

Муниципальное учреждение дополнительного образования
Центр детского творчества «Шанс» ЯМР

Согласовано:

Педагогический совет

От «19» мск 2020 г.

Протокол № 2

Утверждаю:

Директор МУДО ЦДТ «Шанс» ЯМР

Н.М. Шереметьева О.Е. /ФИО/

Н.М. Шереметьева 2020 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Физкультурно-спортивной направленности
«Спортивные игры»**

Возраст обучающихся: 5 - 7 лет

Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:

Рамазанова Нина Михайловна,
педагог дополнительного образования

п. Щедрино
2020 год

1. Пояснительная записка

Актуальность программы обусловлена интересом детей к игровой деятельности. Игра — это сознательная деятельность, направленная на достижение условно поставленной цели посредством активных действий: бега, прыжков, метания различных предметов, преодоления сопротивления соперника и др. Игровая деятельность очень многообразна: детские игры с игрушками, настольные игры, хороводные игры, игры подвижные, игры спортивные. Подвижные игры — игры, связанные с движением, быстрым перемещением игроков. В процессе игры происходит формирование эмоционального мира человека, поэтому она представляет собой большую ценность в учебной и воспитательной деятельности с детьми и молодёжью, что является весьма актуальным на сегодняшний день. Среди проблем, связанных с воспитанием личностно и физически здорового ребенка, занятие подвижными играми позволяет педагогам решать социально-значимые задачи, важными из которых являются: воспитание коллективизма и коммуникативности, самоутверждение, самореализация, саморазвитие, чувство долга, ответственность.

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

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что у детей при ее освоении повышается мотивация к занятиям физической культурой и спортом, развиваются физические качества, формируются личностные и волевые качества.

Программа направлена на:

- создание условий для укрепления здоровья и разностороннего развития детей.
- обогащение двигательного опыта детей посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми упражнениями повышенной сложности.
- достижение более высокого уровня функциональных возможностей всех систем организма, повышение его адаптивных свойств.
- формирование у детей устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, воспитание нравственных и волевых качеств.

Программа **физкультурно-спортивной** направленности, предназначена для детей 5 – 7 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу, всего 72 часа. Продолжительность занятия 30 минут.

Срок реализации программы 1 год.

Цель программы

Укрепление здоровья, физическое и личностное развитие обучающихся, формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом посредством подвижных игр.

Задачи программы:

образовательные

- познакомить с историей развития физической культуры, ее значение для укрепления здоровья человека;

- осваивать теоретические знания по физической культуре, гигиене физического воспитания, здоровому образу жизни, технике безопасности;
- познакомить с основными правилами (техникой) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

развивающие

- развивать физические и личностные качества, двигательные умения и навыки;
- формировать умение организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- формировать гигиенические навыки, навыки здорового образа жизни, а также навыки соревновательной деятельности;

воспитательные

- воспитывать взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, коммуникативность, самостоятельность и умение планировать свою деятельность;
- воспитывать дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- воспитывать бережное обращение с инвентарём и оборудованием;
- воспитывать положительные качества личности, умение управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях, оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам.

Ожидаемые результаты

К концу обучения дети должны

знать

- историю развития физической культуры, ее значение для укрепления здоровья человека;
- основные теоретические знания по физической культуре, гигиене физического воспитания, здоровому образу жизни, технике безопасности;
- основные правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

уметь

- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью;
- управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях, оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием.

Формы подведения итогов

Спортивные соревнования совместно с родителями «Папа, мама, я - спортивная семья», «Прыгай с нами, прыгай как мы, прыгай лучше нас», «Весёлые старты», «Дни Здоровья», спортивные викторины, фотовыставки «Спортгазета года», открытые занятия и спортивные мероприятия.

2. Учебно-тематический план

№	тема	Всего часов	Теория	Практика
1	ТБ при проведении подвижных игр	1	1	-
2	Игровое упр. "Быстро встань в колонну", подвижная игра "Ловишки", игровое упр. «Козочка», подв. игра «Плетень», игра малой подвижности «Найди и промолчи», «В огород пойдём, урожай соберём»	1	-	1
3	Игр.упр. "Быстро встань в колонну", подвижная игра «Плетень», "Жмурки", игра малой подвижности "Тихо-громко"	1	-	1
4	Беседа «Возникновение подвижных игр»	1	1	-
5	Игровое упражнение "Передал - садись", подвижная игра «Жмурки», "Удочка", игра малой подвижности "Затейники"	1	-	1
6	Подвижная игра "Удочка", «Волк во рву», игра малой подвижности "Эхо", эстафеты с мятом и ракеткой, игра «Козочка»	1	-	1
7	Подвижные игры «Волк во рву», "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне", игры с элементами футбола, игра малой подвижности «Кто ушёл?»	1	-	1
8	Подвижные игры «Перелёт птиц», игровое упр. «Кто ушёл?» подвижная игра "Мяч по кругу», игра малой подвижности "Эхо"	1	-	1
9	Подвижная игра "Жмурки", «Хитрая лиса, где ты?» игра малой подвижности "Летает, не летает", игры с элементами футбола, игра малой подвижности «Тише едешь, дальше будешь»	1	-	1
10	Подвижная игра "Не попадись", ходьба, "Бабочка", народная игра «Прятки», игровое упр. "Лягушка"	1	-	1
11	Народная игра «Прятки», Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры", эстафеты с кеглями, игра на расслабление «Воздушный шарик»	1	-	1
12	Подвижная игра "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", игра малой подвижности "Угадай, чей голосок", подвижная игра «Хитрая лиса, где ты?» Перестроение в 2-3 колонны	1	-	1
13	Подвижные игры "Ноги от земли", «Медведь и пчёлы», «Мяч водящему», народная игра «Гори, гори ясно!» игра малой подвижности «Найди и промолчи», "Кто ушел?"	1	-	1

14	Подвижная игра «У медведя во бору», игры с элементами баскетбола, игра средней интенсивности "Ключи", игра "Кто ушел?"	1	-	1
15	Подвижная игра «У медведя во бору», эстафеты, "Кого назвали, тот ловит", игра средней подвижности "Воротца", игровое упражнение «Снегири», «Мыли, мыли ручки»	1	-	1
16	Подвижные игры «Кого назвали, тот и ловит», «Мяч по кругу», "Воробьи и кошка". Игры малой подвижности «Ручеёк», «Снегири»	1	-	1
17	Подвижная игра «Воробьи и кошка», «Мышеловка», "Ловля обезьян", игра малой подвижности "Мяч водящему", «Мыли, мыли ручки»	1	-	1
18	Подвижная игра "Перелет птиц", народная игра «Колечко», эстафеты с мячами, игра малой подвижности "Поймай мяч", «Стоп!»	1	-	1
19	ТБ при проведении подвижных игр	1	1	-
20	Народная игра «Ручеёк», подвижная игра "Будь ловким", игра средней интенсивности "Фигуры", упражнение «Снежок»	1	-	1
21	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде»	1	1	-
22	Подвижные игры "Хитрая лиса", «Волк и овцы», эстафеты с обручами, упражнения с обручами	1	-	1
23	Подвижные игры «Волк и овцы», "Удочка", "Летает, не летает", упражнение «Снежная баба», пальчиковые игры	1	-	1
24	Подвижные игры "Кого назвали, тот и ловит", народная игра «Красное знамя, ударное звено», свободные игры с малыми мячами, игра малой подвижности "Летает, не летает", «Кто позвал?»	1	-	1
25	Подвижные игры «Карасики и щука» "Ловишки с ленточками", эстафеты со скакалками	1	-	1
26	Подвижная игра "Бери ленту", народная игра «Третий лишний», игра малой подвижности "Эхо", «Кто ушёл?»	1	-	1
27	Подвижные игры "Воробьи и кошка", «Не оставайся без места», игры с элементами футбола, игры малой подвижности «Ключи», «Кто позвал?»	1	-	1
28	Подвижная игра "Мяч по кругу", «Удочка», «Ловишки с мячом», народная игра «Рукавичка», игровое упражнение «Где постучали», игра на расслабление «Мороженое»	1	-	1
29	Подвижные игры «Ловишки с мячом», "Мяч в	1	-	1

	воздухе", «Два Мороза», эстафеты, игра малой подвижности "Кто ушел?" упражнение на дыхание «Пёрышко»			
30	Подвижные игры «Не пропусти мяч», "Попади в цель", «Ключи», игра малой подвижности "Воротца"	1	-	1
31	Подвижные игры «Не промахнись», «Два Мороза», "Метелица", народная игра «Колечко, выйди на крылечко», игра малой подвижности "Угадай, чей голосок"	1	-	1
32	Подвижные игры "Мяч в воздухе", эстафеты с предметами, игра малой подвижности "Затейники", «Съедобное, не съедобное»	1	-	1
33	ТБ. Подвижные игры со скакалкой.	1	1	-
34	Подвижные игры с обручем, эстафеты с обручем, игры на расслабление «Настроение»	1	-	1
35	Подвижные игры с элементами футбола. Игра малой подвижности «Найди мяч»	1	-	1
36	Беседа: «Что мы знаем об играх?» Упражнение на расслабление «Лампочка»	1	1	-
37	Веселые старты.	2	-	2
38	Подвижные игры «Ловишки», народная игра «Ключи», эстафеты "Кто самый быстрый? "Игровые упражнения «Мы во двор пошли гулять»	1	-	1
39	Эстафеты "Кто быстрее проскользит?", «В горку», «Прокати на санках», игра «Снежок», «Снежная баба»	1	-	1
40	Подвижные игры "Кто самый быстрый?", «Перетяни палку», «Прополки по скамейке», игры малой подвижности «Быстрее шагай, смотри не зевай»	1	-	1
41	Игровые упражнения «Снежок», «Снегири», подвижные игры «У медведя во бору», «Волк и овцы», народная игра «Рукавичка», « Гори, гори ясно!»	1	-	1
42	Игровые упражнения « На окне в горшочке», «Мы во двор пошли гулять», подвижные игры «Попади в цель», «Пожарные на учении», игры с элементами баскетбола	1	-	1
43	Народная игра «Прятки», подвижные игры «Хитрая лиса», «Собери снежки», игровое упражнение «Лыжники»	1	-	1
44	Подвижная игра «Мышеловка», "Паук и мухи", эстафеты, игра малой подвижности "Река и ров"	1	-	1
45	Подвижные игры "Ловишки с мячом", «Удочка», «Кто дольше отобьёт мяч», «Мяч от пола», игры	1	-	1

	малой подвижности «Ручеёк», «Кто позвал?»			
46	Подвижные игры "Жмурки", «Мышеловка», «Ниточка и иголочка», игровые упражнения с кеглями и мячами, «Серсо»	1	-	1
47	Подвижная игра "Паук и мухи", эстафеты с предметами, игра малой подвижности "Летает, не летает", «Ниточка и иголочка»	1	-	1
48	Подвижная игра "Скворечники", игры с элементами волейбола, игра малой подвижности "Передал, садись"	1	-	1
49	Подвижная игра "Жмурки", спортивная игра «Футбол», игры малой подвижности «Где постучали?»	1	-	1
50	Спортивная игра "Футбол", построение и перестроение в колонну, круг, бег змейкой	1	-	1
51	Подвижная игра «Мы – физкультурники», эстафеты с бегом и прыжками, игра «Угадай, чей голосок»	1	-	1
52	ТБ. Игра малой подвижности "Воротца".	1	1	-
53	Подвижная игра "Мышеловки", эстафеты с элементами футбола, с ползанием, игры и упражнения со скакалками	1	-	1
54	Народная игра «Резиночки», подвижная игра "Мышеловка", игра малой подвижности "Затейники"	1	-	1
55	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка», «Пятнашки», игры малой подвижности «Стоп», «Пролезь в обруч»	1	-	1
56	Подвижная игра "Море волнуется", эстафета с мячом "Передача мяча в шеренге", имитационная ходьба	1	-	1
57	Подвижная игра "Карусель", эстафета с мячом, игровые упражнения «Сидели два медведя на тоненьком суку»	1	-	1
58	Подвижная игра «Охотник и зайцы», народные игры «Перетягивание каната», «Кто сильнее», «Рукавичка», игра малой подвижности «Эхо»	1	-	1
59	Подвижные игры "Мяч водящему", игры с элементами баскетбола, игра малой подвижности "Летает, не летает", игровое упражнение «Варим борщ»	1	-	1
60	Подвижные игры "Фигуры", «Волк и овцы», «Автомобилисты», «Не оставайся без места», игры малой подвижности «Найди и промолчи»	1	-	1
61	Подвижная игра "Быстрее по местам!" Эстафеты с элементами баскетбола. Игровые упражнения «Мы капусту режем, режем»	1	-	1

62	Подвижные игры "Волк во рву", «Карасики и щука», «Белки на дереве» народная игра «Третий лишний», игра малой подвижности «Ладоски», «Найди и промолчи»	1	-	1
63	Подвижные игры «Карасики и щука», «Белки на дереве», "Жмурки", игра малой подвижности "Найди предмет"	1	-	1
64	Подвижная игра "Удочка", спортивная игра «Футбол», игра малой подвижности "Мяч водящему"	1	-	1
65	Подвижная игра "Пустое место", «Городки», «Серсо», игра "Летает, не летает", «Козочка», "Медведь и пчелы", эстафеты без предметов, игра "Мяч в воздухе"	1	-	1
66	Беговые игры. «Белые медведи», «Горелки», «Выручай-ка», игры малой подвижности «Море волнуется раз!»	1	-	1
67	Подвижные игры. «Автомобилисты», «1,2,3- к своему сигналу беги!» «Жучок»	1	-	1
68	Беговые игры «Мы весёлые ребята, любим бегать и скакать», «Ловишки-перебежки»	1	-	1
69	Эстафеты со всеми ОВД. Игры на внимание «Колпак мой треугольный»	1	-	1
70	Спортивный праздник	2	-	2
Итого		72	7	65

3. Содержание

Содержание программы включает:

теоретический раздел (информационный компонент): получение знаний о физической культуре и спорте в России, значении подвижных игр в физическом и личностном развитии детей, влиянии физических упражнений на организм, о гигиенических требованиях к занимающимся физической культурой, профилактике травматизма и др.

практический раздел включает начальные умения и навыки, общую физическую подготовку на основании использования подвижных игр, способы самостоятельной деятельности обучающихся, контрольные упражнения, участие в соревновательно - игровой деятельности.

Раздел 1. Техника безопасности

«Правила безопасности соблюдает каждый юный спортсмен» «Будь всегда внимательным», «Правила игры с физкультурным оборудованием», «Правила игр на улице», ТБ при проведении подвижных игр, личная гигиена.

Раздел 2. Беседы

Беседа «Возникновение подвижных игр». Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Беседа: «Что мы знаем об играх?»

Раздел 3. Игры

малой подвижности,
подвижные игры,
народные игры,
логоритмические игры,
спортивные игры,
подвижные игры с элементами спортивных игр,
игры на дыхание,
релаксационные игры,
соревновательные игры.

Игровое упражнение «Быстро встань в колонну», подвижная игра «Ловишки», «Быстро встань в колонну», подвижная игра «Жмурки», игра малой подвижности «Тихо-громко», игровое упражнение «Передал – садись», подвижная игра «Удочка», игра малой подвижности «Затейники», «Удочка», игра малой подвижности «Эхо», «Перелет птиц», игровое упражнение «Передача мяча колонне», «Успей добежать», игра малой подвижности «Эхо», «Жмурки», игра малой подвижности «Летает, не летает», «Не попадись», «Бабочка», «Лягушка», «Догони свою пару», игра «Фигуры» «Ноги от земли», игра малой подвижности «Кто ушел?», подвижная игра средней интенсивности «Ключи», игра «Кто ушел?», «Кого называли, тот ловит», игра средней подвижности «Воротца», «Воробы и кошка», «Ловля обезьян», «Перелет птиц», игра малой подвижности «Поймай мяч» «Ноги от земли» или «Не оставайся на полу», игра малой подвижности «Угадай, чей голосок», «Будь ловким», игра средней интенсивности «Фигуры», «Хитрая лиса», «Удочка», «Летает, не летает», «Кого называли, тот и ловит», эстафета

«Передача мяча в колонне», «Бери ленту», игра малой подвижности «Эхо», «Воробьи и кошка», «Мяч в воздухе», игра малой подвижности «Кто ушел?», «Медведи и пчелы», «Воротца», «Медведи и пчелы», «Угадай, чей голосок», «Мяч в воздухе», «Затейники», «Кто самый быстрый?», «Паук и мухи», игра малой подвижности «Река и ров», «Ловишки с мячом», «Жмурки», «Паук и мухи», игра малой подвижности «Летает, не летает», «Скворечники», «Передал, садись», «Жмурки», «Угадай, чей голосок», «Мышеловки», игра малой подвижности «Затейники», «Море волнуется», эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге», «Карусель», эстафета с мячом, «Охотник и зайцы», игра малой подвижности «Эхо» «Мяч водящему», игра малой подвижности «Летает, не летает», «Фигуры», «Быстрее по местам!», «Волк на рву», «Жмурки», «Найди предмет», «Удочка», «Мяч водящему», «Пустое место», игра «Летает, не летает», «Медведь и пчелы».

4. Обеспечение

4.1. Методическое обеспечение

При реализации программы используются различные методы обучения: словесные – рассказ, объяснение нового материала;

- наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические – апробирование новых игр, эстафеты, соревнования, конкурсы. Организация работы групповая.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе. В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у детей положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр. Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности обучающихся.

Методическое обеспечение программы заключается в планировании учебных занятий; применении приемов, форм и методов подготовки детей через подвижные игры.

4.2. Материально-техническое обеспечение

Техническое оснащение занятий соответствует подбору и проведению подвижных игр. Для реализации программы необходим инвентарь: мячи резиновые и тряпичные; фишки, стойки, обручи, спортивная форма, разметка в поле и др.

Дидактический материал соответствует тематике занятий, подбирается педагогом индивидуально в соответствии с целями и задачами занятия: карточки со схемами и описанием упражнений и подвижных игр.

Методическое обеспечение также включает врачебный контроль и самоконтроль за здоровьем обучающихся.

5. Формы аттестации и оценочные материалы

В течение учебного года педагогом проводится аттестация обучающихся: начало года – середина года – конец учебного года.

Показатели фиксируются в таблице (Приложение 1).

6. Список информационных источников

1. Велитченко В.К. «Физкультура для ослабленных детей»- 2-е изд., перераб. И доп.-М.: Физкультура и спорт, 1989г
2. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
3. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
4. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия по физкультуре» Волгоград. Учитель, 2004 г
5. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
6. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А. «Новгородские традиционные игры» Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 1999 г
7. Ларчик с играми, М. Детская литература, С. Глязер,1975 г
8. Русские народные игры, М., 1988 г. Л.В. Былеева
9. Ковалько В. И. «Здоровье - сберегающие технологии», Москва «Вако», 2008 г.
10. Осокина Т. И. «Детские подвижные игры народов», Москва «Просвещение»,2005 г.
11. Шевченко И. В. «Вместе весело играть», Ростов-на-Дону «Феникс», 2006 г.

№	ФИ ребенка	Теоретические знания по физической культуре, гигиене физического воспитания, ЗОЖ, технике безопасности	Техника выполнения двигательных действий	Организация и проведение игр с разной целевой направленностью	ОФП

Критерии оценки:

- Н (низкий уровень)
- С (средний уровень)
- В (высокий уровень)

Календарно-учебный график

№	тема	часы	дата
1	ТБ при проведении подвижных игр	1	сентябрь
2	Игровое упр. "Быстро встань в колонну", подвижная игра "Ловишки", игровое упр. «Козочка», подв. игра «Плетень», игра малой подвижности «Найди и промолчи», «В огород пойдём, урожай соберём»	1	сентябрь
3	Игр.упр. "Быстро встань в колонну", подвижная игра «Плетень», "Жмурки", игра малой подвижности "Тихо-громко"	1	сентябрь
4	Беседа «Возникновение подвижных игр»	1	сентябрь
5	Игровое упражнение "Передал - садись", подвижная игра «Жмурки», "Удочка", игра малой подвижности "Затейники"	1	сентябрь
6	Подвижная игра "Удочка", «Волк во рву», игра малой подвижности "Эхо", эстафеты с мятом и ракеткой, игра «Козочка»	1	сентябрь
7	Подвижные игры «Волк во рву», "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне", игры с элементами футбола, игра малой подвижности «Кто ушёл?»	1	сентябрь
8	Подвижные игры «Перелёт птиц», игровое упр. «Кто ушёл?» подвижная игра "Мяч по кругу", игра малой подвижности "Эхо"	1	сентябрь
9	Подвижная игра "Жмурки", «Хитрая лиса, где ты?» игра малой подвижности "Летает, не летает", игры с элементами футбола, игра малой подвижности «Тише едешь, дальше будешь»	1	октябрь
10	Подвижная игра "Не попадись", ходьба, "Бабочка", народная игра «Прятки», игровое упр. "Лягушка"	1	октябрь
11	Народная игра «Прятки», Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры", эстафеты с кеглями, игра на расслабление «Воздушный шарик»	1	октябрь
12	Подвижная игра "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", игра малой подвижности "Угадай, чей голосок", подвижная игра «Хитрая лиса, где ты?» Перестроение в 2-3 колонны	1	октябрь
13	Подвижные игры "Ноги от земли", «Медведь и пчёлы», «Мяч водящему», народная игра «Гори, гори ясно!» игра малой подвижности «Найди и промолчи», "Кто ушел?"	1	октябрь
14	Подвижная игра «У медведя во бору», игры с элементами баскетбола, игра средней интенсивности	1	октябрь

	"Ключи", игра "Кто ушел?"		
15	Подвижная игра «У медведя во бору», эстафеты, "Кого называли, тот ловит", игра средней подвижности "Воротца", игровое упражнение «Снегири», «Мыли, мыли ручки»	1	октябрь
16	Подвижные игры «Кого называли, тот и ловит», «Мяч по кругу», "Воробьи и кошка". Игры малой подвижности «Ручеёк», «Снегири»	1	октябрь
17	Подвижная игра «Воробьи и кошка», «Мышеловка», "Ловля обезьян", игра малой подвижности "Мяч водящему", «Мыли, мыли ручки»	1	ноябрь
18	Подвижная игра "Перелет птиц", народная игра «Колечко», эстафеты с мячами, игра малой подвижности "Поймай мяч", «Стоп!»	1	ноябрь
19	ТБ при проведении подвижных игр	1	ноябрь
20	Народная игра «Ручеёк», подвижная игра "Будь ловким", игра средней интенсивности "Фигуры", упражнение «Снежок»	1	ноябрь
21	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде»	1	ноябрь
22	Подвижные игры "Хитрая лиса", «Волк и овцы», эстафеты с обручами, упражнения с обручами	1	ноябрь
23	Подвижные игры «Волк и овцы», "Удочка", "Летает, не летает", упражнение «Снежная баба», пальчиковые игры	1	ноябрь
24	Подвижные игры "Кого называли, тот и ловит", народная игра «Красное знамя, ударное звено», свободные игры с малыми мячами, игра малой подвижности "Летает, не летает", «Кто позвал?»	1	ноябрь
25	Подвижные игры «Карасики и щука» "Ловишки с ленточками", эстафеты со скакалками	1	декабрь
26	Подвижная игра "Бери ленту", народная игра «Третий лишний», игра малой подвижности "Эхо", «Кто ушёл?»	1	декабрь
27	Подвижные игры "Воробьи и кошка", «Не оставайся без места», игры с элементами футбола, игры малой подвижности «Ключи», «Кто позвал?»	1	декабрь
28	Подвижная игра "Мяч по кругу", «Удочка», «Ловишки с мячом», народная игра «Рукавичка», игровое упражнение «Где постучали», игра на расслабление «Мороженое»	1	декабрь
29	Подвижные игры «Ловишки с мячом», "Мяч в воздухе", «Два Мороза», эстафеты, игра малой подвижности "Кто ушел?" упражнение на дыхание «Пёрышко»	1	декабрь

30	Подвижные игры «Не пропусти мяч», "Попади в цель", «Ключи», игра малой подвижности "Воротца"	1	декабрь
31	Подвижные игры «Не промахнись», «Два Мороза», "Метелица", народная игра «Колечко, выйди на крылечко», игра малой подвижности "Угадай, чей голосок"	1	декабрь
32	Подвижные игры "Мяч в воздухе", эстафеты с предметами, игра малой подвижности "Затейники", «Съедобное, не съедобное»	1	декабрь
33	ТБ. Подвижные игры со скакалкой.	1	январь
34	Подвижные игры с обручем, эстафеты с обручем, игры на расслабление «Настроение»	1	январь
35	Подвижные игры с элементами футбола. Игра малой подвижности «Найди мяч»	1	январь
36	Беседа: «Что мы знаем об играх?» Упражнение на расслабление «Лампочка»	1	январь
37-38	Веселые старты.	2	январь
39	Подвижные игры «Ловишки», народная игра «Ключи», эстафеты "Кто самый быстрый?" "Игровые упражнения «Мы во двор пошли гулять»	1	февраль
40	Эстафеты "Кто быстрее проскользит?", «В горку», «Прокати на санках», игра «Снежок», «Снежная баба»	1	февраль
41	Подвижные игры "Кто самый быстрый?", «Перетяни палку», «Прополки по скамейке», игры малой подвижности «Быстрее шагай, смотри не зевай»	1	февраль
42	Игровые упражнения «Снежок», «Снегири», подвижные игры «У медведя во бору», «Волк и овцы», народная игра «Рукавичка», « Гори, гори ясно!»	1	февраль
43	Игровые упражнения « На окне в горшочке», «Мы во двор пошли гулять», подвижные игры «Попади в цель», «Пожарные на учении», игры с элементами баскетбола	1	февраль
44	Народная игра «Прятки», подвижные игры «Хитрая лиса», «Собери снежки», игровое упражнение «Лыжники»	1	февраль
45	Подвижная игра «Мышеловка», "Паук и мухи", эстафеты, игра малой подвижности "Река и ров"	1	февраль
46	Подвижные игры "Ловишки с мячом", «Удочка», «Кто дольше отобьёт мяч», «Мяч от пола», игры малой подвижности «Ручеёк», «Кто позвал?»	1	февраль
47	Подвижные игры "Жмурки", «Мышеловка», «Ниточка и иголочка», игровые упражнения с кеглями и мячами, «Серсо»	1	март

48	Подвижная игра "Паук и мухи", эстафеты с предметами, игра малой подвижности "Летает, не летает", «Ниточка и иголочка»	1	март
49	Подвижная игра "Скворечники", игры с элементами волейбола, игра малой подвижности "Передал, садись"	1	март
50	Подвижная игра "Жмурки", спортивная игра «Футбол», игры малой подвижности «Где постучали?»	1	март
51	Спортивная игра "Футбол", построение и перестроение в колонну, круг, бег змейкой	1	март
52	Подвижная игра «Мы – физкультурники», эстафеты с бегом и прыжками, игра «Угадай, чей голосок»	1	март
53	ТБ. Игра малой подвижности "Воротца".	1	март
54	Подвижная игра "Мышеловки", эстафеты с элементами футбола, с ползанием, игры и упражнения со скакалками	1	март
55	Народная игра «Резиночки», подвижная игра "Мышеловка", игра малой подвижности "Затейники"	1	апрель
56	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка», «Пятнашки», игры малой подвижности «Стоп», «Пролезь в обруч»	1	апрель
57	Подвижная игра "Море волнуется", эстафета с мячом "Передача мяча в шеренге", имитационная ходьба	1	апрель
58	Подвижная игра "Карусель", эстафета с мячом, игровые упражнения «Сидели два медведя на тоненьком суку»	1	апрель
59	Подвижная игра «Охотник и зайцы», народные игры «Перетягивание каната», «Кто сильнее», «Рукавичка», игра малой подвижности «Эхо»	1	апрель
60	Подвижные игры "Мяч водящему", игры с элементами баскетбола, игра малой подвижности "Летает, не летает", игровое упражнение «Варим борщ»	1	апрель
61	Подвижные игры "Фигуры", «Волк и овцы», «Автомобилисты», «Не оставайся без места», игры малой подвижности «Найди и промолчи»	1	апрель
62	Подвижная игра "Быстрее по местам!" Эстафеты с элементами баскетбола. Игровые упражнения «Мы капусту режем, режем»	1	апрель
63	Подвижные игры "Волк во рву", «Карасики и щука», «Белки на дереве» народная игра «Третий лишний», игра малой подвижности «Ладочки», «Найди и промолчи»	1	май
64	Подвижные игры «Карасики и щука», «Белки на дереве», "Жмурки", игра малой подвижности "Найди предмет"	1	май

65	Подвижная игра "Удочка", спортивная игра «Футбол», игра малой подвижности "Мяч водящему"	1	май
66	Подвижная игра "Пустое место", «Городки», «Серсо», игра "Летает, не летает", «Козочка», "Медведь и пчелы", эстафеты без предметов, игра "Мяч в воздухе"	1	май
67	Беговые игры. «Белые медведи», «Горелки», «Выручай-ка», игры малой подвижности «Море волнуется раз!»	1	май
68	Подвижные игры. «Автомобилисты», «1,2,3- к своему сигналу беги!» «Жучок»	1	май
69	Беговые игры «Мы весёлые ребята, любим бегать и скакать», «Ловишки-перебежки»	1	май
70	Эстафеты со всеми ОВД. Игры на внимание «Колпак мой треугольный»	1	май
71-72	Спортивный праздник	2	май
Итого		72	