствуют лучшему обмену веществ, кровообращению, дыханию, т.е. повышению жизнедеятельности организма

Развитие самостоятельности и творчества в подвижных играх предопределяется их творческим характером. Начальный этап формирования творчества начинается с подражания. Двигательному творчеству ребенка помогает воображение, приподнятое эмоциональное состояние, проявление двигательной самостоятельности, придумывание сначала совместно с педагогом, а затем и самостоятельно новых вариантов игр. Наивысший уровень самостоятельности и творчества проявляется в умении ребенка самостоятельно организовывать и проводить знакомые ему подвижные игры.

Во время игр у дошкольников формируются и совершенствуются разнообразные навыки в основных движениях (беге, прыжках, метании, лазаний и др.) Быстрая смена обстановки в процессе игры приучает ребенка целесообразно использовать известные ему движения в соответствии с той или иной ситуацией, обеспечивая их совершенствование. Естественно проявляются физические качества - быстрота реакции, ловкость, глазомер, равновесие, навыки пространственной ориентировки и др. Все это положительно сказывается на совершенствовании двигательных навыков.

Велико значение подвижных игр в воспитании физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, координация движений. Например, для того чтобы увернуться от «ловишки», надо проявить ловкость, а спасаясь от него, бежать как можно быстрее. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и много раз, одни и те же движения, не замечая усталости. А это приводит к развитию выносливости.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Большое количество движений активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы. Это в свою очередь оказывает благотворное влияние на психическую деятельность. Доказано, что они улучшают физическое развитие детей, благотворно воздействуют на нервную систему и укрепляют здоровье. Почти в каждой игре присутствует бег, прыжки, метания, упражнения на равновесие и т.д.

Игре принадлежит большая роль в формировании личности. В процессе игры активизируются память, представления, развиваются мышление, воображение. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Вместе с тем необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств - выдержки, смелости, решительности, умения справляться с

отрицательными эмоциями. Дети усваивают смысл игры, учатся действовать в соответствии с избранной ролью, творчески применяют имеющиеся двигательные навыки, учатся анализировать свои действия и действия товарищей.

Подвижные игры нередко сопровождаются песнями, стихами, считалками, игровыми зачинами. Такие игры пополняют словарный запас, обогащают речь детей.

В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности.

Большое значение имеют подвижные игры и для нравственного воспитания. Дети учатся действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. Правила игры дети воспринимают как закон, и сознательное выполнение их формирует волю, развивает самообладание, выдержку, умение контролировать свои поступки, свое поведение. В игре формируется честность, дисциплинированность, справедливость. Подвижная игра учит искренности, товариществу.

Велика роль подвижной игры и в умственном воспитании ребенка: дети учатся действовать в соответствии с правилами, овладевать пространственной терминологией, осознанно действовать в изменившейся игровой ситуации и познавать окружающий мир. Игры расширяют круг представлений, развивают наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, сопоставлять и обобщать виденное, на основе чего делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей среде. В процессе игры активизируются память, развиваются мышление, воображение. Дети усваивают смысл игры, запоминают правила, учатся действовать в соответствии с избранной ролью, творчески применяют имеющиеся двигательные навыки, учатся анализировать свои действия и действия товарищей. Подвижные игры нередко сопровождаются песнями, стихами, считалками, игровыми зачинами. В играх дети отражают накопленный опыт, углубляют, закрепляют своё представление об изображаемых событиях, о жизни. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д.

Гигиеническое значение игр усиливается возможностью их широкого использования в природных условиях. Игры в водоёмах, в лесу, на воде и т.д. - ни с чем не сравнимое средство закаливания и укрепления здоровья. Полноценно использовать естественные факторы природы особенно важно в период роста и развития молодого организма.

Большое влияние подвижные игры оказывают также и на нервно-психическое развитие ребёнка, формирование важных качеств личности. Они вызывают положительные эмоции, развивают тормозные процессы: в ходе игры детям приходится реагировать движением на одни сигналы и удерживаться от движения при других. В этих играх развивается воля, сообразительность, смелость, быстрота реакций и др. Совместны действия в играх сближают детей, доставляют им радость от преодоления трудностей и достижения успеха.

Подвижные игры создают атмосферу радости и потому делают наиболее эффективным комплексное решение оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Активные движения, обусловленные содержанием игры усиливают все физиологические процессы. Таким образом, подвижные игры - действенное средство разностороннего развития.

**Цель методической разработки:** формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой посредством ознакомления с подвижными играми.

**Задачи:**

1. Укреплять здоровье дошкольников посредством развития физических качеств;
2. Формировать основы здорового образа жизни, развитие двигательных способностей, умений и навыков при подвижной игры.
3. Развивать интерес и расширять круг представлений о разнообразии подвижных игр.
4. Стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.
5. Познакомить детей с правилами подвижных игр, формированием умения чётко выполнять их, проявляя находчивость, выдержку, ловкость и самостоятельность.
6. Создавать условия для формирования взаимоотношений детей со сверстниками и взрослыми, проявление сопереживания, взаимопомощи.
7. Привлечь родителей к воспитательно-образовательному процессу.

**Планируемые результаты использования подвижных игр:**

- дети знают игры, их условия и правила;
- самостоятельно организуют игровую деятельность в свободное время, в самостоятельной деятельности;
- используют подвижные игры в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проявляют фантазию настолько, чтобы сами могут изобретать подобные игры;
- проявляют интерес к постоянным самостоятельным занятиям физической культурой;
- проявляют творчество в имитационных и не имитационных упражнениях;
- умеют самостоятельно взаимодействовать со сверстниками взрослыми в процессе игры;
- проявляют самостоятельность и творческую инициативность;
- умеют организовать свой игровой досуг;
- активно включается в коллективную деятельность.

**Содержание разработки**

**Виды игр**

Игры можно разделить на группы, сходные по определенным признакам:

1. По видовому отражению национальной культуры (отражается отношение к окружающей природе, быт, игры народа, вечная борьба добра против зла).
2. По интенсивности используемых в игре движений (игры бывают малой, средней и высокой интенсивности).
3. По типу двигательного действия, преимущественно входящего в игры (с бегом, с прыжками, с метанием, с бросками и ловлей мяча и т.д.).
4. По содержанию и сложности построения игры (простые, переходящие, командные).
5. По способу проведения (с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, ролевые, сюжетные).

6. По физическим качествам, преимущественно проявленным в игре (игры, способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости).

7. По отношению к структуре занятия (подготовительной, основной, заключительной частей занятия физической культурой).

8. По сезону.

В процессе ознакомления и проведения с детьми-дошкольниками различных игр необходимо учитывать следующие требования, предъявляемые к проведению подобных игр.

### **Выбор игры**

Выбор игры, прежде всего, зависит от задачи, поставленной перед занятием. Определяя её, воспитатель учитывает возрастные особенности детей, их развития, физическую подготовленность, количество детей и условия проведения игры.

В подвижных играх может участвовать от 3-х и более детей.

При выборе игры надо учитывать форму занятий (занятие группы, праздник, прогулка). Если на занятии время ограничено, то время прогулки не ограничено; задачи и содержание игр на прогулке иные, чем на занятии; на празднике используются главным образом массовые игры, в которых могут принимать участие дети разного возраста и подготовки.

Выбор игры непосредственно зависит от места её проведения. В небольшом зале или коридоре проводятся игры с линейным построением, игры, в которых участвуют поочерёдно. Во время прогулок и экскурсий за город используются игры на местности.

При проведении игр на воздухе необходимо учитывать состояние погоды. Если температура воздуха низкая, то все участники должны действовать активно, в жаркую погоду лучше использовать малоподвижные игры, в которых участники выполняют игровое задание поочерёдно.

Выбор игры зависит также от наличия пособий; из-за их отсутствия и неудачной замены игра может не состояться

### **Организация играющих и руководство игрой. Объяснение игры**

Успех игры в значительной мере зависит от её объяснения. Приступая к объяснению, воспитатель обязан ясно представить себе всю игру.

Рассказ должен быть кратким. Исключение составляют игры в младших группах, которые можно объяснять в сказочной, увлекательной форме. Рассказ должен быть логичным. Рекомендуется придерживаться следующего плана изложения:

- название игры;
- роль играющих и их места расположения;
- ход игры;
- цель игры;
- правила игры.

Рассказ не должен быть монотонным. В рассказе не следует употреблять сложных терминов. Новые понятия, новые слова необходимо объяснять.

Для лучшего усвоения игры рассказ рекомендуется сопровождать показом. Он может быть неполным или полным. При объяснении надо учитывать настроение детей. Заметив, что их внимание ослабло, воспитатель должен сократить объяснение или оживить его.

Содержание игры подробно объясняется только тогда, когда участники играют в неё впервые, при повторениях игры следует напомнить только основное содержание.

### **Дозировка в процессе игры**

В подвижных играх трудно учесть возможности каждого участника, его физическое состояние в данное время. Следовательно, не рекомендуются чрезмерные мышечные напряжения. Надо обеспечить оптимальные нагрузки. Интенсивные нагрузки следует чередовать с отдыхом.

Приступая к проведению, необходимо учитывать характер предшествующей деятельности и настроения детей (после больших физических или умственных усилий - игры с меньшей интенсивностью).

Надо учитывать, что, с увеличением эмоционального состояния играющих нагрузка в игре увеличивается. Играющие, увлечённые игрой, теряют чувство меры, желая превзойти друг друга, не рассчитывают своих возможностей и перенапрячься. Необходимо приучать детей контролировать и регулировать свои действия в игре. Нагрузку младшим детям надо увеличивать постепеннее, нежели старшим. Иногда следует прервать игру, хотя играющие ещё не почувствовали потребности в отдыхе.

Можно устраивать кратковременные перерывы, используя их для разбора ошибок, подсчёта очков, уточнения правил, сокращать дистанции, уменьшать число повторений. Можно увеличивать подвижность участников игры, дополняя препятствие, увеличивать дистанции. Желательно, чтобы все играющие получали примерно одинаковую нагрузку. Поэтому удалять из игры проигравших можно только на очень короткое время.

Продолжительность игры, проводимой на открытом воздухе, зависит также от состояния погоды. В зимних играх на открытом воздухе занимающиеся должны интенсивно выполнять движения без перерывов. Нельзя давать играющим сильные нагрузки с последующим отдыхом, чтобы не вызвать испарину, а затем быстрое охлаждение. Зимние игры должны быть кратковременными.

Направление в игре зависит от размера площадки, и чем она больше, тем больше направлений получают участники.

Игры большой подвижности следует проводить через 25-30 минут после приема пищи и ни в коем случае - перед ним. Эмоциональный подъем и физические нагрузки повышают возбудимость, что может отрицательно сказаться на аппетите детей.

Учитывая вышеперечисленные факторы, возможно, организовать и провести подвижную игру с максимальной пользой.

Содержание образовательной деятельности представлено календарно – тематическим планированием (*приложение №1*).

### **Заключение.**

Итак, игры и развлечения детей на открытом воздухе в действительности способствуют более правильному и быстрому росту формирующегося детского организма. Всем известен тот факт, что под влиянием правильно производимых движений мускулы увеличиваются и растут. Если упражнения производятся часто, то мышцы постепенно увеличиваются в объеме, вся мускулатура гармонически развивается и крепнет, и в этом - огромное преимущество игр перед гимнастикой, которая развивает мускулатуру односторонне, тогда как подвижные игры, заставляя тело принимать самые разнообразные положения, тем самым способствуют полному, всестороннему развитию всех мышц организма, подчиняющихся произвольным сокращениям.

На детский организм благотворное действие подвижных игр сказывается еще и в другом направлении, а именно: развивая мускулы, игры, как это установлено опытами

ученых, в то же время способствуют усиленному и правильному росту костей. В том случае, когда подвижные игры происходят на открытом воздухе, их благотворная роль значительно усиливается. Воздух в саду, на лугу или даже на просторном дворе богаче кислородом, чем в комнате. Процесс дыхания в виду этого там становится интенсивнее, дыхательные движения во время подвижных игр делаются чаще и глубже, количество вдыхаемого кислорода значительно увеличивается, а благодаря этому повышается количество крови и улучшается ее качество.

Игры являются, таким образом, могучим подспорьем в деле гармонического и рационально развития детского организма. В силу врожденного инстинкта, дети сами с большой любовью и охотой предаются играм, - задача родителей и воспитателей - разумно направлять этот драгоценный инстинкт, идущий навстречу здоровым требованиям природы.

#### *Список использованной литературы:*

1. Кенеман А. В. 'Детские подвижные игры народов СССР' - Москва: 'Просвещение', 1988 - с.239
2. Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста: пособ. для воспитателя дет. сада. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Просвещение, 1986.
3. Фадина Г.В. Диагностика и коррекция задержки психического развития детей старшего дошкольного возраста. -- Балашов: «Николаев», 2004.
4. Стребелева Е. А. Психолого-педагогическая диагностика развития детей раннего и дошкольного возраста : метод, пособие: с прил. Альбома «Нагляд. материал для обследования детей». -- 2-е изд., перераб. и доп. -- М. : Просвещение, 2004. -- 164 с. + Прил. (268. с. ил.).
5. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры. - М.: Просвещение, 1986. - 82
6. Ахунова Р. Н. Народные подвижные игры [Текст] // Теория и практика образования в современном мире: материалы VI Междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, декабрь 2014 г.). — СПб.: Заневская площадь, 2014. — С. 62-63. — URL <https://moluch.ru/conf/ped/archive/145/6621>

**Младший дошкольный возраст детей с ЗПР**

Дата Лексическая тема	Рекомендуемые подвижные игры	Задачи	Описание игры
<p>Сентябрь Наш детский сад, игрушки.</p>	<p>«Подарки»</p>	<p>Развитие ловкости. Учить имитировать движения, характерные для той или иной игрушки; развивать воображение.</p>	<p>Вы любите, когда вам дарят игрушки? - обращается к детям воспитатель. - Вот мы сейчас и будем делать друг другу подарки». Взрослый предлагает детям построиться в большой круг, подзывает того, кто будет первым выбирать себе подарок. Малыш выходит на середину круга, а воспитатель с детьми ведёт хоровод под следующие слова: Принесли мы всем подарки, кто захочет, тот возьмёт, Вот вам кукла с лентой яркой, конь, волчок и самолёт. С окончанием слов дети останавливаются. Воспитатель, обращаясь к ребёнку, стоящему в кругу, спрашивает, какой из перечисленных подарков он хотел бы получить. Если малыш выбирает коня, дети изображают, как скачет конь, если выбирается кукла, все танцуют, как куклы, если волчок - кружатся, а если выбирается самолёт - подражают полёту и приземлению самолёта. Если ребёнок выбирает коня, то под слова: «Скачет конь наш чок-чок-чок! Слышен топот быстрых ног, Хоп-хоп-хоп! Хоп-хоп-хоп!» дети скачут, высоко поднимая ноги, как лошадки. Обращаясь к ребёнку внутри круга, воспитатель предлагает ему посмотреть, «какие у него красивые кони», и выбрать того, кто ему больше всего понравился. Выбрав себе подарок, ребёнок занимает место в хороводе, а тот, кого он выбрал, выходит на середину круга. Дети снова берутся за руки и повторяют слова: «Принесли мы всем подарки...» Если ребёнок выбирает куклу, то дети изображают кукол, пляшущих на месте под слова: Кукла, кукла, попляши, Яркой лентой помаша. (Повторяется 2-3 раза.) Волчок кружится на месте, а потом приседают под слова: Вот как кружится волчок, Прожужжал и на бочок.</p>
<p>Сентябрь. Это я. Части тела</p>	<p>«По ровненькой дорожке»</p>	<p>Развитие быстроты реакции Развивать у детей умение</p>	<p>Дети свободно группируются или строятся в колонну и идут гулять. Педагог ритмично, в определенном темпе произносит следующий текст: По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке Шагают наши ножки. Раз-два, раз-два,</p>

	согласовывать движения, наблюдательность, активность, сообразительность. Вызвать у детей чувство радости	<p>По камешкам, по камешкам, по камешкам, по камешкам... В ямку бух!</p> <p>При словах «По ровненькой дорожке дети идут шагом. Когда педагог говорит: «По камешкам, по камешкам» - они прыгают на двух ногах, слегка продвигаясь вперед. На слова «В ямку бух» присаживаются на корточки. «Вылезли из ямы» - и дети поднимаются. Снова повторяем стихотворение.</p> <p>После нескольких повторений он произносит другой текст:</p> <p>По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке.</p> <p>Устали наши ножки, устали наши ножки.</p> <p>Вот наш дом—здесь мы живем.</p>
«Ножки»	Развитие быстроты и ловкости Учить прислушиваться к взрослому, выполнять движения в соответствии с текстом; развивать воображение.	<p>Воспитатель проводит на земле черту. «Это будет наш дом, - говорит воспитатель, - отсюда наши ножки побегут по дорожке, а куда они побегут, сейчас покажу». Воспитатель отходит от детей на расстояние 20-25 шагов и проводит на земле параллельную черту: «Здесь остановятся дети».</p> <p>Вернувшись к ребятам, он помогает им построиться у первой (стартовой) черты и произносит слова, под которые они будут выполнять действия, Затем предлагает повторить их.</p> <p>Ножки, ножки, бежали по дорожке, Бежали лесочком, прыгали по кочкам, прыг-скок, прыг-скок, Прибегали на лужок, потеряли сапожок.</p> <p>Под эти слова дети бегут по направлению к другой линии, прыгают на двух ногах, приближаясь к взрослому (всего четыре прыжка). С последним словом останавливаются, приседают на корточки, поворачиваются то в одну, то в другую сторону, будто ищут сапожок. «Нашли сапожок!» - говорит воспитатель, и все бегут обратно к исходной линии. Игра начинается сначала.</p>
«Пузырь»	Развитие силы. Закреплять у детей умение становиться в круг, постепенно расширять и сужать его; учить согласовывать движения; развивать внимание.	<p>Дети вместе с воспитателем берутся за руки, образуют круг, начинают «раздувать пузырь»: наклонив головы вниз, малыши дуют в кулачки, составленные один под другим, как в дудочку. При каждом раздувании, все делают шаг назад, будто пузырь немного увеличился. Эти действия повторяются 2-3 раза. Затем все берутся за руки и постепенно расширяют круг, двигаясь и произнося следующие слова:</p> <p>Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой, Оставайся такой, да не лопайся.</p> <p>Получается большой растянутый круг.</p> <p>Воспитатель говорит: «Лопнул пузырь!» Все хлопают в ладоши, говорят: «Хлоп!» и сбегаются в кучку (к центру).</p> <p>После этого игра начинается сначала.</p> <p>Закончить игру можно так. Когда пузырь лопнет, сказать: «Полетели маленькие пузырьки...» Дети разбегаются в разные стороны.</p>

<p style="text-align: center;">Октябрь Осень. Сезонные изменения. Дары осени.</p>	<p>«Солнышки и дождик»</p>	<p>Развитие быстроты и ловкости Развивать у детей умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, быстро реагировать на сигнал.</p>	<p>«Смотрите, получился домик», — говорит он, присаживаясь перед стульчиком и выглядывая в отверстие спинки, как в окошко. Называя детей по именам, взрослый предлагает каждому из них «выглянуть в окошко» и помахать рукой. Так выстроенные полукругом стульчики становятся домиками, в которых живут дети. «Какая хорошая погода! — говорит воспитатель, выглянув в окошко. — Сейчас выйду и позову детишек поиграть!» Он выходит на середину комнаты и зовет всех погулять. Малыши выбегают и собираются вокруг воспитателя, а он произносит следующий текст: Смотрит солнышко в окошко, наши глазки щурятся. Мы захлопаем в ладошки, и бегом на улицу! Дети повторяют стишок, а затем под слова «Топ-топ-топ» и «Хлоп-хлоп-хлоп» все топают ножками и хлопают в ладошки, подражая воспитателю. «А теперь побегаем!» — предлагает воспитатель и убегает. Дети разбегаются в разные стороны. Неожиданно воспитатель говорит: «Посмотрите, дождик идет! Скорее домой!» Все спешат в свои домики. «Послушайте, как барабанит дождик по крышам, — говорит воспитатель и, постукивая согнутыми пальцами по сиденью стульчика, изображает шум дождя. — Стало очень скучно. Давайте попросим дождик перестать капать». Педагог читает народную потешку: Дождик, дождик, веселей, Капай, капли не жалей. Только нас не замочи, Зря в окошко не стучи! Шум дождя вначале усиливается, но постепенно утихает, а вскоре и совсем прекращается. «Сейчас выйду на улицу и посмотрю, кончился дождик или нет», — говорит воспитатель, выходя из своего домика. Он делает вид, что смотрит на небо и зовет малышей: «Солнышко светит! Нет дождя! Выходите погулять!» Дети опять собираются вокруг воспитателя и вслед за ним повторяют стихотворение про солнышко и выполняют забавные движения. Можно побегать, попрыгать, поплясать, но до тех пор, пока воспитатель снова не скажет: «Ой, дождик начинается!»</p>
	<p>«У медведя во бору»</p>	<p>Знакомить детей с русскими народными подвижными играми; учить бегать по сигналу в разных направлениях, не наталкиваясь друг</p>	<p>Выбирается «медведь», который садится в стороне на стульчик. Остальные дети ходят вокруг него, «собирают грибы-ягоды» и приговаривают: У медведя во бору грибы, ягоды беру. А медведь сидит, и на нас рычит. С последним словом медведь встаёт со стула, дети разбегаются, «медведь» их ловит. Далее выбирают нового «медведя».</p>

		на друга.	
Ноябрь. Дикие животные.	«Зайцы и волки»	Развитие быстроты и ловкости Знакомить детей с русскими народными подвижными играми; приучать детей внимательно слушать воспитателя, выполнять прыжки и другие действия в соответствии с текстом; учить ориентироваться в пространстве.	Дети изображают зайцев, воспитатель - волк. На одной стороне зала для зайцев отмечают домики или один общий дом. Волк прячется на противоположной стороне - в овраге. Взрослый произносит: Зайки скачут скок, скок, скок на зеленый лужок, - Травку щиплют, слушают, не идет ли волк. В соответствии с текстом зайцы выпрыгивают из домиков, разбегаются по площадке, то прыгают на двух ногах, то присаживаются и щиплют травку. Как только взрослый произнесет слово "волк", волк выскакивает из оврага и бежит за зайцами, стараясь поймать их (коснуться). Зайцы убегают в свои домики, где волк их уже не может ловить. Пойманных зайцев волк уводит к себе в овраг. В дальнейшем роль волка исполняет ребёнок.
	«Угости белочку орешком»	Развитие быстроты и ловкости Знакомить детей с русскими народными подвижными играми; приучать детей внимательно слушать воспитателя, выполнять прыжки учить ориентироваться в пространстве.	Белка (игрушка) находится на полочке или сучке дерева, а рядом, чуть выше поднятой руки ребенка, висит корзина. Чтобы угостить белку орешком (положить его в корзину), ребенок должен хорошо подпрыгнуть. Взрослый следит, чтобы дети отталкивались одновременно двумя ногами и мягко приземлялись. Можно повесить 2—3 корзинки, это даст возможность одновременно выполнять упражнение 2—3 детям. Учитывая рост детей, корзинки можно повесить на разной высоте
Ноябрь Домашние животные и птицы	«Лошадки»	Развитие быстроты и ловкости Приучать детей двигаться вдвоем один за другим,	Дети распределяются в пары по желанию: один лошадка, другой – кучер, который запрягает лошадку (надевает вожжи) и едет по залу от одной стороны ее до другой и обратно. Двигаться начинают после произнесения слов воспитателем: Цок! Цок! Цок! Цок! Я лошадка серый бок. Я копытцами стучу, если хочешь, прокачу.

		согласовывать движения, не подталкивать бегущего впереди, даже если он двигается медленно.	Затем по предложению воспитателя дети дети стоят за воспитателем друг за другом.
	Вышла курочка гулять»	Развитие быстроты и ловкости Учить внимательно слушать взрослого, выполнять движения в соответствии с текстом.	Воспитатель произносит слова: Вышла курочка гулять, свежей травки пощипать. А за ней ребятки, жёлтые цыплятки. Ко-ко-ко да ко-ко-ко! Не ходите далеко! Лапками гребите, зёрнышки ищите. Съели толстого жука, дождевого червяка, Выпили водицы полное корытце. Дети повторяют движения за воспитателем: шагают, высоко поднимая колени, машут «крыльями». На слова: «Ко-ко-ко не ходите далеко!» - грозят пальцем. «Лапками гребите, зёрнышки ищите» - присаживаются на корточки, ищут зёрнышки. «Съели толстого жука» - показывают толщину жука, «дождевого червяка» - показать длину червяка, «выпили водицы» - наклон вперёд, руки отводят назад.
Декабрь Зима. Сезонные изменения. Птицы зимой.	«Снег, снежок»	Развитие быстроты и ловкости Научить соотносить собственные действия с действиями участников игры.	Воспитатель напоминает детям, что снег легкий, он медленно падает на землю, кружится когда подует ветерок. Воспитатель, предлагает покружиться, произнося: «Снег, снег кружится, белая вся улица!» Затем жестом приглашая детей приблизиться, произносит: «Собрались мы все в кружок! вертелись, как снежок». Дети выполняют действия произвольно и в конце медленно приседают. Воспитатель произносит: «Подул холодный ветер. Как? В-в-в-в! («В-в-в!» - произносят дети). Разлетелись, разлетелись снежинки в разные стороны». Дети разбегаются по площадке. Игра по желанию детей повторяется 3-4 раза.
	«Собачка и воробьи»	Развитие быстроты и ловкости Закреплять знания детей о характерных движениях птиц, учить имитировать их голоса.	Воспитатель объясняет детям: «Мы все будем воробьями (раздает эмблемы птиц). Как летают воробьи? Как скачут? Как клюют? А как поют? Молодцы! Хорошие воробьи, веселые. А кто будет собачкой? (Ребенок-собачка берет мягкую игрушку, садится в уголок.) Кто вспомнит, как домик собачки называется? Правильно, будка! Наша собачка сидит в будке. Начинаем играть». Воспитатель читает стихотворение: Скачет, скачет воробей: Скок-поскок!- Скок-поскок! (Дети скачут кто как может.) Кличет маленьких детей: «Чив! Чив! Чив! Чив!» (Дети повторяют: «Чив! Чив! Чив!»)

			<p>Киньте крошек воробью, я вам песенку спою: «Чик-чирик! Чик-чирик!» (Дети повторяют: «Чик-чирик!»)</p> <p>Воспитатель говорит: «Вдруг собачка прибежала, на воробьев залаяла громко-громко».</p> <p>Ребенок-собачка выбегает и громко лает: «Ав-ав!» «Воробьи» разлетаются в разные стороны.</p> <p>Игра повторяется по желанию детей 2—3 раза.</p>
Декабрь Моя семья	«Бабушка Маланья»	<p>Развитие ловкости</p> <p>Учить становиться в круг, выполнять движения в соответствии с текстом, показом.</p>	<p>Дети берутся за руки, образуют круг, взрослый произносит слова:</p> <p>У Маланьи, у старушки жили в маленькой избушке</p> <p>Семь сыновей, все без бровей,</p> <p>Вот с такими глазами, вот с такими ушами,</p> <p>Вот с такими носами, с такой головой, с такой бородой...</p> <p>Ничего не ели, целый день сидели,</p> <p>На неё глядели, делали вот так...</p> <p>Под эти слова дети сначала идут в одну сторону по кругу, держась за руки. Потом останавливаются и с помощью жестов и мимики изображают то, о чём говорится в тексте: закрывают руками брови, делают «Круглые глаза». «Большой нос», большую голову, бороду и т.п. Присаживаются на корточки и одной рукой подпирают подбородок. В конце они повторяют за ведущим любое движение: сделать рожки, помахать рукой, попрыгать, покружиться, поклониться, покачаться из стороны в сторону и т.д.</p>
	«Каравай»	<p>Развитие ловкости</p> <p>Учить становиться в круг, выполнять движения в соответствии с текстом, показом.</p>	<p>Все встают в круг и берутся за руки. Именинник встает в центр хоровода. Хоровод начинает двигаться по кругу в сопровождении слов:</p> <p>Как на ... именины (называют имя ребенка-именинника)</p> <p>Испекли мы Каравай.</p> <p>Вот такой вышины! (руки поднимают как можно выше)</p> <p>Вот такой нижины! (присаживаются на корточки, руки практически кладут на пол)</p> <p>Вот такой ширины! (расходятся в стороны, стараясь сделать хоровод как можно большего диаметра)</p> <p>Вот такой ужины! (хоровод сходится, сжимается, подходит вплотную к имениннику)</p> <p>Каравай, каравай, кого любишь выбирай! (хоровод приходит к своему «нормальному» размеру и останавливается)</p> <p>Именинник говорит: Я люблю, конечно всех, но вот ... больше всех! (называет имя выбранного ребенка, берет его за руку и ведет в центр хоровода)</p> <p>Теперь именинник становится в хоровод, а выбранный им ребенок становится «именинником».</p>
Январь Зимние забавы	«Мороз красный нос»	<p>Развитие быстроты и ловкости</p> <p>Развитие умения выполнять</p>	<p>Воспитатель стоит напротив детей на расстоянии 5 метров и произносит слова:</p> <p>Я – Мороз Красный Нос. Бородою весь зарос.</p> <p>Я ищу в лесу зверей. Выходите поскорей!</p> <p>Выходите, зайчики! Девочки и мальчики!</p>

		характерные движения; упражнять детей в беге.	(Дети идут навстречу воспитателю.) - Заморожу! Заморожу! Воспитатель пытается поймать ребят – «зайчат». Дети разбегаются.
	«Метелица»	Развитие ловкости Доставить радость детям веселой игрой	Играющие встают в круг и, не сходя с места, начинают кружиться, напевая: Метелица, метелица, снег по полю стелется! Кто кружится, вертится- тот заметелится! На последнем слове песни все должны остановиться и стоять, не шевелясь. Кто упадет, или не сможет вовремя остановиться, тот из игры выходит. Остальные опять поют песню и кружатся. Остается в круге самый выносливый. Он и выигрывает.
Февраль Продукты питания	«Привези продукты»	Развитие быстроты и ловкости Расширить знания детей о продуктах питания.	Эстафета До ориентира на грузовой машине перевезти муляжи продукты питания
Февраль Папин праздник. День Защитника Отечества	«Самый меткий»	Развивать меткость Упражнять в бросании мешочков горизонтальную цель;	Дети стоят в кругу. В центре круга на расстоянии 1-1,5 м от игроков ставят большую корзину. В руках у ребят мешочки с песком. Дети бросают мешочки по сигналу воспитателя, стараясь попасть в корзину. Воспитатель хвалит тех, кто попал в корзину и подбадривает промахнувшихся. Можно усложнить игру, увеличив расстояние до корзины (дети делают шаг назад).
	«Подползи через воротца»	Развитие ловкости» Упражнять детей в ползании на четвереньках и пролезании под препятствие, не задевая его	Дети располагаются на стульях, поставленных вдоль одной из стен зала. Впереди на расстоянии 2-3 м поставлена дуга - воротца. Воспитатель приглашает самого смелого ребёнка, предлагает ему доползти на четвереньках до воротца, пролезть под ними, встать и вернуться на своё место. По мере усвоения упражнения можно усложнить его: ползти на четвереньках и пролезть в обруч, подлезть под 2-3 дуги, стоящие на расстоянии 1 м друг от друга.
Февраль Посуда. Продукты питания.	«Наша кукла»	Развитие ловкости Учить имитировать движения	Наша кукла погуляла, А потом домой пришла.(Дети ходят по помещению.) Обувь и одежду кукла Быстро в шкаф убрать смогла (Имитируют движения.) В ванной ручки кукла мыла (Имитируют движения.) Вытирала их потом. На диване посидела, Наблюдала за котом.(Садятся на ковер и имитируют наблюдение) За столом она поела,(Имитируют движения.)

			<p>Наступило время спать. (Кладут ручки под щечку.)  И, надев пижаму, кукла (Имитируют движения.)  Быстро прыгнула в кровать. (Ложатся на ковер, закрывают глаза.)  Кукла, спи и отдыхай,  Баю – баю, баю – бай (Лежат на ковре некоторое время удобной для них позы.)</p>
<p>Март  Мамин праздник. Профессии наших мам.  Весна. Сезонные изменения</p>	«Бегите к маме»	«Развитие быстроты»	<p>На площадке обозначаются две линии длиной 4—5 м. Линии располагаются напротив друг друга, расстояние между ними 3,5— 4 м. Обозначить линии можно цветными шнурами, мелом на асфальте или чертами на земле.  Дети встают за первую линию так, чтобы не мешать друг другу, педагог переходит на противоположную сторону площадки и встает за вторую линию лицом к детям. Педагог исполняет роль мамы. Педагог говорит детям: «Дети, бегите ко мне, бегите к маме. Все, все бегите!» Дети бегут, педагог приветливо встречает их, широко раскрыв руки. Когда все дети соберутся за линией, педагог переходит снова на другую сторону площадки и вновь говорит: «Бегите ко мне, бегите к маме!»</p>
	«Через ручеек»	<p>Развитие ловкости  Знакомить детей с русскими народными подвижными играми; приучать детей внимательно слушать воспитателя, выполнять прыжки  учить ориентироваться в пространстве  В игре у детей развивается умение действовать по сигналу педагога, бегать в прямом направлении одновременно всей группой.</p>	<p>На полу сделан «ручеек» из клеенки голубого цвета шириной 15—20 см, длиной 2 м. Взрослый говорит, что ручеек глубокий, поэтому надо прыгнуть дальше, чтобы не намочить ноги. Дети подходят к ручейку и перепрыгивают его, оттолкнувшись сразу двумя ногами. Педагог следит, чтобы они сильнее отталкивались и мягко приземлялись, сгибая колени.</p>
<p>Апрель  Город. Гран</p>	«Воробушки и автомобили»	Развитие ловкости и быстроты	<p>«Воробушки» садятся на скамейку – «гнездышки». Воспитатель изображает «автомобиль». После слов воспитателя: «Полетели, воробушки, на дорожку» - дети поднимаются и бегают</p>

		Приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить своё место.	по площадке, размахивая руками – «крылышками». По сигналу воспитателя: «Автомобиль едет, летите, воробушки, в свои гнёздышки!» - «автомобиль» выезжает из «гаража», «воробушки» улетают в «гнёзда» (садятся на скамейки). «Автомобиль» возвращается в «гараж».
	«Самолеты»	Развитие ловкости и быстроты Учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; приучать их внимательно слушать сигнал и начинать движение по словесному сигналу.	Воспитатель предлагает детям подготовиться к «полёту», показав предварительно, как «заводить» мотор и как «летать». Воспитатель говорит: «К полёту подготовиться. Завести моторы!» - дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук: «Р-р-р». После сигнала воспитателя: «Полетели!» - дети разводят руки в стороны (как крылья у самолёта) и «летят» - разбегаются в разные стороны. По сигналу воспитателя: «На посадку!» - дети садятся на скамейку.
Апрель Наши питомцы	«Лохматый пёс»	Развитие быстроты и выносливости Учить внимательно слушать текст, бегать по сигналу в разных направлениях.	В центре зала ставится стул, на него сажают игрушку-собаку. Дети ходят вокруг собаки со словами: Вот лежит лохматый пёс в лапы свой уткнувши нос. Тихо, смиренно он лежит, не то дремлет, не то спит. Подойдём к нему, разбудим. И посмотрим, что же будет?! Под этот текст дети, приближаются к псу. На последние слова текста они протягивают руки и дотрагиваются до лохматого пса. Воспитатель берёт игрушку и догоняет детей. Дети бегают по залу в разных направлениях. Затем пёс «устаёт», опять ложится спать.
	«Не боимся мы кота»	Развитие быстроты и ловкости  Приучать детей слушать текст и быстро реагировать	Воспитатель берёт игрушку-кота, сажает его на стульчик - «кот спит». Ведущий говорит: Мышки, мышки, выходите, порезвитесь, попляшите, Выходите поскорей, спит усатый кот-злодей. Мышки окружают кота и начинают приплясывать со словами: Тра-та-та, тра-та-та! Не боимся мы кота. Кот просыпается и ловит мышек (воспитатель с игрушкой догоняет детей). Мышки убегают в норки (садятся на стульчики).

		на сигнал	
	Уточка и собачка»	Развитие быстроты и ловкости Совершенствовать ходьбу, бег; побуждать к подражанию; вызывать чувство радости от совместных действий со взрослым и сверстниками.	<p>Взрослый берет на себя роль утки-мамы, а дети изображают маленьких утят. Утка-мама показывает утятам, где пруд, и предлагает пойти поучиться плавать:</p> <p>Рано-рано утречком, вышла мама-уточка, поучить утят. Уж она их учит, учит! Вы плывите, ути - деточки, плавно в ряд. (А. Барто)</p> <p>Утка-мама плавно двигается, отводя руки слегка назад, дети-уточки подражают ей. Затем она говорит: «Уточки в пруду плавают, крылышки приглаживают» (гладит руки, бока плавными движениями), хвалит деток-уточек: «Вот молодцы, как хорошо пригладили свои крылышки, кря-кря, кря-кря». Вдруг с лаем появляется собачка (помощник воспитателя или ребе нок старшей группы).</p> <p>Утка-мама говорит: Ты, собачка, не лай! наших уток не пугай! Утки наши белые, без того не смелые. (И. Токмакова)</p> <p>Собачка подбегает к пруду, а утята быстро плывут к утке-маме и прячутся у нее под крыльями. Собачка убегает. Игра повторяется. За тем утка-мама говорит: Ты, собачка, не лай! наших уток не пугай! Лучше с нами поиграй. Пойдем к нам в гости, мы тебя угостим чем-нибудь вкусным. (Дети угощают собачку).</p>
Май День Победы. Скоро лето. Насекомые. Цветы	«Прыгай флажка» до	Развитие выносливости Приучать детей внимательно слушать воспитателя, выполнять прыжки учить ориентироваться в пространстве.	Цветные флажки кладут на стульчики или скамейку. На расстоянии 1—1,5 м от стульчиков протягивается на полу шнур. Дети подходят к шнуру и по сигналу педагога прыгают от него на двух ногах, продвигаясь вперед до флажков. Когда дети окажутся у флажков, они должны взять их, помахать ими и положить на место. Обратнo возвращаются бегом.
	«Пчелки»	Развитие быстроты и ловкости. Совершенствовать бег в определенном направлении; учить ориентироваться в пространстве, подражать пчелкам.	<p>Дети изображают пчел, они бегают по комнате, размахивая крыльями, жужжат: «Ж-ж-ж». Появляется медведь (помощник воспитателя). Воспитатель-пчела говорит: Мишка-медведь идет, мед у пчелок унесет. Пчелки, домой!</p> <p>Пчелки летят в определенный угол комнаты - улей. Медведь, переваливаясь с ноги на ногу, идет туда же. Пчелки и взрослый говорят: Этот улей - домик наш, уходи, медведь, от нас, ж-ж-ж-ж! ашут крыльями, жужжат, прогоняя медведя. Медведь уходит, а пчелки опять вылетают на поляну. Они могут угостить в конце игры медведя медом</p>

	«Муравьишка»	Развитие быстроты и ловкости Развитие умения выполнять характерные движения; упражнять детей в беге.	Воспитатель называет действия, которые совершает муравьишка. Дети выполняют эти действия. Например: муравьишка бежит (все бегут на месте), муравьишка прыгает (все прыгают), муравьишка спит (все приседают), муравьишка собирает травинки, лезет на дерево (все показывают) и т. д.
	«Комарики и лягушки»	Развитие быстроты и ловкости Учить выполнять действия по слову взрослого; поощрять самостоятельность, инициативу детей; вызывать чувство радости от совместных действий.	Дети-комарики летают по группе, произнося звук «з-з-з», присаживаются, опуская руки-крылья после слов взрослого: Сел комарик на кусточек, на еловый на пенечек, Свесил ножки под листочек, спрятался! Комарики садятся на стулья и прячутся за платочками. Выходит водящий в шапочке или с эмблемой лягушки и говорит: «Где же комарики? Я их сейчас найду! Ква-ква-ква!» Ищет, но не находит. Игра повторяется. Затем водящий-лягушка со словами «Вот они!» находит комариков. Но комарики разлетаются, и лягушка пытается их поймать.

## Старший дошкольный возраст детей с ЗПР

Дата	Лексическая тема Рекомендуемые подвижные игры	Задачи	Описание игры
<p>Сентябрь Наш детский сад, группа, игрушки.</p>	<p>«Найди и промолчи»</p>	<p>Совершенствовать координацию движения и ловкость. Воспитывать организованность – умение следовать цели, рационально использовать время, установленное для выполнения задания.</p>	<p>Педагог заранее прячет какой – либо предмет и предлагает детям найти его. Тот, кто увидел предмет, подходит к воспитателю и тихонько сообщает о находке. Педагог отмечает ребят, оказавшихся самыми внимательными.</p>
	<p>«Займи свое место»</p>	<p>Развивать ловкость, мышление, координацию, внимание, Повысить положительный настрой и укрепить психоэмоциональное здоровье. Развитие навыков общения. Умение оценивать ситуацию и делать соответствующие выводы.</p>	<p>Играющие образуют круг и рассчитываются по порядку номеров. Водящий становится в центр круга, его выбирает организатор игры. Водящий громко называет два каких-либо номера. Вызванные номера должны немедленно поменяться местами. Воспользовавшись этим, водящий старается опередить одного из них и занять его место. Игрок, оставшийся без места, идет водить.</p>
<p>Сентябрь Это я. Части тела</p>	<p>«Найди себе пару»</p>	<p>Развитие ловкости и быстроты Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Развивать инициативу, сообразительность.</p>	<p>Играющие стоят вдоль стены. Воспитатель дает каждому по одному флажку. По сигналу воспитателя – дети разбегаются по площадке. По другому сигналу, или по слову «Найди себе пару! », дети, имеющие флажки одинакового цвета, находят себе пару, каждая пара, используя флажки, делает ту или иную фигуру. В игре участвуют нечетное число детей, 1 должен остаться без пары. Играющие говорят: «Ваня, Ваня – не зевай, быстро пару выбери! ».</p>

	«Сосед, подними руку»	Развитие координации Закреплять умение находить правую и левую руку у самого себя.	Игроки образуют круг. По жребию выбирается водящий, который становится внутри круга. Он передвигается по кругу, затем останавливается напротив одного из игроков и громко произносит: «Руки!». Тот игрок, к кому обратился водящий, продолжает стоять, не меняя положения. А оба его соседа должны поднять одну руку: сосед справа – левую, сосед слева – правую, т. е. ту руку, которая находится ближе к игроку, стоящему между ними. Если кто-то из игроков ошибается, т. е. поднимает не ту руку или вообще забывает её поднять, то он меняется с ведущим ролями. Выигрывает тот ребёнок, который не разу не был ведущим.
Октябрь Осень. Сезонные изменения. Дары осени: овощи, фрукты, ягоды, грибы.	«У медведя во бору»	Развивать смелость, ловкость, быстроту действий Формировать навыки двигательной активности детей	Ребенок-медведь сидит на пеньке, дети стайкой продвигаются по территории участка мимо медведя; имитируя сбор ягод, проговаривают слова: У медведя во бору грибы, ягоды беру. А медведь не спит и на нас рычит....Медведь издает «рык» и догоняет детей; кого догонит — тот выходит из игры.
	«Сторож и зайцы»	Развивать быстроту и ловкость Выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании.	Три-четыре гимнастических мата образуют длинную дорожку. С одной стороны ее по всей длине натягивается веревочка (на высоте, зависящей от подготовленности воспитанников) - забор, за которым огород. Один из игроков - сторож - садится или ложится в огороде спиной к матам - сторож спит. Остальные игроки - зайцы - в это время проползают под веревочкой в огород. По сигналу сторож просыпается, вскакивает и ловит зайцев, которые убегают, выполняя длинный кувырок вперед через веревочку. Пойманные зайцы становятся сторожами. Как только сторожей будет больше, чем зайцев, выбирается новый сторож, и игра продолжается. В этой игре легко определить самого ловкого зайца - ни разу не попавшегося сторожу.
	«Картошка»	Развитие быстроты ловкости Учить перебрасывать мяч.	Игроки встают в круг и перебрасывают мяч друг-другу не ловя его. Когда какой-нибудь игрок роняет мяч - он садится в круг (становится "картошкой"). Из круга, подпрыгивая из положения сидя, игрок пытается поймать мяч. Если поймает, то снова становится к играющим, а тот игрок, который упустил мяч - становится картошкой. Игра продолжается до тех пор, пока не останется один игрок.
Ноябрь Дикие животные и их детеныши	«Стадо»	Развивать скорость и быстроту реакции. Выполнять движения в соответствии с текстом.	Играющие выбирают пастуха и волка, а остальные—овцы. Дом волка в лесу, а у овец два дома на противоположных концах площадки. Овцы громко зовут пастуха: Пастушок, пастушок, заиграй во рожок! Травка мягкая, роса сладкая, Гони стадо в поле, погулять на воле! Пастух выгоняет овец на луг, они ходят, бегают, прыгают, щиплют травку. По сигналу пастуха: «Волк!» - все овцы бегут в дом на противоположной стороне площадки. Пастух встает на пути волка, защищает овец. Все, кого поймал волк, выходят из игры.

	«Укротитель диких зверей».	Развитие быстроты и ловкости. Игра развивает способность участников моментально реагировать на ситуацию и быстро находить решение. В процессе игры развивается такое качество, как внимательность.	Поставьте в комнате стулья, на один меньше, чем детей. Все занимают стулья, а один из играющих становится укротителем диких зверей. Он медленно идет по кругу и называет подряд всех животных. Тот, чье животное названо (играющие предварительно выбирают их для себя), встает и начинает медленно идти вслед за своим укротителем. Как только укротитель произносит слова Внимание, охотники!, все играющие, включая укротителя, стараются занять пустые стулья. Тот, кому места не хватило, становится укротителем диких зверей
Ноябрь Домашние животные и птицы и их детеныши	«Бодливая корова»	Развитие ловкости и выносливости Выполнять движения в соответствии с текстом	Дети стоят в кругу, в середине стоит водящий и говорит слова: Я - корова, я - корова, я гуляю по лугу, Громко песенку пою, а кого сейчас бодну, тот тоже скажет «Му-у-у!» Корова ходит по кругу, покачивая головой, показывая «рога» выставив указательный палец и мизинец. Подходит к одному из детей и старается «боднуть» его. Ребёнок говорит «Му!», и встает за коровой. Игра повторяется. Дети идут бодать других детей, пока не соберут всех.
	«Васька кот»	Развитие ловкости и выносливости Выполнять движения в соответствии с текстом	Дети водят хоровод, в середине «спит» кот. Мыши водят хоровод, на лежанке дремлет кот. Тише, мыши, не шумите, кота Ваську не будите. Как проснётся Васька кот, разобьёт наш хоровод. Кот просыпается, ловит мышей. Мыши убегают в домики.
Декабрь Сезонные изменения. Птицы зимой.	«Зимующие и перелетные птицы»	Развитие быстроты, ловкости. Учить детей бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга;	В роли ведущего целесообразнее выступать педагогу – он объясняет правила и следит за ходом игры. Дети — «птицы». Дети врассыпную бегают по «поляне», имитируя движения птиц. Воспитатель произносит текст: Осень пришла, наступили холода. Журавль (ласточка, скворец, грач и т.д.) крылья расправляет, Дети «перелетают» за черту, произнося при этом: Улетает, улетает в теплые края. А если воспитатель называет зимующую птицу: Осень пришла, наступили холода. Ворона (воробей, голубь, синица и др.) крылья расправляет, Дети останавливаются, присаживаются на корточки на «поляне» и продолжают текст: Но никуда не улетает. ей зима не страшна.
	«Дятел»	Развитие быстроты, ловкости. Учить выслушивать слова до	Дети встают в пары и образуют круг. В середине круга стоит дятел. Дети ходят по кругу и говорят: Ходит дятел у житницы, ищет зернышко пшеницы.

		конца, бегать в парах.	Дятел говорит: А мне скучно одному, кого хочу, того возьму! Затем он начинает ловить пары
Декабрь Моя семья	Дедушка рожек»	Развитие быстроты, ловкости Учить ориентироваться в пространстве, бегать, не сталкиваясь друг с другом	Играющие делятся на две группы и занимают места на противоположных сторонах площадки. Дедушка-Рожок сидит в домике и из него же спрашивает: «Кто боится меня?» Дети отвечают: «Никто». Затем дразнят: «Дедушка-Рожок, съешь с горошком пирожок!» и начинают перебегать из одного дома в другой. Дедушка-Рожок ловит
	«Топ пирог»	топ Развитие быстроты, ловкости Уметь ориентироваться в пространстве, находить себе пару.	Дети говорят слова: -Топ, топ на конях, скрип, скрип на санях, едем к бабушке на оладушки» Образуем пары и становимся друг за другом. Кто стоит впереди отводит руки назад и подает их стоящему сзади, дети двигаются, высоко поднимают колени. Взявшись за руки поворачиваются лицом друг к другу, спокойно кружатся вправо и влево. При повторении меняются местами.
Январь Зимние забавы	«Метелица»	Развитие ловкости координации Учить ориентироваться в пространстве, двигаться в соответствии с текстом	Метелица, метелица, снег по полю стелется! Кто кружится, вертится- тот заметелится! На последнем слове песни все должны остановиться и стоять, не шевелясь. Кто упадет, или не сможет во время остановиться, тот из игры выходит. Остальные опять поют песню и кружатся. Остается в кругу самый выносливый. Он и выигрывает.
	«Мороз Красный нос»	Развитие быстроты и ловкости Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, выдержке. Упражнять в ходьбе и беге.	На противоположных сторонах площадки обозначают два дома, в одном из них располагаются играющие. Посередине площадки встает водящий - Мороз-Красный нос. Он говорит: Я Мороз-Красный нос. Кто из вас решится В путь-дороженьку пуститься? Играющие отвечают: Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз. После этого дети перебегают через площадку в другой дом. Мороз догоняет их и старается заморозить (коснуться рукой). Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг Мороз, и стоят до окончания перебежки. После нескольких перебежек выбирают другого водящего. Правила игры
Январь Животные Севера	«Северные олени»	Развитие быстроты и ловкости Вовремя реагировать на сигналы, учить не сталкиваться друг с другом	Считалкой выбирают два медведя, остальные олени. Они живут около кустов, а медведи напротив. Ударяем в бубен,  дети-олени поднимают руки-рога вверх передвигаются по площадке. При слове "Белый медведь"- олени убегают к своим домикам-юртам. Если медведь дотронулся до спины оленя, ребенок выходит, его поймали.

	«У оленя дом большой»	Развитие быстроты и ловкости Развить умение использовать мнематические приемы для запоминания текста.	У оленя дом большой (руки над головой накрест) Он глядит в свое окошко (руки перед лицом) Заяц по лесу бежит (изобразить зайца) В дверь к нему стучит - (имитировать стук). Стук , стук дверь открой (большим пальцем показать через плечо охотника). Там в лесу охотник злой Заяц, заяц забегай, лапу подавай (вытягивают руку вперед).
Февраль Посуда. Продукты питания.	«Продаем горшки»	Развитие быстроты и ловкости Вовремя реагировать на сигналы, учить не сталкиваться друг с другом.	группы. Дети-горшки, встав на колени или усевшись на траву, образуют круг. За каждым горшком стоит игрок — хозяин горшка, руки у него за спиной. Водящий стоит за кругом. Водящий подходит к одному из хозяев горшка и начинает разговор: — Эй, дружок продай горшок! — Покупай — Сколько дать тебе рублей? Играющие разделяются на две — Три отдай Водящий три раза (или столько, за сколько согласился продать горшок его хозяин, но не более трех рублей) касается рукой хозяина горшка, и они начинают бег по кругу навстречу друг другу (круг обегают три раза). Кто быстрее добежит до свободного места в кругу, тот занимает это место, а отставший становится водящим. Правила игры. Бегать разрешается только по кругу, не пересекая его. Бегущие не имеют права задевать других игроков. Водящий начинает бег в любом направлении. Если он начал бег влево, запятнанный должен бежать вправо.
Февраль Папин праздник. День Защитника Отечества	«Кто скорее до флажка»	Развитие быстроты и ловкости Учить детей действовать по сигналу, прыгать на двух ногах с продвижением вперед, подлезать под дугу удобным способом, бегать наперегонки. Развивать умение соревноваться, передавать эстафету.	Дети распределяются на три колонны поровну. На расстоянии 2м от исходной черты ставятся дуги или обручи, можно натянуть шнур, затем на расстоянии 3м. ставятся флажки на подставке. Дается задание: по сигналу воспитателя выполнить подлезание под дугу, затем прыжками на двух ногах допрыгать до флажка, обогнуть его и бегом вернуться в конец своей колонны.
	«Возьми булаву»	Развитие быстроты и ловкости Учить детей действовать по сигналу	На столик ставят 3-4 кегли или булавы, которые можно заменить городками или кубиками. Играющие стоят в ряд или сидят _ на стульях - в 8- 10 шагах от столика. Игроков должно быть на одного больше, чем предметов. Учитель показывает отвлекающие упражнения. Все игроки повторяют их. Неожиданно подается свисток. Играющие устремляются к столику, стараясь схватить булаву. Тот, кто не успеет этого сделать, выбывает из игры, и со стола

			убирают одну булаву. Игра продолжается до тех пор, пока два наиболее быстрых игрока не выявят победителя между собой
Март Мамин Праздник Профессии наших	«Ткачиха»	Развитие быстроты и ловкости Упражнять в ходьбе и беге	Две шеренги, плотно переплетаясь руками, стоят напротив друг к другу лицом. Посередине коридора будут бегать 2 «челнока» навстречу друг другу по правой стороне коридора каждый. По команде все начинают петь речитатив: Я весёлая ткачиха, ткать умею лихо, лихо. Ай, лю-ли, ай, лю-ли, ткать умею лихо, лихо! Шеренги ровными стенками сближаются и расходятся, ткут, в это время "челноки" должны проскочить. Если не успевают, то "заткали ниточку« (плохо ткут). Когда «челноки» пробежали, присоединяются к «деревне» встают в шеренгу
Март Весна. Весенние изменения.	Весна. Сезонные изменения «Вейся веночек»	Развитие ловкости Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, выдержке. Упражнять в ходьбе и беге.	Дети и воспитатель стоят около дерева, вокруг которого можно образовать круг и поводить хоровод. Воспитатель произносит: «Вы, ребята, листочки, из которых я буду плести веночки. Подул ветерок, разлетелись листочки» (дети выполняют бег по площадке). По сигналу воспитателя: «Вейся, веночек! Завивайся, веночек! Да не путайся!» (дети бегут к воспитателю). Воспитатель помогает образовать круг. Вместе с воспитателем дети водят хоровод вокруг дерева, произнося рифмованные строки: Выйдем, выйдем погулять, погулять в садочек, Будем листья собирать, сделаем веночек. Много листьев наберём, жёлтеньких и красных, И веночки мы сплётём из листочков разных.
	«Малечина-Калечина»	Развитие ловкости Вовремя реагировать на сигналы, учить не сталкиваться друг с другом.	Играющие выбирают водящего. Все берут в руки по палочке и произносят: Малечина-калечина, сколько часов Осталось до вечера, до летнего? После этих слов ставят палочку вертикально на ладонь или на кончик пальцев. Водящий считает: «Раз, два, три ... десять!» Когда палка падает, ее следует подхватить второй рукой, не допуская полного падения на землю. Счет ведется только до подхвата второй рукой, а не до падения на землю. Выигрывает тот, кто дольше продержит палочку
Апрель Город. Транспорти. День космонавтики	«Цветные автомобили»	Развитие быстроты и ловкости Приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить своё место.	Дети размещаются вдоль стены или по краю площадки. Они автомобили. Каждому дается руль разного цвета. Ведущий стоит лицом к играющим с сигналами такого же цвета как рули. Ведущий поднимает сигнал определенного цвета. Дети, у которых рули такого же цвета выбегают. Когда ведущий опускает сигнал, дети останавливаются и идут в свой гараж. Дети во время игры гуляют, подражая автомобилям, соблюдая ПДД. Затем ведущий поднимает флажок другого цвета, и игра возобновляется

	«Переправа»	«Развитие силы и выносливости» Учить детей работать в команде	Все участники игры делятся на 2 команды. По два участника каждой команды растягивают веревки от старта до финиша и держат их в течение всей игры. Остальные игроки должны переправиться от линии старта до линии финиша, стоя или сидя на скейтбордах, перебирая руками и подтягиваясь по веревке. Выигрывает та команда, которая первой пройдет дистанцию. Проигравшая команда получает «выкуп», т.е. специальные задания от выигравшей команды. Выполнив задания можно повторить игру сначала.
Апрель Животные жарких стран	«Король зверей»	Развитие ловкости Умение работать с мячом.	Все играющие – звери, один из них – король зверей. Каждый зверь должен сказать королю свое название, но так, чтобы другие не слышали (тигр, волк, заяц и др.). Звери выстраиваются в один ряд напротив короля, за несколько шагов до него. У ног короля лежит мяч. Король называет какого-нибудь зверя, тот должен бежать, а король старается попасть в него мячом. Если мяч попадает в зверя, тот идет к королю и помогает ему (приносит мяч и др.). После того как король назовет двух-трех зверей, он говорит: «Ловлю всех зверей!» Все бегут, а он старается мячом попасть в кого-нибудь.
	«Зов джунглей»	Развитие выносливости и силы Укрепить здоровье детей. Создать у детей радостное настроение.	1 .Гонки с преследованием. Дичь конечно убегает .Ее охотник догоняет. Кто кого тут победит .Быстрый будет впереди ! ( лазанье по лестнице) 2. Прыжки на одной ноге до стула и обратно) 3 конкурс. Освобождение из капкана. 4 .конкурс .Проберись через лианы. .( перелезть барьер) 5 конкурс. Нелегким будет спор за каждую игру. ( Встать на четвереньки и, толкая перед собой мяч головой, добраться до стула и вернуться обратно.) 6 конкурс. « Мой веселый, звонкий мяч» Мой веселый, звонкий мяч, Ты куда помчался вскачь? Красный, желтый, голубой, Не угнаться за тобой. ( Передача мяча через голову) 7 конкурс. «Мы с Тамарой ходим парой». ( Двое со связанными ногами добегают до стула и возвращаются обратно.) 8 конкурс. Наши руки - не для скуки! (1 участник берет за ноги другого, а тот идет на руках. Таким образом они добегают до стула и возвращаются обратно.) 9 конкурс . « КОЧКИ». Где-то там лежит болото,. Пачкать ноги неохота. С кочки – прыг, на кочку – скок. Догони меня, дружок! (Бег в мешках.) 10 конкурс « Игры малышей».

<p>Май День Победы.</p>	<p>«Богатырские потехи»</p>	<p>Развитие выносливости и силы Выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании</p>	<p>1.Перетягивание каната 2.Полоса препятствий 3.Кто дальше(метание)</p>
<p>Май Скоро лето. Насекомые. Цветы.</p>	<p>«Стрекоза»</p>	<p>Развитие координации Умение ориентироваться в пространстве</p>	<p>Дети собираются во дворе, в саду или в просторной комнате, становятся на корточки, руки в бока и наперерыв, перегоняя друг друга, стараются прыжками добраться до противоположного конца места, назначенного для игры. Кто из детей первый достигнет таким способом передвижения к назначенному месту, считается победителем, причем споткнувшегося по дороге наказывают тем, что исключают его из числа играющих.</p>
	<p>«Пчелы»</p>	<p>Развитие ловкости, выносливости. Выполнять движения по сигналу.</p>	<p>Выбирается участник – изображающий цветок. Остальные ребята делятся на 2 группы – сторожей и пчел. Сторожа, взявшись за руки ходят вокруг цветка и поют: Пчелки яровые Крылья золотые Что вы сидите? В поле не летите? Аль вас дождиком сечет, Аль вас солнышком печет? Летите за горы высокие, За леса зеленые. На кругленький лужок, На лазоревый цветок. Пчелы стараются забежать в круг, а сторожа, то поднимая, то опуская руки мешают им. Как только одной из пчел удастся проникнуть в круг и коснуться цветка, сторожа не сумевшие уберечь цветка разбегаются. Пчелы бегут за ними стараясь ужалить и пожужжать в уши.</p>