

Министерство социальной политики Нижегородской области
государственное бюджетное учреждение «Социально-реабилитационный центр
для несовершеннолетних «Ласточка» Шатковского
муниципального округа»

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
№ 117 от 27.12.2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**

«Карусель игр»

Возраст обучающихся: 5 – 15 лет

Срок реализации: 1 месяцев

Количество часов: 13 часов

Автор - составитель:

Федорова Татьяна Ивановна, воспитатель

с.п. Светлогорск
2024г.

Содержание

1. Раздел «Пояснительная записка»	3
2. Раздел «Учебно – тематический план»	10
3. Раздел «Рабочая программа»	13
4. Раздел «Методическое обеспечение программы»	17
5. Раздел «Список использованной литературы»	18
6. Раздел «Приложение»	19

1. Раздел «Пояснительная записка»

Данная дополнительная образовательная программа является общеразвивающей, имеет физкультурно-спортивную **направленность**.

Уровень программы – ознакомительный.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств.

Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом одни и те же движения, не замечая усталости. А это приводит к развитию выносливости.

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. Необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств — выдержки, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями.

Передовые представители педагогики (К.Д.Ушинский, Е.А.Покровский, Г.А.Виноградов и др.), учитывая важную роль подвижных игр в развитии физической активности ребенка, в приобретении им определенных навыков, уделяли много внимания сбору и изучению таких игр. Они разъясняли их значение для физической активности детей и пропагандировали практическое внедрение их в систему воспитания подрастающего поколения.

Одним из традиционных средств педагогики являются подвижные игры. По содержанию все подвижные игры просты, лаконичны и выразительны, полны юмора, соревновательного задора, часто сопровождаются любимыми детьми считалками и зазывалками.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Карусель игр» разработана на основании следующих основных нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года N 678-р;

- Приказ Министерства просвещения России от 27 июля 2022 года N 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобразования и науки России от 11.12.2006 г. №

06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

- Устав ГБУ «СРЦН «Ласточка» Шатковского муниципального округа»

Новизна дополнительной образовательной программы заключается в её содержании, соответствующем возрастным и индивидуальным особенностям учащихся.

Актуальность

Современные дети находятся в движении меньше времени, чем необходимо для их полноценного физического развития. Современные условия (комфорт в быту, транспорт, компьютер, гаджеты, социальные сети) способствуют уменьшению двигательной активности детей, и как следствие, у них возникает «двигательное голодание» - гиподинамия. Движения оказывают воздействие не только на физическое развитие, но и приносят радость, следовательно, оказывают самое положительное влияние на психическое развитие детей, на ориентацию в окружающем мире. Именно поэтому работа по развитию двигательной активности, созданию оптимальных условий для гармоничного развития каждого ребенка в настоящее время является своевременной и приоритетной.

Программа «Карусель игр» призвана помочь каждому ребенку в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт, минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии, овладеть навыками, направленными на сбережение своего здоровья, познакомиться с разнообразием подвижных игр.

Педагогическая целесообразность

Школьный возраст является основным звеном формирования личности ребенка, а потому очень важно в этот период заложить правильную основу развития и совершенствования всех его особенностей и черт характера.

Современные школьники катастрофически недополучают объема двигательных нагрузок, требующегося для их нормального роста и физического развития (исследования М.М. Безруких, С.П. Ефимова).

Поэтому необходимо постоянно стремиться к увеличению двигательной активности школьников. И организация подвижных игр в данном случае наиболее эффективный способ достижения результата.

Участвуя в подвижных народных играх и наслаждаясь движениями, дети приобретают привычку к здоровому образу жизни, развивают двигательную активность.

Программа построена на основных педагогических принципах:

- доступности (все подвижные игры относятся к разряду элементарных игр);
- систематичности и последовательности;
- дифференцированного подхода к учащимся;
- учета требований гигиены и охраны труда;
- учета индивидуальных особенностей учащихся.

Цель: создание оптимальных условий для повышения двигательной активности учащихся через вовлечение их в подвижные игры.

Задачи:

Обучающие:

Познакомить с разнообразием подвижных игр и научить играть в них.

Развивающие:

Расширить двигательный опыт и использовать его для организации своего свободного времени.

Воспитательные:

Приобщить к соблюдению норм игрового поведения – соблюдению правил игры, доброжелательному отношению к сверстникам, умению взаимодействовать с участниками игры.

Отличительная особенность программы

Программа способствует укреплению здоровья учащихся, формирует у них привычку к активному отдыху с использованием подвижных игр, что является одним из важных результатов внедрения программы.

Программа включает в себя игры, большинство из которых ранее были не знакомы учащимся. Но, чтобы не тормозить игровые действия, во всех подобранных играх используются знакомые учащимся движения, поэтому каждая игра дает большой двигательный и эмоциональный эффект.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Карусель игр» разработана специально для воспитанников (обучающихся) ГБУ «СРЦН «Ласточка» Шатковского муниципального округа».

Учебная группа может быть разновозрастной. В учебную группу принимаются все желающие при отсутствии ограничений по состоянию здоровья. При разработке программы учитывались психолого-педагогические особенности детей школьного возраста.

Возраст детей

Программа предназначена для детей 5 - 15 лет. В учебную группу зачисляются на основе их добровольного желания.

Срок реализации программы – 1 месяц и составляет 13 часов.

Количество учащихся в группе - не более 7 человек.

Занятия по программе осуществляются на русском языке.

Во время реализации программы используются следующие **педагогические технологии:**

1. Технология педагогической поддержки.

Эта технология целенаправленная система педагогических действий, обеспечивающих становление у ребенка мотивационной и операциональной сторон осознанного управления своим развитием.

2. Технология «создания ситуации успеха».

Эта технология предполагает поощрение даже небольшого успеха учащегося, его личных достижений при выполнении какого – либо задания, упражнения, работы.

3. Игровая технология.

Игра – это пространство «внутренней социализации» ребенка и средство усвоения социальных установок. В жизни детей игра выполняет важнейшие функции: социокультурную, развлекательную, коммуникативную, терапевтическую, диагностическую.

Для успешной реализации поставленных цели и задач используются следующие **принципы воспитания:**

1. Личностно-ориентированный. Учет возрастных особенностей учащихся и осуществления деятельности на основе индивидуального подхода.

2. Доступности (все подвижные игры относятся к разряду элементарных игр).

3. Эффективности социального взаимодействия - воспитание в коллективе, расширение сферы общения, формирование навыков социальной адаптации, самореализации.

Для реализации программы используются следующие **методы обучения** и методические приемы:

- Объяснительно-наглядные: беседа, показ;
- игровые: на развитие ловкости, быстроты, различных видов мышления, памяти, внимания и др.

Форма организации образовательного процесса – очная, групповая.

Форма проведения занятий – занятие-игра.

В программу включены подвижные игры, разнообразные по своему содержанию, тематике и организации, которые можно проводить в любое время года.

Занятия проводятся 3 раза в неделю в соответствии с расписанием учебных занятий, утвержденным в Учреждении. Продолжительность каждого занятия – 40 минут, что соответствует 1 академическому часу.

Структура занятия состоит из теоретической и практической частей.

Теоретическая часть включает в себя беседы и пояснения по ходу игры.

Практическая часть включает в себя разучивание зазывалок, считалок, разучивание и проведение игр.

Ожидаемый результат

В результате обучения по данной программе дети:

- Познакомятся с разнообразием подвижных игр и научатся играть в них.
- Освоят двигательные действия и используют его для организации своего свободного времени.
- Научатся контролировать ход игры и соблюдать правила игры;
- Освоят методы конструктивного общения.
- Научатся сотрудничать в игре.

Формы подведения итогов реализации программы

Формы аттестации

Усвоение учащимися программного материала отслеживается в ходе проведения текущего контроля (на каждом занятии), промежуточной аттестации.

Результаты текущего образовательного процесса отслеживаются путем наблюдения за учащимися на занятиях.

Результативность каждого занятия отслеживается по трем критериям с помощью метода педагогического наблюдения.

Оценка «зачет» ставится при положительных результатах.

Структура занятия

До проведения занятия проводятся организационные мероприятия, т.е. делается, при необходимости, разметка площадки, подготавливается инвентарь, проводится предварительный анализ предстоящей игры.

Занятия состоят из трех частей – организационной, основной и заключительной.

Первая часть – организационная.

1. Приветствие. Знакомство с темой занятия.
2. Комплекс общеразвивающих упражнений: с предметами, без предметов, в движении, на месте.

Вторая часть – основная.

1. Инструктаж по технике безопасности во время подвижной игры.
2. Сбор детей на игру и создание интереса к игре при помощи зазывалки.
3. Знакомство с игрой: названием, содержанием, правилами игры.
4. Распределение ролей.
5. Проведение игры под руководством педагога. Для закрепления изученная игра проводится не менее 2-3 раз.
6. Музыкальная подвижная игра.

Третья часть – заключительная.

Подведение итогов игры:

1. Ходьба.
2. Объявление результатов, релаксация, анализ игры.

Алгоритм проведения подвижных игр соответствует общепринятой методике.

Каждое занятие, состоит из теоретической и практической частей.

Теоретические сведения – это объяснение нового материала, информация познавательного характера, инструктирование учащихся о правилах безопасного поведения во время проведения подвижной игры, анализ проведенной игры в форме беседы.

Информация познавательного характера и анализ проведенной игры помогает установлению доверительных отношений между педагогом и учащимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания учащихся

Практическая часть включает выполнение комплексов общеразвивающих упражнений (всего 5 комплексов), проведение подвижных игр (22игры).

Методика организации и проведения игр

Комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ)

Проводится перед игрой. Предназначен для общей разминки, для комплексного развития двигательных качеств (силы, гибкости, выносливости, координации движений).

Сбор детей на игру и создание интереса к игре.

Для создания интереса к игре подается сигнал сбора, которым являются «зазывалки» (7 зазывалок, чередующихся через каждые 7 игр).

Место проведения подвижных игр - игровая площадка, комната для отдыха и игр № 114.

Объяснение правил, распределение на команды.

Правила игры излагаются кратко, поскольку дети стремятся как можно быстрее воспроизвести все изложенное в действиях. Для выделения главного, создания атмосферы радости и придания целенаправленности игровым действиям в объяснении применяются все средства выразительности - интонация голоса, мимики, жесты. Таким образом, объяснение игры - это и инструкция, и момент создания игровой ситуации.

Используется следующая последовательность объяснений: назвать игру и ее замысел, кратко изложить ее содержание, подчеркнуть правила, напомнить движения (если нужно), распределить роли, раздать при необходимости атрибуты, разместить играющих на площадке, начать игровые действия.

Ознакомление учащихся с новой игрой проводится четко, лаконично, образно, эмоционально в течение 1,5-2 мин.

Чтобы игра прошла весело и увлекательно, с помощью вопросов проверяется, как учащиеся поняли игру.

При объединении играющих в группы, команды, учитываются индивидуальные особенности детей. В команды подбираются дети равные по силам; для активизации неуверенные, застенчивые учащиеся объединяются со смелыми и активными.

Распределение ролей.

Роли определяют поведение детей в игре, поэтому при распределении ролей выбор на главную роль происходит таким образом, чтобы воспринимался детьми как поощрение, доверие.

При проведении игры в первый раз роль водящего выполняет педагог, в дальнейшем водящий выбирается из числа учащихся. Используется один из способов выбора водящего: назначает педагог, обязательно аргументируя свой выбор; с помощью считалки (предупреждают конфликты). Названные приемы используются в начале игры. Чаще всего используются считалки (7 считалок, чередующихся через каждые 7 игр). Для назначения, нового водящего основным критерием является качество выполнения движений и правил.

Выбор водящего способствует развитию у учащихся способности правильно оценивать свои силы и силы товарищей. Водящего сменяют часто, чтобы как можно большее количество учащихся побывало в этой роли.

Руководство игрой.

Руководство педагога подвижной игрой состоит в контроле над ходом игры.

Руководя игрой, педагог воспитывает нравственность ребенка; формирует у него правильную самооценку, взаимоотношения детей друг с другом, учит ребенка преодолевать трудности.

В ходе игры педагог обращает внимание на выполнение ребенком правил, тщательно анализирует причины их нарушения. Педагог следит за движениями, взаимоотношениями, нагрузкой, эмоциональным состоянием ребенка в игре.

Педагог обращает внимание на качество движений, следит за тем, чтобы они были легкими, красивыми, уверенными. Дети должны быстро ориентироваться в пространстве, проявлять выдержку, смелость, находчивость, творчески решать двигательные задачи.

Сигналы в играх подаются свистком или словесными командами.

Подведение итогов игры.

Заканчивается подвижная игра ходьбой, постепенно снижающей физическую нагрузку и приводящей пульс и дыхание учащихся в норму.

Подведение итогов игры - это объявление результатов, релаксация, анализ игры.

Подведение итогов игры проходит в оптимистичной форме.

Педагог отмечает тех, кто проявил ловкость, быстроту, соблюдал правила, анализирует, как удалось достичь успеха в игре. К обсуждению отношения к игре в форме беседы привлекаются все учащиеся. Это приучает их к анализу своих поступков, вызывает более сознательное отношение к выполнению правил игры.

Оценочные материалы

Результат освоения учащимися программного материала оценивается в баллах по следующей шкале:

- 1 балл – низкий уровень;
- 2 балла – средний уровень;
- 3 балла – высокий уровень.

Критерии оценивания	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
1. Соблюдает правила игры	Не соблюдает правила игры	Частично соблюдает правила игры	Контролирует ход игры и соблюдает правила игры
2. Проявляет интерес к игре, активно участвует	Не проявляет интерес к игре, в процессе игры ведет себя пассивно	Частично проявляет интерес к игре, может отвлечься	Проявляет интерес к игре, активно и увлеченно участвует в процессе игры
3. Умеет конструктивно общаться и сотрудничать в игре	Не умеет конструктивно общаться в процессе игры, провоцирует конфликтные ситуации	Умеет конструктивно общаться, не умеет сотрудничать с другими детьми	Умеет конструктивно общаться и сотрудничать в игре

Исходя из суммы баллов, набранных во время **диагностики**, выделяются следующие **уровни**:

- результат от 4-6 баллов – свидетельствует о низком уровне освоения программы;
- результат от 7-9 баллов – свидетельствует о среднем уровне освоения программы;
- результат от 10-12 баллов – свидетельствует о высоком уровне освоения программы.

2. Раздел «Учебно-тематический план»

Учебный план определяет общий объём учебной нагрузки по программе, определяет перечень тематических разделов программы и время на их усвоение, формы и временный объём промежуточной и итоговой аттестации.

№	Тема	Количество часов			
		Теория	Практика	Аттестация	Всего
1.	Вводное занятие. Подвижные игры «Людоед», «Сосед, подними руку».	0,2 ч	0,8 ч		1ч
2.	Подвижные игры «Стоп», «Слепой и поводырь».	0,2 ч	0,8 ч		1ч
3.	Подвижные игры «Отгадай», «Блуждающий мяч».	0,2 ч	0,8 ч		1ч
4.	Подвижные игры «Салки с заданием», «Хитрая лисица».	0,2 ч	0,8 ч		1ч
5.	Подвижные игры «Кегли, «Большой мяч».	0,2 ч	0,8 ч		1ч
6.	Подвижные игры «Спящий пират», «Земля».	0,2 ч	0,8 ч		1ч
7.	Промежуточная аттестация. Фестиваль народных подвижных игр.			1ч	1ч
8.	Подвижные игры «Веселая резиночка», «День и ночь».	0,2 ч	0,8 ч		1ч
9.	Подвижные игры «Шарик в ладони», «Пустое место».	0,2 ч	0,8 ч		1ч
10.	Подвижные игры «Петушиный бой», «Укротитель зверей».	0,2 ч	0,8 ч		1ч
11.	Подвижные игры «Капуста», «Сделай фигуру».	0,2 ч	0,8 ч		1ч
12.	Подвижные игры «Карлики и великаны», «Сова».	0,2 ч	0,8 ч		1ч
13.	Промежуточная аттестация. Фестиваль подвижных игр.			1ч	1ч
	Итого	2 ч	8 ч	2 ч	13 ч

Теория – 0,2 часа на каждом занятии;
Практика – 0,8 часа на каждом занятии.

Календарный учебный график

1 месяц				
1нед	2нед	3нед	4нед	5нед
1-3	4-6	7-9	10-12	13

3. Рабочая программа к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Карусель игр»

Тематика занятий	Формы занятий	Приемы и методы	Дидактический материал, комментарии	Тематическое оснащение	Формы подведения итогов
1. Вводное занятие. Подвижная игра «Людоед». Подвижная игра «Сосед, подними руку».	Занятие-игра	Объяснительно – наглядный, игровой	Карточки: комплекс ОРУ «На лугу»; зазывалка №1; считалка №1, карточка с описанием игры «Людоед», игры «Сосед, подними руку».	Стул, платок	Наблюдение, анализ и уточнение.
2. Подвижная игра «Стоп». Подвижная игра «Слепой и поводырь».	Занятие-игра	Объяснительно – наглядный, игровой	Карточки: комплекс ОРУ №2; зазывалка №2; считалка №2, карточка с описанием игры «Стоп», игры «Слепой и поводырь».	Малый мяч, платок, конусы	Наблюдение, анализ и уточнение.
3. Подвижная игра «Отгадай». Подвижная игра «Блуждающий мяч».	Занятие-игра	Объяснительно – наглядный, игровой	Карточки: комплекс ОРУ №3; зазывалка №3; считалка №3, карточка с описанием игры «Отгадай», игры «Блуждающий мяч».	Платок, мяч	Наблюдение, анализ и уточнение.
4. Подвижная игра «Салки с заданием». Подвижная игра «Хитрая лисица».	Занятие-игра	Объяснительно – наглядный, игровой	Карточки: комплекс ОРУ №4; зазывалка №4; считалка №4, карточка с описанием игры «Салки с заданием», игры	Малый мяч	Наблюдение, анализ и уточнение.

			«Хитрая лисица».		
5. Подвижная игра «Кегли». Подвижная игра «Большой мяч».	Занятие-игра	Объяснительно – наглядный, игровой	Карточки: комплекс ОРУ №5; зазывалка №5; считалка №5, карточка с описанием игры «Кегли», игры «Большой мяч».	Кегли, малый мяч, большой мяч.	Наблюдение, анализ и уточнение.
6. Подвижная игра «Спящий пират». Подвижная игра «Земля».	Занятие-игра	Объяснительно – наглядный, Игровой	Карточки: комплекс ОРУ №1; зазывалка №6; считалка №6, карточка с описанием игры «Спящий пират», игры «Земля».	Малый мяч, большой мяч	Наблюдение, анализ и уточнение.
7. Промежуточная аттестация. Фестиваль народных подвижных игр.	Итоговое занятие по разделу	Игровой	Карточки: комплекс ОРУ №2; зазывалка №7; считалка №7, карточки с описанием игр 1 - 6.		Наблюдение, анализ и уточнение, опрос.
8. Подвижная игра «Веселая резиночка». Подвижная игра «День и ночь».	Занятие-игра	Объяснительно – наглядный, игровой	Карточки: комплекс ОРУ №3; зазывалка №1; считалка №1, карточка с описанием игры «Веселая резиночка», игры «День и ночь».	Резинка длиной 2-3 метра	Наблюдение, анализ и уточнение.
9. Подвижная игра «Шарик в ладони». Подвижная игра «Пустое	Занятие-игра	Объяснительно – наглядный, игровой	Карточки: комплекс ОРУ №4; зазывалка №2; считалка №2, карточка с описанием игры	Шарик или камешек, мяч	Наблюдение, анализ и уточнение.

место».			«Шарик в ладони», игры «Пустое место».		
10. Подвижная игра «Петушиный бой». Подвижная игра «Укротитель зверей».	Занятие-игра	Объяснительно – наглядный, игровой	Карточки: комплекс ОРУ №5 ; зазывалка №3; считалка №3, карточка с описанием игры «Петушиный бой», игры «Укротитель зверей».	Малый мяч, стулья	Наблюдение, анализ и уточнение.
11. Подвижная игра «Капуста». Подвижная игра «Сделай фигуру».	Занятие-игра	Объяснительно – наглядный, игровой	Карточки: комплекс ОРУ №1; зазывалка №4; считалка №4, карточка с описанием игры «Капуста», игры «Сделай фигуру».	Одежда, бубен	Наблюдение, анализ и уточнение.
12. Подвижная игра «Карлики и великаны». Подвижная игра «Сова».	Занятие-игра	Объяснительно – наглядный, игровой	Карточки: комплекс ОРУ №2; зазывалка №5; считалка №5, карточка с описанием игры «Карлики и великаны», игры «Сова».	Малый мяч	Наблюдение, анализ и уточнение, опрос
13. Промежуточная аттестация. Фестиваль подвижных игр.	Итоговое занятие по разделу	Игровой	Карточки: комплекс ОРУ №3; зазывалка №6; считалка №6, карточки с описанием игр 7-12		Наблюдение, анализ и уточнение, опрос.

4. Раздел «Методическое обеспечение программы»

Материально-техническое обеспечение программы

- мячи резиновые – 10 шт.;
- шарики пластмассовые – 10 шт.;
- платочки – 2 шт.;
- стульчики – по количеству игроков ;
- кегли – 4 набора;
- резинка длиной 2 - 3метра -1 шт;
- мяч большой – 1 шт.;
- свисток -1 шт.
- бубен

Кадровое обеспечение

Педагоги отделения социальной реабилитации несовершеннолетних (стационарное отделение).

5. Раздел «Список использованной литературы»

1. Куприянова, Л. Л. Русский фольклор / Л. Л. Куприянова. – М. : Мнемозина, 2015. – URL: https://musschool-bor.nnov.muzkult.ru/media/2020/06/11/1254834962/100L_Kupriyanova_Russkij_fol_klor_2_klass.pdf
2. Литвинова, М. Ф. Русские народные подвижные игры / М. Ф. Литвинова. – М. : Просвещение, 2018. – URL: <https://azbyka.ru/deti/russkie-narodnye-podvizhnye-igry-m-litvinova>
3. Науменко, Г. М. Русские народные детские игры с напевами / Г. М. Науменко. – Москва, 2003. – URL: <https://naumenko-gm.ru/igry-s-napevami.html>
4. Бондаренко, М Считалки и чистоговорки / М. Бондаренко. – М. : Эксмо, 2007. – 93 с. – URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01003395915>
5. Программа «ИгРусичи», М.К. Приятелева, ст. преподаватель кафедры начального образования ГОУ ДПО НИРО, 2012 г. – URL: <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2014/03/28/programma-kruzhka-igrusichi>
6. Якуб, С.К. Вспомним забытые игры / С. К. Якуб. – М. : Детская литература, 2018. – URL: <http://www.barius.ru/biblioteka/book/1948>

Комплекс общеразвивающих упражнений (для первого занятия).

В колонне по одному в движении «Тик-так»:

- На четыре шага руки в стороны и вверх, на четыре шага - в стороны и вниз.
- Руки согнуты в локтях, ладонями вниз. Ходьба, высоко поднимая колени (касаться коленями ладоней).
- Руки за спиной. Ходьба, поворачивая туловище в сторону выставляемой вперед ноги.
- Ходьба выпадами, широко размахивая руками.
- Ходьба с хлопками в ладони: под правую ногу хлопок сзади внизу, под левую - впереди сверху.
- Прыжки на обеих ногах с продвижением вперед.

Комплекс ОРУ в движении «На лугу».

Ходьба с подниманием руки вверх и опусканием вниз, хлопки.

Только в лес мы все зашли,

Появились комары.

Руки вверх - хлопок над головой,

Руки вниз - хлопок другой.

Ходьба на внешней и внутренней стороне ступни с покачиванием влево, вправо.

Дальше по лесу шагаем

И медведя мы встречаем.

Руки за голову кладем

И вразвалочку идем.

Прыжки с ноги на ногу по «камешкам».

Снова дальше мы идем,

Перед нами водоем.

Прыгать мы уже умеем,

Прыгать будем мы смелее:

Раз-два, раз-два –

Позади уже вода.

Бег («ручеек») между разложенными на полу предметами («камешками»).

День и ночь бегу, бегу,

Отдохнуть бы - не могу!

Если мне остановиться,

Ручей может испариться.

Ходьба с подниманием рук.

Мы шагаем, мы шагаем,

Руки выше поднимаем,

Голову не опускаем,

Дышим ровно, глубоко.

Наклоны вперед, руками коснуться пола, выпрямиться, поднять руки вверх.

Вдруг мы видим: у куста

Выпал птенчик из гнезда.

Тихо птенчика берем

И назад в гнездо кладем (бег на носках).
Впереди из-за куста.
Смотрит хитрая лиса.
Мы лисицу обхитрим,
На носочках побежим (прыжки на двух ногах).
Зайчик быстро скачет в поле.
Очень весело на воле.
Подражаем мы зайчишке,
Непоседы-ребятишки (наклоны вперед в движении).
На полянку мы заходим,
Много ягод там находим.
Земляника так душиста,
Что не лень нам наклониться.

Комплекс общеразвивающих упражнений. ОРУ №1.

- Руки опущены вдоль туловища. 1-2 - руки вверх, подняться на носки; 3-4 - вернуться в исходное положение (6-8 раз).
- Руки на пояс. 1 - поворот туловища вправо, 2 - исходное положение, 3-4 - то же в другую сторону (6-8 раз).
- Руки на пояс. 1-2 - присесть, руки вперед 3-4 - выпрямиться, исходное положение (6-8 раз).
- Ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 - руки в стороны, 2 - наклон вперед - вниз, 3 - выпрямиться, руки в стороны, 4 - исходное положение (6-8 раз).
- Руки на пояс. Прыжки на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой. 20 подпрыгиваний (3-4 раза).

Комплекс общеразвивающих упражнений. ОРУ № 2 (с малым мячом).

- Мяч в левой руке. 1-2 - руки вверх, передать мяч в правую руку, 3-4 - опустить руки вниз в исходное положение (6-8 раз).
- Мяч в левой руке. 1 - руки в стороны, 2 - наклон вперед - вниз, переложить мяч в правую руку, 3 - выпрямиться, руки в стороны, 4 - вернуться в исходное положение (8 раз).
- Мяч в правой руке внизу. 1 - руки в стороны, 2 - присесть, мяч переложить в левую руку, 3 - встать, руки в стороны, 4 - вернуться в исходное положение (8-10 раз).
- Сидя на пятках, мяч в правой руке. 1-4 - наклон вправо, прокатить мяч от себя, 5-8 - вернуться в исходное положение. То же в другую сторону, влево (по 3 раза в каждую сторону).
- Ноги вместе, мяч на полу. Прыжки на двух ногах вокруг мяча вправо и влево в чередовании с ходьбой (3-4 раза).

Комплекс общеразвивающих упражнений. ОРУ № 3 (в движении по кругу)

- Руки к плечам, круговые движения локтями вперед, назад (по 16 раз).
- Руки на пояс, движение локтями вперед-назад (16 раз).
- Бег по кругу (50 м).
- Ходьба на пятках, на носках, на внешней и внутренней сторонах стопы по 20 м. Шаг короткий.

- Бег приставным шагом левым боком вперед, правым боком вперед (по 50 м).
- Прыжки вперед на двух ногах, руки на пояс (25 м).
- Бег 50 м, ходьба 50 м.

Комплекс развивающих упражнений. ОРУ №4.

- Построение в шеренгу. Потянулись, перевернулись с боку на бок, встали.
- Пробежались (1 мин.).
- Ноги на ширине плеч, руки внизу, шаг левой назад, руки вверх, прогнуться - вдох. Ногу приставить, руки вниз - выдох (16 раз).
- Ноги врозь, руки вверх. Глубокое круговое вращение влево, вправо (8 раз).
- Прыжки на месте с двух. Имитируем скакалку (20 раз).
- Бег на месте или по площадке (30 сек.).

Комплекс общеразвивающих упражнений. ОРУ №5.

- Руки вниз. 1 - руки в стороны, правую ногу назад на носок; 2 - основная стойка; 3-4 - то же левой ногой (4-6 раз).
 - Руки на пояс. 1 - присесть, хлопнуть в ладоши над головой; 2 - исходное положение (6 раз).
 - Ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. 1 - мах правой ногой вперед, хлопнуть в ладоши под коленом; 2 - исходное положение, 3-4 - то же под левой ногой (5-6 раз).
 - Ноги вместе, руки внизу, 1 - прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 - прыжком ноги вместе.
- Сделать 6 прыжков (3-4 раза).

Инструкция для учащихся по мерам безопасности во время занятий подвижными играми

1. Общие требования безопасности

Занятия проводятся только с исправным спортивным инвентарём.

К занятиям допускаются учащиеся:

- отнесённые по состоянию здоровья к основной и подготовительной физкультурным группам;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности при занятиях подвижными играми;
- имеющие удобную одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

Учащийся должен:

- иметь коротко стриженные ногти;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- внимательно слушать объяснение правил игры и запоминать их;
- соблюдать правила игры и не нарушать их;
- начинать игру по сигналу педагога;
- знать и выполнять настоящую инструкцию.

Водящие должны слегка касаться рукой убегающих, не хватать и не толкать их в спину, не ставить подножек.

Пойманные – осаленные игроки, которые обязаны выйти из игры согласно правилам, должны осторожно, не мешая другим, покинуть игровую площадку и сесть на скамейку. За несоблюдение мер безопасности учащийся может быть не допущен или отстранён от участия в учебном процессе.

II. Требования безопасности перед началом занятий.

Учащийся должен:

- надеть на себя удобную одежду и обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, серёжки и т.д.);
- убрать из карманов одежды режущие, колющие и другие посторонние предметы;
- под руководством педагога подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;
- убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии;
- по команде педагога встать в строй для общего построения.

III. Требования безопасности во время проведения занятий.

Игры с догонялками

Убегающие должны:

- смотреть в направлении своего движения;
- исключать резких стопорящих остановок;
- во избежание столкновения с другими играющими замедлить скорость своего бега и остановиться;
- помнить, что нельзя толкать в спину впереди бегущих, забегать на скамейки.

Игры с перебежками

Учащийся должен:

- пропустить вперёд бегущих быстрее него;
- не изменять резко направление своего движения;
- не выбегать за пределы игровой площадки;
- заблаговременно замедлять бег при пересечении линии «дома»;
- не останавливать себя, упираясь руками или ногой в стену.

Игры с мячом

Учащийся должен:

- не бросать мяч в голову играющим;
- соизмерять силу броска мячом в игроков в зависимости от расстояния до них;
- следить за перемещением игроков и мяча на площадке, не мешать овладеть мячом игроку, который находится ближе к нему;
- не вырывать мяч у игрока, первым овладевшим им;
- не падать и не ложиться на землю, когда хочет увернуться от мяча;
- ловить мяч захватом двумя руками снизу.

IV. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

Учащийся должен:

- при получении травмы или ухудшения самочувствия прекратить занятия и поставить в известность педагога;
- с помощью педагога оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости вызвать «скорую помощь».

V. Требования безопасности по окончании занятий.

Учащийся должен:

- под руководством педагога помочь убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- организованно покинуть место проведения занятия;
- вымыть с мылом руки.

Зазывалки

Зазывалка № 1

Дети, дети, все сюда,
Здесь весёлая игра
Раз, два, три, четыре, пять
Собираемся играть.

Зазывалка №2

Мы ребята озорные!
Мы ребята удалые!
Коль с нами пойдёшь -
Весело время проведёшь!

Зазывалка № 3

Раз, два, три, четыре, пять
Собираемся играть!
Будем, бегать и скакать,
Чтобы сильными нам стать!

Зазывалка № 4

Эй, ребята, поскорей
Собирай своих друзей!
Будем мы играть сейчас -
Посмотрите все на нас!

Зазывалка № 5

Кто не хочет скучать-
Все бегите к нам играть!
От души мы порезвимся,
Вместе все повеселимся!

Зазывалка № 6

Эй, девчонки и мальчишки,
Молчуны и шалунишки,
Подбегайте все скорей
Вместе будет веселей!

Зазывалка № 7

Эй, ребята, все внимание!
Есть весёлое задание:
Будем прыгать и скакать,
И друг друга развлекать!

Считалки

Считалка №1

Сидел король на лавочке,
Считал свои булабочки:
Раз — два — три,
Королевой будешь ты!

Считалка № 2

Шёл крокодил,
Трубку курил,
Трубка упала и написала:
Шишел-мышел,
Этот вышел.

Считалка № 3

Раз, два, раз, два,
Вот берёзка, вот трава,
Вот полянка, вот лужок
— Выходи-ка ты, дружок.

Считалка № 4

Раз, два, три, четыре, пять.
Мы решили поиграть,
Но не знаем, как нам быть,
Не хотел никто водить!
На тебя укажем мы:
Это верно будешь ты!

Считалка №5

Шла кукушка мимо сети,
А за нею малы дети,
Кукушата просят пить.
Выходи — тебе водить.

Считалка № 6

Завтра с неба прилетит
Синий-синий-синий кит,
Если веришь, стой и жди,
А не веришь — выходи!

Считалка № 7

На золотом крыльце сидели
Царь. царевич
Король, королевич,
Сапожник, портной,
Кто ты будешь такой?

Говори поскорей,
Не задерживай честный и добрых людей!

Описание игр

Музыкальные игры с движениями входят в каждое занятие, их 8 и они чередуются.

1. Игра «Людоед».

Задачи: соблюдать правила игры, развитие подвижности, учить реагировать на сигнал

Инвентарь: платок, стул

Содержание игры:

Выбирают водящего - «людоеда».

Людоеду завязывают глаза, и он садится на стул. Остальные игроки становятся в цепочку и, по очереди проходя перед людоедом, касаются его колена. Людоед пытается поймать за руку игрока. Тот, кого он поймал, становится людоедом.

Музыкальная игра «Если весело живется делай так».

2. Игра «Сосед, подними руку».

Задачи: развитие внимания, двигательных и коммуникативных способностей;

Инвентарь: стулья

Содержание игры:

Играющие стоят или сидят (в зависимости от уговора) в кругу.

По жребию выбирают водящего, который встает внутри круга. Он спокойно ходит по кругу, затем останавливается напротив одного из играющих и громко произносит: «Руки!». Тот игрок, к кому обратился водящий, продолжает сидеть (стоять), не меняя положения. А оба его соседа должны поднять вверх одну руку: сосед справа – левую, сосед слева – правую, т. е. ту руку, которая находится ближе к игроку, стоящему (сидящему) между ними. Если кто-то из ребят ошибся – поднял не ту руку или вообще забыл ее поднять, то он меняется с водящим ролями.

Игра продолжается установленное время.

Выигрывает тот ребенок, который ни разу не был водящим.

Игрок считается проигравшим, даже если он только пытался поднять не ту руку.

Водящий должен останавливаться точно напротив игрока, к которому он обращается. В противном случае его команда ребенком не выполняется.

Музыкальная игра «Мы с тобой пойдем...»

3. Игра «Стоп!».

Задачи: развивать ориентировку в пространстве и внимание.

Содержание игры:

Все играющие становятся в обозначенном педагогом месте, вдоль одной стороны площадки (зала). На противоположной стороне обозначается дом водящего. Водящий, выбранный по жребию (считалке), стоит спиной к детям и произносит: «Быстро шагай, смотри, не зевай! Стоп!»

На каждое слово водящего все шагают вперед.

Как только водящий произнесет: «Стоп!» – дети останавливаются, а водящий оглядывается и смотрит, кто из ребят не успел замереть на месте и шевельнулся.

Он называет этих детей, и они возвращаются на исходную линию.

Затем водящий снова поворачивается спиной к играющим и произносит: «Быстро шагай, смотри, не зевай! Стоп!» Все останавливаются на том месте, где их застал сигнал «стоп». Вернувшиеся на исходную линию дети двигаются оттуда.

Игра продолжается до тех пор, пока кто-нибудь из детей не подойдет близко к водящему и не встанет в его дом раньше, чем он скажет: «Стоп!»

Тот, кому это удастся, становится водящим.

Музыкальная игра «Часики».

4. Игра «Слепой и поводырь».

Задачи: развивать двигательные качества, координацию, ловкость.

Инвентарь: стулья (конусы).

Содержание игры:

Играющие делятся на пары. Одному из пары взрослый завязывает платком глаза, а его партнер — поводырь. Поводырь должен провести слепого через различные препятствия, которые заранее подготовлены из стульев и т. п. Цель поводыря — провести своего товарища, который не видит, по комнате так, чтобы он не споткнулся и не упал. После прохождения маршрута игроки меняются ролями.

Музыкальная игра «Помогатор».

5. Игра «Отгадай»

Задачи: развивать двигательные качества, координацию, ловкость.

Инвентарь: платок.

Содержание игры:

Водящему завязывают глаза и он начинает прыгать на одной ноге, а другую ногу держит вытянутой вперёд. Любой ребёнок может осторожно хлопнуть водящего по вытянутой ноге. Тот останавливается и пытается угадать, кто ударил его по ноге. Если водящий угадал, то проигравший игрок сменяет водящего. Если нет, то игра продолжается и водящий опять начинает прыгать на одной ноге.

Музыкальная игра «Как живёшь»

6. Игра «Блуждающий мяч».

Задачи: воспитание выдержки, организованности, внимательности.

Инвентарь: мяч

Содержание игры:

Все играющие, кроме водящего, встают в круг на расстоянии вытянутой руки. Они передают друг другу большой мяч. Водящий бегает вне круга, старается дотронуться до мяча рукой. Если ему это удалось, то он идет на место того игрока, в руках которого находился мяч, а играющий выходит за круг. Игра повторяется.

Правила игры: передавая мяч, играющие не должны сходить с места. Нельзя мяч передавать через одного, можно только рядом стоящему игроку. Водящему запрещается заходить в круг. Мяч можно передавать в любую сторону. Передача мяча начинается с того игрока, за которым стоит водящий перед началом игры. Играющий, уронивший мяч, становится водящим.

Музыкальная игра «У оленя дом большой»

7. Игра «Салки с заданием».

Задачи: учить детей бегать врассыпную с ускорением. Развивать ловкость и быстроту.

Содержание игры:

Водящий преследует остальных играющих и если коснется кого-то, тот начинает водить. Но новому водящему труднее: он должен бежать, держать рукой за ту часть тела, которой коснулся осаливший его, будь то рука, голова плечо, колено, локоть и т.д., так он должен догнать и осалить кого – либо.

Правила игры: держать рукой за ту часть тела, которой коснулся осаливший его.

Музыкальная игра «У жирафа пятна, пятна».

8. Игра «Хитрая лисица».

Задачи: воспитание выдержки, организованности, внимательности.

Содержание игры:

Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. В стороне, вне круга, обозначается дом лисы. По сигналу педагога дети закрывают глаза, а педагог обходит за спинами детей круг и незаметно дотрагивается до одного из играющих. Тот, до кого дотронется педагог, становится хитрой лисой. Воспитатель предлагает играющим открыть глаза и внимательно посмотреть друг на друга, пытаясь выяснить, кто из них хитрая лиса, не выдаст ли она себя чем-нибудь. Играющие хором 3 раза (с небольшими промежутками) спрашивают (сначала тихо, а потом все громче): «Хитрая лиса, где ты?» При этом все внимательно смотрят друг на друга. Как только вопрос: «Хитрая лиса, где ты?» —будет произнесен в третий раз, играющий, выбранный хитрой лисой, быстро выбегает в середину круга, поднимает руку вверх и говорит: «Я здесь!» Все играющие разбегаются, а лиса их ловит (дотрагивается рукой). Пойманного лиса отводит к себе в дом. После того как лиса поймает 2—3 детей, педагог произносит громко: «В круг!» Играющие образуют круг, игра возобновляется. Игра повторяется 5—6 раз.
Указания. Если лиса выдала себя чем-нибудь, воспитатель назначает другую лису. Выбирать лису может и кто-то из играющих. Если лиса долго не может никого поймать, можно выбрать другого водящего.

Музыкальная игра «Танец маленьких утят»

9. Игра «Кегли».

Задачи: развитие меткости, ловкости

Инвентарь: кегли, мяч

Содержание игры:

Дети расставляют кегли, а затем сбивают их, используя мячик.

10. «Большой мяч».

Задачи: развивать ловкость, внимание, координацию движений.

Инвентарь: большой мяч

Содержание игры:

Для игры нужен большой мяч. Играющие становятся в круг и берутся за руки. Водящий с мячом находится в середине круга. Он старается выкатить мяч из круга ногами, и тот, кто пропустил мяч между ног, становится водящим. Но он встает за кругом. Играющие поворачиваются спиной к центру. Теперь водящему нужно вкатить мяч в круг. Когда же мяч попадет в круг, играющие опять поворачиваются лицом друг к другу, а в середину встает тот, кто пропустил мяч. Игра повторяется. Играющие не берут в руки мяч, они перекатывают его ногами.

11. Спящий пират

Задачи: развивать силу, ловкость.

Инвентарь: мяч

Содержание игры:

Перед игрой игроки выбирают водящего — спящего пирата. Ему вручается мяч. Пират усаживается на корточки так, чтобы мяч оказался почти под ним, и закрывает глаза. Остальные — «воришки» — начинают шуметь, прыгать вокруг него. Каждый старается подойти поближе и выхватить мяч. «Пират» должен удержать мяч у себя и попытаться схватить «воришку» за руку. Если ему это удалось, неудачливый «воришка» покидает поле и становится зрителем. Если же «воришкам» удалось забрать мяч, то «пират» становится «воришкой», а удачливый «воришка» — «пиратом».

12. Промежуточная диагностика «Фестиваль игр».

13. Игра «Земля».

Задачи: приучать действовать быстро, развивать ловкость.

Инвентарь: небольшой мяч

Содержание игры:

Выбирают водящего. У него в руках небольшой мяч. Остальные располагаются по площадке (залу). Водящий подбрасывает мячик вверх и называет имя одного из игроков.

Ребенок должен постараться поймать мяч, чтобы он не успел упасть на землю. Если ему это удастся, то он в свою очередь подбрасывает мяч и называет имя следующего игрока.

Если очередной игрок не успевает поймать мяч и тот падает на землю, то игрок кричит: «Земля!» Остальные должны замереть на том месте, где оказались в этот момент. А крикнувший игрок должен с того места, где он поднял мяч, попасть в любого участника игры. Если ему это удалось, то тот игрок, в кого попали, становится водящим. Игра продолжается.

14. Игра «Веселая резиночка».

Задачи: развивать двигательные качества и координацию.

Инвентарь: резинка.

Содержание игры:

Для занятия необходима резинка длиной 2–3 м. Ее концы нужно соединить, сформировав кольцо. В таком виде резинку необходимо растянуть, зафиксировав на

расставленных ногах двух игроков, чтобы она обрела очертания прямоугольника. Пока два игрока держат резинку, третий совершает прыжки по определенной схеме.

Из сказанного понятно, что минимальное количество игроков — 3 человека. Могут играть и двое, но в этом случае для закрепления резинки на одной стороне потребуется какой-нибудь твердый и устойчивый предмет, способный выполнить функцию опоры. Например, пень, скамейка, ограда.

При желании можно даже играть самостоятельно одному, но в этом случае нужны две опоры, расстояние между которыми должно быть оптимальным для натягивания резинки.

Игра проходит поэтапно с усложнением, то есть с постепенным поднятием резинки от щиколоток к талии. Чем выше резинка, тем сложнее прыгать. И в любом случае игрок должен придерживаться схемы прыжков, то есть выполнять ногами определенные упражнения, создавать фигуры.

15. День и ночь

Задачи: развивать внимание и умение действовать по сигналу.

Содержание игры:

Один участник этой игры будет водящим. Он должен говорить: «День!» или «Ночь!»

Когда водящий говорит; «День!», то все участники должны прыгать, веселиться, играть.

Когда водящий скажет: «Ночь!», все участники должны замереть на месте. Если кто не успел — тот должен выйти из игры.

16. Игра «Шарик в ладони»

Задачи: развивать наблюдательность и быстроту движения.

Инвентарь: шарик или камушек.

Содержание игры:

Нужен шарик или камушек. Ход игры: игроки выстраиваются в шеренгу на расстоянии 30 — 40 см друг от друга. Вытянутые руки с раскрытыми ладонями держат за спиной. Один из игроков стоит за их спинами. У него в руке шарик или камешек. Идя вдоль шеренги, он делает вид, будто хочет опустить шарик в чью-нибудь ладонь. Игроки не должны оглядываться. Наконец он опускает шарик в чью-то руку. Игрок, получивший шарик, неожиданно вырывается из шеренги. Соседи справа и слева должны схватить его (или осалить) прежде, чем он двинется с места. Но при этом они не имеют права сходить с линии. Если им не удастся его схватить, он может вернуться на место, и игра продолжается. Если его схватят, он меняется местами с ведущим.

17. Игра «Пустое место».

Задачи: упражнять учащихся в быстром беге, развивать ловкость и координацию.

Содержание игры:

Перед началом игры игроки выстраиваются по кругу. По сигналу руководителя водящий бежит по кругу, дотрагиваясь до кого-нибудь из играющих, и после этого продолжает бежать около круга в ту или другую сторону. Игрок, которого он коснулся, бежит около круга в обратную сторону, стремясь быстрее водящего прибежать на свое место. Кто из них раньше займет пустое место, тот там и

становится, а оставшийся без места водит. Водящий имеет право коснуться рукой только того игрока, которого он вызывает на соревнование в беге. Когда играющие оббегают круг, никто не должен им мешать. Нельзя вызывать на соревнование в беге одних и тех же игроков.

Повторение правил игры. Проигрывание игры 2-3 раза.

18. Игра «Петушинный бой».

Задачи: развивать ловкость, координацию, силу. Воспитывать доброжелательные отношения между детьми.

Содержание игры:

Участники делятся на пары и встают друг от друга на расстоянии 3—5 шагов. Пары изображают дерущихся петухов: прыгая на одной ноге, они стараются толкнуть друг друга плечом. Тот, кто потерял равновесие и встал на землю двумя ногами, выходит из игры. Дети перед началом игры договариваются, как они будут держать руки: на поясе, за спиной, скрестно перед грудью или руками держать колени согнутой ноги.

19. Игра «Укротитель зверей».

Задачи: развивать у детей умение не наталкиваться друг на друга; развивать ловкость и быстроту.

Инвентарь: стулья

Содержание игры:

Для этой игры понадобятся стулья, количество которых должно быть на один меньше, чем игроков.

Участники игры занимают стулья, стоящие по кругу, а один из них становится «укротителем зверей». Каждый игрок выбирает, каким животным он будет. «Укротитель» медленно идет по кругу и называет подряд всех животных. Тот, чье животное названо, встает и медленно идет за «укротителем». Как только «укротитель» произносит «Внимание, охотники!», все игроки, включая «укротителя», стараются занять пустые стулья.

Игрок, которому не хватило стула, становится новым «укротителем».

20. Игра «Капуста».

Задачи: учить соблюдать правила игры. Развивать быстроту движений.

Инвентарь: одежда.

Содержание игры:

Педагог обозначает место – «огород». В «огород» играющие складывают шапки, варежки, шарфы, платки и прочее, обозначающее одежду капусты. Все участники игры стоят за кругом, а один из ребят выбирается «Хозяином» огорода. Он садится рядом с «капустой». «Хозяин», изображая движениями воображаемую работу, поет:

Я на камушке сажу,
Мелки колышки держу.
Мелки колышки держу,
Огород свой горожу.
Чтоб капусту не украли,
В огород не прибежали
Волк и лисица, бобер и куница,
Заяц усатый, медведь косолапый.

Дети стараются быстро забежать в огород, схватить капусту и убежать. Кого «Хозяин» поймает, тот выбывает из игры. Игрок, который больше всех унесет «капусты», объявляется победителем.

21. Игра «Сделай фигуру».

Задачи: развивать быстроту, ловкость и умение действовать по сигналу.

Инвентарь: бубен

Содержание игры:

По сигналу воспитателя все дети разбегаются по залу (площадке). На следующий сигнал (удар в бубен) все играющие останавливаются на месте, где их застала команда, и принимают какую-либо позу. Воспитатель отмечает тех, чьи фигуры ему понравились (оказались наиболее удачными). Игра повторяется 2—3 раза (можно назначить, выбрать водящего, который будет определять, чья фигура лучше).

22. Игра «Карлики и великаны».

Задачи: развивать быстроту реакции, пространственную ориентировку и внимание.

Содержание игры:

По команде педагога «Великаны» игроки должны выпрямиться, подняться на носки как можно выше, по команде «Карлики» - присесть как можно ниже.

Варианты заданий для «великанов»: а) на носки, руки вверх; б) подпрыгнуть как можно выше; в) руки за голову, на пятки. Варианты заданий для «карликов»: а) присесть, руки на пол; б) сесть на пол, руки за спину; в) упор присев.

Правила: выигрывает игрок, не допустивший ошибок при выполнении команд.

23. Игра «Сова».

Задачи: развивать быстроту движений, умение менять направление во время бега и упражнять в ловле.

Инвентарь:

Содержание игры:

На площадке (зале) отмечается место, где будет находиться дупло «совы». С помощью считалки дети выбирают «сову», остальные становятся «птичками». «Птички» свободно прыгают и бегают по площадке, размахивая руками, как крыльями. «Сова» в это время сидит в дупле. Когда ведущий произнесет слово «ночь», «сова» вылетает из дупла бегают по площадке и внимательно следит за «птичками». «Птички» по сигналу «ночь» должны остаться на месте и не шевелиться. Если какая-то из «птичек» пошевелится, «сова» уводит ее в свое дупло, после чего снова выбегает на площадку. Когда ведущий скажет: «день», «сова» прячется в дупло, а «птички», кроме пойманных «совой», начинают летать. Игра продолжается до тех пор, пока «сова» не уведет к себе трех «птичек». После этого выбирается новая «сова» и игра возобновляется.

24. Промежуточная аттестация. «Фестиваль игр».