Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Центр развития ребенка – детский сад № 58»

|  |  |
| --- | --- |
| «Принято»  Педагогическим советом Учреждения  МАДОУ «ЦРР – детский сад № 58»  Протокол № 5  от «31» августа 2023 г. | «Утверждаю»  Заведующая  МАДОУ «ЦРР – детский сад № 58»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.М. Агеева  Приказ № 248  от «04» сентября 2023 г. |

Дополнительная общеобразовательная программа

(дополнительная общеразвивающая программа)

по развитию двигательной активности

**ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование программы** | «Непоседы» |
| **Составитель программы** | Варнавина Наталья Анатольевна |
| **Организация исполнитель** | МАДОУ «ЦРР – детский сад № 58» |
| **Цель программы** | Формирование у обучающихся младшего дошкольного возраста основ здорового образа жизни. |
| **Направленность программы** | Физкультурно-оздоровительная |
| **Срок реализации** | 1 год |
| **Вид программы** | Дополнительная общеобразовательная программа |
| **Уровень реализации программы** | На уровне образовательной организации |
| **Система реализации контроля за исполнением программы** | Контроль за исполнением программы осуществляется в форме мониторинга выполнения мероприятий программы (текущий контроль) и отчетности ответственного исполнителя по итогам реализации программы. |
| **Ожидаемые результаты** | * развитие двигательной активности детей, достижение оптимального уровня здоровья; * проявление интереса к подвижным играм и их разнообразию; * умение соблюдать осторожность во время проведения игр; * осознание о влиянии образа жизни на здоровье человека и желание его беречь. |

**Пояснительная записка**

В последние годы заметно возросло количество физически ослабленных детей. Кроме того, их мышечная нагрузка уменьшается в силу объективных причин: дети стали вести малоподвижный образ жизни, много времени проводят у телевизора и компьютера. Именно поэтому возрастает роль детского сада во всестороннем физическом развитии детей.

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

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

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

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

**Цель:** формирование у обучающихся младшего дошкольного возраста основ здорового образа жизни.

**Реализация данной цели связана с решением следующих задач:**

Образовательные:

* накопление и обогащение двигательного опыта детей, овладение основными видами движениями;
* формирование навыков правильной ходьбы, бега, прыжков, лазания, метания.

Развивающие:

* развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* формирование у обучающихся потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Воспитательные:

* воспитание здорового, жизнерадостного, жизнестойкого, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка;
* формирование ценностей здорового образа жизни.

Успешное решение поставленных задач на занятиях возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

**Принципы:**

* индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
* систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
* наглядности (показ упражнений педагогом);
* повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);
* сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение обучающихся к своим действиям).

**Методические приёмы:**

Игровой метод. Основным методом обучения детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.

Каждая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод. Это объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении посильных физических упражнений.

Наглядный метод – показ выполняемых упражнений педагогом.

Такая система физического воспитания позволяет существенно повысить интерес детей к физкультурно-оздоровительным занятиям и двигательную активность без ущерба их здоровью.

Занятия к программе подобраны соответственно возраста детей и прописаны в содержании программы.

**Ожидаемый результат:**

– развитие двигательной активности детей, достижение оптимального уровня здоровья;

– проявление интереса к подвижным играм и их разнообразию;

– умение соблюдать осторожность во время проведения игр;

– осознание о влиянии образа жизни на здоровье человека и желание его беречь.

Кружковая работа проводится во второй половине дня в игровой форме, два раза в неделю.

Длительность занятий: 15 минут. Срок реализации:1год.

Мониторинг достижений детьми планируемых результатов освоения программы

В соответствии с образовательной программой ДОО обследование уровня физической подготовленности детей проводиться два раза в год: начальное– в октябре месяце, итоговое в мае месяце.

Данные педагогической диагностики отражаются в диагностических картах, которые позволяют оценить динамику становления у детей целевых ориентиров и эффективность образовательного процесса. Приложение 1

Обследование проходит по методике: «Двигательная активность ребенка в детском саду» Рунова М.А.

Во время тестирования важно учитывать:

– индивидуальные возможности ребёнка;

– особенности проведения тестов, которые должны выявлять даже самые незначительные отклонения в двигательном развитии ребёнка.

**Учебный план работы кружка «Непоседы»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Название дополнительной образовательной программы | Кол-во занятий в неделю | Кол-во занятий в месяц | Кол-во занятий в год | Длительность занятий / минут | Кол-во  обучающихся |
| «Непоседы» | 2 | 8 | 64 | 15 | 16 человек |

**Учебно-тематический план кружка «Непоседы»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Всего занятий/минут | Теоретическая часть (на одно занятие) | Практическая часть (на одно занятие) |
| 1. | «Солнышко и дождик» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 2. | «Поймай листок» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 3. | «Поймай комара» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 4. | «Птички и птенчики» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 5. | «Не боимся мы кота» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 6. | «Пузырь» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 7. | «Птички и кошка» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 8. | «Принеси мяч» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 9. | «Зайка» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 10. | «Зайчата» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 11. | «Такси» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 12. | «Воробушки и автомобиль» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 13. | «Самолеты» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 14. | «Карусель» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 15. | «Лохматый пес» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |
| 16. | «Курочка хохлатка» | 4/60 минут | 3 минуты | 12 минут |

**Итого: 64 занятия**

Содержание дополнительной образовательной программы кружка по развитию двигательной активности **«Непоседы»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц, неделя** | **Тема** | **Цель** | **Кол-во занятий** |
| **Октябрь**  **(1 неделя)** | «Солнышко и дождик» | Развивать у детей умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, реагировать на сигнал. | 2 |
| **Октябрь**  **(2 неделя)** | «Солнышко и дождик» | Продолжать развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, находить свое место на площадке. Упражнять в ходьбе и беге. | 2 |
| **Октябрь**  **(3 неделя)** | «Поймай листок» | Развить умение подпрыгивать на месте как можно выше. | 2 |
| **Октябрь**  **(4 неделя)** | «Поймай листок» | Выполнять правила коллективной игры. Будить фантазию детей. | 2 |
| **Ноябрь**  **(1 неделя)** | «Поймай комара» | Развивать у детей умение согласовывать движения со зрительным сигналом, упражнять детей в прыжках (подпрыгивание на месте). | 2 |
| **Ноябрь**  **(2 неделя)** | «Поймай комара» | Совершенствовать основные движения, добиваться выразительности движений. | 2 |
| **Ноябрь**  **(3 неделя)** | «Птички и птенчики» | Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу воспитателя, запоминать свое место, упражнять в беге в разных направлениях | 2 |
| **Ноябрь**  **(4 неделя)** | «Птички и птенчики» | Совершенствовать изображение полета птиц. | 2 |
| **Декабрь**  **(1 неделя)** | «Не боимся мы кота» | Упражнять детей действовать в соответствии с текстом стихотворения, выполнять ходьбу, бег врассыпную | 2 |
| **Декабрь**  **(2 неделя)** | «Не боимся мы кота» | Развитие быстроты и ловкости и внимания. | 2 |
| **Декабрь**  **(3 неделя)** | «Пузырь» | Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. | 2 |
| **Декабрь**  **(4 неделя)** | «Пузырь» | Закрепление навыков становиться в круг, делать его то шире то уже. | 2 |
| **Январь**  **(1 неделя)** | «Птички и кошка» | Развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием. | 2 |
| **Январь**  **(2 неделя)** | «Птички и кошка» | Приучать детей бегать легко, на носках, не наталкиваясь друг на друга. | 2 |
| **Январь**  **(3 неделя)** | «Принеси мяч» | Развивать у детей наблюдательность, сообразительность (выбрать тот мяч, который удобнее взять). | 2 |
| **Январь**  **(4 неделя)** | «Принеси мяч» | Упражнять детей в беге по определенному направлению. | 2 |
| **Февраль**  **(1неделя)** | «Зайка» | Развивать у детей умение согласовывать движение со словами. Упражнять в беге. | 2 |
| **Февраль**  **(2неделя)** | «Зайка» | Учить подпрыгивать на двух ногах, нахождении своего места. | 2 |
| **Февраль**  **(3неделя)** | «Зайчата» | Обучение прыжкам на двух ногах в игровой манере. | 2 |
| **Февраль**  **(4неделя)** | «Зайчата» | Развитие ловкости и координации движения. | 2 |
| **Март**  **(1неделя)** | «Такси» | Приучать детей двигаться вдвоём, соразмерять движения друг с другом. | 2 |
| **Март**  **(2 неделя)** | «Такси» | Обучить детей, менять направление движений, быть внимательным к партнёрам по игре. | 2 |
| **Март**  **(3 неделя)** | «Воробушки и автомобиль» | Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. | 2 |
| **Март**  **(4 неделя)** | «Воробушки и автомобиль» | Упражнять в беге в разных направлениях и прыжках. | 2 |
| **Апрель**  **(1 неделя)** | «Самолеты» | Учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга. | 2 |
| **Апрель**  **(2 неделя)** | «Самолеты» | Учить легкости движений, действовать после сигнала. | 2 |
| **Апрель**  **(3 неделя)** | «Карусель» | Развитие у детей равновесие в движении, навык бега, повышать эмоциональный тонус. | 2 |
| **Апрель**  **(4 неделя)** | «Карусель» | Закрепление у детей равновесие в движении, навык бега. | 2 |
| **Май**  **(1 неделя)** | «Лохматый пес» | Учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения. | 2 |
| **Май**  **(2 неделя)** | «Лохматый пес» | Упражнять бегать, стараясь не попадаться ловящему и не толкаясь. | 2 |
| **Май**  **(3 неделя)** | «Курочка хохлатка» | Упражнять детей быстро реагировать на сигнал воспитателя, | 2 |
| **Май**  **(4 неделя)** | «Курочка хохлатка» | Учить детей в ходьбе. | 2 |

**Итого: 64 занятия**

**Список используемой литературы**

1. Алямовская, В. Г. Физкультура в детском саду : теория и методика организации физкультурных мероприятий / В. Г. Алямовская. – Москва : Чистые пруды, 2008. – 130 с. ­– Текст : непосредственный.
2. Вареник, Е. Н. Занятия по физкультуре с детьми 3-4 лет (планирование и конспекты) / Е. Н. Вареник. – Москва : Сфера, 2008. – 203 с. – Текст : непосредственный.
3. Дик, Н. Ф. Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников / Н. Ф. Дик. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2009. – 251 с. – Текст : непосредственный.
4. Кузнецова, М. Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в ДОО / М. Н. Кузнецова. – Москва : АРКТИ, 2010. – 35 с. – Текст : непосредственный.
5. Пензулаева, Л. И. Физкультурные занятия с детьми 3-5 лет : пособие для воспитателя детского сада / Л. И. Пензулаева. – Москва : Детство-Пресс, 2013. – 155 с. – Текст : непосредственный.
6. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду: методическое пособие / М. А. Рунова. – Москва : Мозаика-Синтез, 2010. – 225 с. – Текст : непосредственный.
7. Сочеванова, Е. А. Подвижные игры с бегом для детей 3-5 лет / Е. А. Сочеванова. – Москва : Детство-Пресс, 2016. – 48 с. – Текст : непосредственный.
8. Тимофеева, Е. А. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста / Е. А. Тимофеева. – Москва : Мозаика-Синтез, 2011. – 120 с. – Текст : непосредственный.
9. Шишкина, В. А. Какая физкультура нужна дошкольнику: книга для воспитателей детского сада и родителей / В. А. Шишкина. – Москва : Просвещение, 2008. – 78 с. – Текст : непосредственный.

**Приложение 1**

**Диагностическая карта по развитию двигательной активности детей 3-4 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя ребенка | Умеет выполнять ходьбу и бег, не наталкиваясь на других детей | Умеет прыгать на двух ногах с продвижением вперед | Умеет бросать и катать мяч | Умеет подлезать под дугу | Умеет перелезать через бревно, лежащее на полу | Итого | Уровень |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1 балл – ребенок не справляется с заданием или умением;

2 балла – ребенок справляется с заданием или умением, но требуется помощь взрослого;

3 балла – ребенок справляется с заданием или умением самостоятельно.

Уровни: ниже среднего – 5-6 баллов;

Средний уровень – 7-9 баллов;

Высокий уровень – 10-12 баллов;

**Приложение 2**

**Картотека подвижных игр**

**1.Подвижная игра «Карусель»**

***Цель:*** развивать у детей равновесие в движении, навык бега, повышать эмоциональный тонус.

*Описание. Воспитатель предлагает детям покататься на карусели. Держит в руках обруч (находясь в середине обруча) с привязанными к нему разноцветными ленточками. Дети берутся за ленточки, воспитатель двигается с обручем. Дети идут, а затем бегут по кругу. Воспитатель говорит:*

Еле-еле, еле-еле завертелись карусели,

А потом, а потом всё бегом, бегом, бегом!

Тише, тише, не бегите, карусель остановите,

Раз и два, раз и два, вот и кончилась игра!

*Дети останавливаются.*

**2.Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»**

***Цель:***приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить своё место.

*Описание. Дети – «воробушки» садятся на скамейку – «гнёздышки». Воспитатель изображает «автомобиль». После слов воспитателя: «Полетели, воробушки, на дорожку» - дети поднимаются и бегают 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».*

*ловит их. Воспитатель, не пользуясь мячом, предлагает детям выполнить прыжки, сам же при этом поднимает и опускает руку над головами детей, как будто отбивает мячи.*

**3.Подвижная игра «Солнышко и дождик»**

***Цель:*** учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, приучать их действовать по сигналу воспитателя.

*Описание. Дети присаживаются на корточки за чертой, обозначенной воспитателем. Воспитатель говорит: «На небе солнышко! Можно идти гулять». Дети бегают по площадке. На сигнал: «Дождик! Скорей домой!» - бегут за обозначенную линию и присаживаются на корточки. Воспитатель снова говорит: «Солнышко! Идите гулять», и игра повторяется.*

**4.Подвижная игра «Самолёты»**

***Цель:*** учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; приучать их внимательно слушать сигнал и начинать движение по словесному сигналу.

*Описание. Воспитатель предлагает детям приготовиться к «полёту», показав предварительно, как «заводить» мотор и как «летать». Воспитатель говорит: «К полёту приготовиться. 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.*

**5.Подвижная игра «Пузырь»**

***Цель:*** научить детей становиться в круг, делать его то шире, то уже, приучать их согласовывать свои движения с произносимыми словами.

*Описание. Дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют небольшой круг, стоя близко друг к другу. Воспитатель произносит:*

Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой,

Оставайся такой да не лопайся.

*Играющие отходят назад и держатся за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Лопнул пузырь!», тогда они опускают руки и приседают на корточки, говоря при этом: «Хлоп!» Можно также предложить детям после слов: «Лопнул пузырь» двигаться к центру круга, по-прежнему держась за руки и произнося при этом звук: «Ш-ш-ш» (воздух выходит). Затем дети снова «надувают» пузырь – отходят назад, образуя большой круг.*

Травку щиплют, кушают,

Осторожно слушают,

Не идёт ли волк?

*Дети выполняют движения по тексту. С окончанием текста появляется «волк» и начинает ловить «зайцев». Первое время роль «волка» выполняет воспитатель.*

**6.Подвижная игра «Лохматый пёс»**

***Цель***: учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения, бегать, стараясь не попадаться ловящему и не толкаясь.

*Описание. Дети стоят на одной стороне площадки. Один ребёнок, находящийся на противоположной стороне, изображает «пса». Дети тихонько подходят к нему, а воспитатель в это время произносит:*

Вот лежит лохматый пёс,

В лапы свой уткнувши нос,

Тихо, смирно он лежит,

Не то дремлет, не то спит.

Подойдём к нему, разбудим

И посмотрим: «Что-то будет?»

*Дети приближаются к «псу». Как только воспитатель заканчивает чтение стихотворения, «пёс» вскакивает и громко «лает». Дети разбегаются, «пёс» старается поймать кого-нибудь. Когда все дети спрячутся, «пёс» возвращается на место.*

**7.Подвижная игра «Курочка – хохлатка»**

***Цель:***упражнять детей быстро реагировать на сигнал воспитателя; упражнять детей в ходьбе.

*Воспитатель изображает «курицу», дети – «цыплят». Один ребёнок (постарше) – «кошка». «Кошка» садится на стул в сторонке. «Курочка» и «цыплята» ходят по площадке. Воспитатель говорит:*

Вышла курочка – хохлатка, с нею жёлтые цыплятки,

Квохчет курочка: «Ко-ко, не ходите далеко».

*Приближаясь к «кошке», воспитатель говорит:*

На скамейке у дорожки улеглась и дремлет кошка…

Кошка глазки открывает и цыпляток догоняет.

*«Кошка» открывает глаза, мяукает и бежит за «цыплятами», которые убегают в определённый угол площадки – «дом» - к курице-маме. Воспитатель («курица») защищает «цыплят», разводя руки в стороны, и говорит при этом: «Уходи, кошка, не дам тебе цыпляток!» При повторении игры роль «кошки» поручается другому ребёнку.*

**8.Подвижная игра «Такси»**

***Цель:*** приучать детей двигаться вдвоём, соразмерять движения друг с другом, менять направление движений, быть внимательным к партнёрам по игре.

*Дети становятся внутрь небольшого обруча, держат его в опущенных руках: один – у одной стороны, другой за другом. Первый ребёнок – «водитель» такси, второй – «пассажир». Дети бегают по площадке (дорожке). Через некоторое время меняются ролями. Одновременно могут играть 2-3 пары детей, а если позволяет площадь – то больше. Когда дети научатся бегать в одном направлении, воспитатель может дать задание двигаться в разных направлениях, делать остановки. Можно место остановки обозначить флажком или знаком стоянки такси. На остановке «пассажиры» меняются, один выходит из такси, другой садится.*

**9.Подвижная игра** «**Не боимся мы кота»**

***Цель***: учить детей двигаться в соответствии с текстом, быстро менять направление движения, бегать, стараясь не попадаться ловящему и не толкаясь.

**Описание:** Выбирает водящий - он будет котом, все остальные участники мыши.

Кот садится на пол и 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!

По сигналу ведущего: "проснулся кот!" - мыши убегают в свой домик, а кот пытается их поймать. Те, кого кот запятнает (коснется рукой), становятся его добычей.

По второму сигналу ведущего: "Уснул кот!" - играющие вновь подходят к водящему, который вернулся на свое место и спит, и снова поют песенку мышей.

После трех выходов кота на охоту его сменяет новый водящий

**10 . Подвижная игра «Поймай комара**

**Цель:** Развивать у детей умение согласовывать движения со зрительным сигналом, упражнять детей в прыжках (подпрыгивание на месте).

**Описание:** Играющие становятся по кругу, на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру. Воспитатель находится в середине круга. Он держит в руках прут длиной – 1- 1,2 метра с привязанным на шнуре картонным комаром. Длина шнура – 50 см. Воспитатель обводит прутом, «кружит комара», немного выше головы играющих. Когда комар летит над головой, ребенок подпрыгивает, стараясь его поймать. Тот, кто схватит комара, говорит «Я поймал!». Затем воспитатель снова обводит прутом круг.

**Правила:**1. Ловить комара можно только обеими руками и подпрыгивая на двух ногах.

2. Ловить комара нужно не сходя с места.

**11.Подвижная игра«Птички и кошка»**

**Цель:** Развивать у детей решительность, упражнять в беге с увертыванием.

**Описание:** На земле чертится круг (диаметр – 7 м.) или кладется шнур, концы которого связаны. Воспитатель выбирает одного играющего, который становится в центре круга. Это – кошка. Остальные дети – птички, находятся за кругом. Кошка спит. Птички влетают за зернышками в круг. Кошка просыпается, видит птичек и ловит их. Все птички спешат вылететь из круга, тот, кого коснулась кошка в то время, когда он находился в кругу, считается пойманным, идет на середину круга. Когда кошка поймает 2-3 птичек, воспитатель выбирает новую кошку. Пойманные ранее птички присоединяются к играющим.

**Правила:**

1. Кошка ловит птичек только в кругу.

2.Кошка может только касаться птичек, но не хватать их.

**12Подвижная игра «Зайка»**

**Цель:** Развивать у детей умение согласовывать движение со словами. Упражнять в беге. В подпрыгивании на двух ногах, нахождении своего места. Способствовать развитию речи.

**Описание:** На одной стороне площадки отмечаются места зайцев. Каждый становится на свое место. По сигналу воспитателя «Бегите в круг!» все дети собираются в круг, а один из зайцев, которого назначает воспитатель, становится в середину. Дети с воспитателем произносят стихи и выполняют движения под текст:

Зайка беленький сидит и ушами шевелит, - дети стоят в кругу,

Вот так, вот так он ушами шевелит! – шевелят кистями рук, подняв их к голове.

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть,

Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, надо лапочки погреть – хлопают в ладоши.

Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать

Скок-скок, скок-скок, надо зайке поскакать – прыгают на 2 ногах на месте.

Кто-то зайку испугал, зайка прыг и ускакал! – воспитатель хлопает в ладоши, дети разбегаются по своим домам.

**Правила:**

1. Дети убегают только после слов « И ускакал!», а собираются в круг после слов «Бегите в круг!»

**13.Подвижная игра «Зайчата»**

Все дети – зайчики. Они располагаются на пригорке. Им может служить горка на площадке или в комнате. Педагог говорит:

В поле на пригорке

Зайчики сидят,

Свои лапки греют,

Ими шевелят.

*Дети делают соответствующие движения (хлопают в ладоши, шевелят руками). Через некоторое время педагог и дети говорят:*

Крепче стал мороз никак,

Мы замерзнем, сидя так.

Чтоб согреться поскорей,

Будем прыгать веселей.

*Дети сбегают с горки, начинают бегать, подпрыгивать, постукивать лапкой о лапку. По сигналу инструктора возвращаются на горку.*