

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ  
«МОЙ ОСОБЫЙ СЕМЕЙНЫЙ ЦЕНТР «ФОРМУЛА РОСТА»  
ДЕПАРТАМЕНТА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА  
МОСКВЫ  
(ГБУ «МОЙ ОСОБЫЙ СЕМЕЙНЫЙ ЦЕНТР «ФОРМУЛА РОСТА»)

Принято  
Педагогическим советом  
протокол № 4  
от « 25 » 12 2025г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор ГБУ «Мой особый семейный центр  
«ФОРМУЛА РОСТА»  
И.В. Дорощева  
» 12 2025г.



**Дополнительная адаптированная  
общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Радуга движения» для детей с ОВЗ**

Направленность – спортивная  
Базовый уровень освоения  
Возраст - 4-18 лет  
Срок реализации 1 года

Составили:  
Клазинг И.Р., методист,  
педагоги дополнительного образования:  
Федосеева В.В.,  
Крылова Е.В.,  
Козырева Н.А.,  
Герлиц О.Г.,

Москва, 2025

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 14.07.2022);
- стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 (ред. от 30.09.2020) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. N 1014 г. Москва "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования".
- Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 N 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, разработанные ГБОУ ВПО города Москвы «Московский городской психолого-педагогический университет», направленных в Письме Минобрнауки РФ от 26.03.2016 г. № ВК – 641/09;
- Положение об организации и осуществлении деятельности по дополнительному образованию воспитанников в Государственном бюджетном учреждении «Мой особый семейный центр «Формула роста».

Игра - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственной человеку. Игра может быть средством самопознания, развлечения, отдыха, средством физического и общего социального воспитания, средством спорта. Игры являются сокровищницей человеческой культуры. Огромно их разнообразие. Они отражают все области материального и духовного творчества.

Подвижные игры – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание

обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку,

Большое воспитательное значение заложено в правилах игр. Они определяют весь ход игры; регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения; содействуют формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребёнок не может не проявить воспитываемые у него качества.

Подвижные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Впечатления детства глубоки и неизгладимы в памяти взрослого человека. Они образуют фундамент развития его нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно-полезной и творческой деятельности.

*Актуальность* программы обусловлена интересом детей, находящихся в центре «Формула роста», к подвижным играм. Дети с ограниченными возможностями, как и дети с нормальным развитием, любят движение. Подвижные игры имеют оздоровительное, воспитательное и образовательное значение.

**Цель:** укрепление физического и психического здоровья детей с ОВЗ.

### **Задачи:**

#### *Обучающие:*

- обучить подвижным играм различной направленности;
- обучить правилам подвижных игр;
- обучить правилам поведения в процессе коллективных действий.

#### *Развивающие:*

- развивать коммуникативные навыки;
- развивать крупную моторику;
- развивать ловкость, силу, координацию;
- развивать внимание, память;
- снять телесные зажимы;

#### *Воспитательные:*

- содействовать конструктивному межличностному общению.

### **Планируемые результаты**

- Социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и эстафет.

*Дети получают знания:*

- о разнообразии мира подвижной игры;
- о правилах игр и их соблюдении.

*Дети получают навыки:*

- игры в различных подвижных играх;
- взаимодействия в команде.

**Краткая характеристика целевой группы:** дети с ОВЗ (интеллектуальные нарушения) от 4 до 18 лет.

Это дети с умеренной и тяжёлой степенью умственной отсталости, осложнённой аутизмом, хромосомными болезнями, эпилепсией, ДЦП, нарушениями поведения, патологией органов зрения и слуха. Уровень интеллектуального развития воспитанников приводит к практической неспособности усвоения ими навыков письма, чтения, счёта. Мышление ребёнка замедленное, недостаточно сформированы операции обобщения, отвлечения. Внимание неустойчивое, выражены трудности переключения внимания и его распределения при выполнении какой-либо деятельности. Склонность к агрессивным реакциям, апатичности, снижение критики, социальный инфантилизм, крайне низкая способность к контролю за своим поведением является причиной низкой способности воспитанников к преодолению трудностей за счёт волевых усилий, а также значительно снижает их самостоятельность. Низкий уровень развития речи - её понимание и способность к речевому высказыванию – затрудняет понимание и удержание инструкций при выполнении задания. Такой ребёнок способен адаптироваться только в знакомой обстановке, усваивать новые знания и навыки в пределах конкретных представлений, что обуславливает его нуждаемость в постоянном руководстве. Воспитанникам доступны элементарные навыки гигиены, общения, собственной безопасности, простейшие трудовые навыки и в дальнейшем знакомая работа в специально созданных условиях.

**Сроки реализации и объем программы:** 1 год (январь-декабрь), 40 занятия, 20 часов. Два месяца в году (на время отпуска педагога дополнительного образования) дети занимаются с воспитателем, педагог дополнительного образования выдает домашнее задание детям и методические рекомендации воспитателям<sup>1</sup>.

**Форма обучения** – очная.

---

<sup>1</sup> Приложение 1

**Режим занятий и особенности организации учебного процесса:** 1 раз в неделю, занятие по 30 минут.

**Способы определения результативности программы:** мониторинг в июне и конце года<sup>2</sup>.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Подвижные игры	18	4	14	Педагогическое наблюдение
2.	Спортивные состязания	2	-	2	Педагогическое наблюдение
<b>ИТОГО:</b>		<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	

### Содержание учебно-тематического плана

*Подвижные игры (18ч.)*

*Теория*

Правила безопасного поведения при проведении подвижных игр. Правила игры. Правила выполнения разминочного упражнения.

*Практика*

Проведение разминочных упражнений, подвижных игр.

*Спортивные состязания (2ч.)*

*Теория*

Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды, повторение считалок.

*Практика.*

Проведение спортивных состязаний с использованием спортивного инвентаря и размеченных на уличной площадке.

## МЕТОДИЧЕСКОЕ И ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

*Структура занятия*

Вводная часть

- организационный момент;
- деление на команды (считалки-жеребьёвки<sup>3</sup>).

Основная часть

- разминка<sup>4</sup>;

<sup>2</sup> Приложение 2

<sup>3</sup> Приложение 3

<sup>4</sup> Приложение 4

- подвижная игра.

Заключительная часть

- подведение итогов;
- обратная связь.

*Методы и техники работы:*

- наглядный (показ упражнений разминки, показ основных движений игры).
- словесный (объяснение правил игры, беседа о ТБ, вопросы, ответы).
- Практический (игры, спортивные состязания, упражнения разминки).

*Формы организации деятельности:* группы/мини-группы.

*Формы занятий:* теоретические и практические.

*Контроль за процессом реализации программ.*

Проводится 2 раза в год (июнь, декабрь) мониторинг «Динамика состояния ребёнка в процессе работы», который заносится в течение года в «Лист коррекционно-развивающих занятий». Используется балльная оценка:

0-отсутствие навыка, умений.

1-начальное овладение навыком, умением, выполнение с помощью педагога.

2-частичное овладение навыком, умением.

3-самостоятельное выполнение навыка, умения.

### Календарный учебный график

Если дети не справляются с правилами игр, то используются более простые подвижные игры из Приложения 5

№	Месяц	Форма занятия	Кол-во час.	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Январь	Беседа, игра	30 мин.	Мониторинг	Спорт зал, площадка,	Пед. наблюдение
2.		Беседа, игра	30 мин.	«Ножки»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
3.		Беседа, игра	30 мин.	«Лови-лови»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
4.		Беседа, игра	30 мин.	«Карусели»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
5.	Февраль	Беседа, игра	30 мин.	«Догони мяч»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
6.		Беседа, игра	30 мин.	«Кто дальше бросит»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
7.		Беседа, игра	30 мин.	«Самолёты»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
8.		Беседа, игра	30 мин.	«Лошадки»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
9.	Март	Беседа, игра	30 мин.	«Удочка»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
10.		Беседа, игра	30 мин.	«Съедобное – несъедобное»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
11.		Беседа, игра	30 мин.	«Попади в обруч»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
12.		Беседа, игра	30 мин.	«Весна пришла»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
13.	Апрель	Беседа, игра	30 мин.	«Кот и мыши»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
14.		Беседа, игра	30 мин.	«Зеркало»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
15.		Беседа, игра	30 мин.	«Принеси предмет»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
16.		Беседа, игра	30 мин.	«Платки»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
17.	Май	Беседа, игра	30 мин.	«Совушка»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
18.		Беседа, игра	30 мин.	«Зайцы и лиса»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
19.		Беседа, игра	30 мин.	«Попади в цель»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение

20.		Беседа, игра	30 мин.	Мониторинг	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
21.	Июнь	Беседа, игра	30 мин.	«Музыкальные кресла»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
22.		Беседа, игра	30 мин.	«Белые медведи»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
23.		Беседа, игра	30 мин.	«Снайперы»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
24.		Спортивное состязание	1 час.	«Дартс»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
25.		Сентябрь	Беседа, игра	30 мин.	Мониторинг	Спорт зал, площадка
26.	Беседа, игра		30 мин.	«Бросай и беги»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
27.	Беседа, игра		30 мин.	«Быстрая передача»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
28.	Беседа, игра		30 мин.	"Прокати мяч с горки"	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
29.	Октябрь	Беседа, игра	30 мин.	«Найди клад»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
30.		Беседа, игра	30 мин.	«Мяч среднему»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
31.		Беседа, игра	30 мин.	«Мяч соседу»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
32.		Беседа, игра	30 мин.	«Такси»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
33.	Ноябрь	Беседа, игра	30 мин.	«Радуга»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
34.		Беседа, игра	30 мин.	«Подвижные игры с футболом»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
35.		Беседа, игра	30 мин.	«Свиристели»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
36.		Беседа, игра	30 мин.	«Паровоз»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
37.	Декабрь	Беседа, игра	30 мин.	«Играй, мяч не теряй»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
38.		Беседа, игра	30 мин.	«Запрещенные движения»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
39.		Беседа, игра	30 мин.	«Два барана»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
40.		Спортивное состязание	1 час.	«Боулинг»	Спорт зал, площадка	Пед. наблюдение
		<b>ИТОГО:</b>	<b>20 ч.</b>			

**Список литературы:**

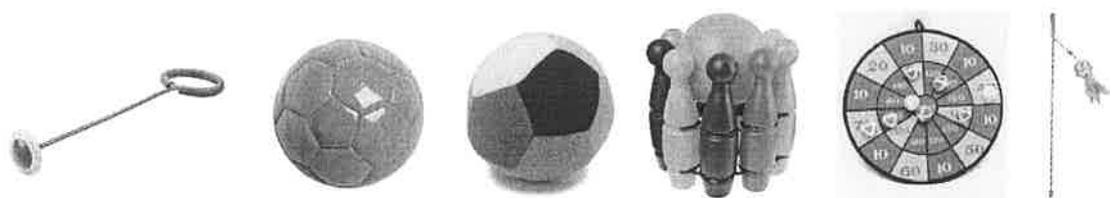
1. Былеева Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
2. Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
3. Грабенко Т.Н., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры. Спб., 2002.
4. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2001
5. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2000
6. Линго Т.И. «Игры, ребусы, загадки для младших школьников»/ Ярославль, «Академия развития» 1998г
7. Катаева А.А., Стребелева Е.А. Дидактические игры и упражнения в обучении умственно отсталых дошкольников. - М.;1993.
8. Шапкова Л.В. Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии. СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС»; 2002.
9. Карабапова О.А. Игра и коррекция психического развития ребенка. М., 1997.

### **Занятия для самостоятельной работы (с воспитателем)**

Дети, совместно с воспитателями, повторяют правила изученных игр (Приложение 5, играют на уличной спортивной площадке, а также в группа).

### **Методическое обеспечение программы**

*Необходимые материалы и оборудование:* спортивный инвентарь (мячи, палки, скакалка и пр.), портативная колонка, флэш карта с аудиозаписями.



## Приложение 2

## Мониторинг «Динамика состояния ребёнка в процессе работы»

Фамилия, имя ребенка \_\_\_\_\_  
 Возраст \_\_\_\_\_ Дата рождения \_\_\_\_\_  
 Группа \_\_\_\_\_ Дата начала занятий \_\_\_\_\_  
 Специалист по коррекционной работе \_\_\_\_\_  
 (Ф. И.О., должность)

Название коррекционной программы «Радуга движения»

Задачи коррекционно-развивающей работы

1. Обучить подвижным играм и правилам.
2. Развитие коммуникативных навыков
3. Развитие моторики
4. Развитие ловкость, силу, координацию, внимание, память
5. Снять телесные зажимы

Занятия индивидуальные/ групповые

Расписание занятий:

день недели \_\_\_\_\_ время \_\_\_\_\_  
 день недели \_\_\_\_\_ время \_\_\_\_\_  
 день недели \_\_\_\_\_ время \_\_\_\_\_

Динамика состояния ребенка в процессе работы:

№	Знания, умения, навыки	Декабрь-февраль	Март-май	Сентябрь
1	Садится			
2	Играет, соблюдая правила			
3	Понимает простые инструкции без жеста			
4	Бегает			
5	Толкает, пинает мяч ногой			
6	Повторяет движения за педагогом			
7	Прыгать на двух ногах			
8	Ловля и передача мяча			
9	Меткость			
10	Ловкость			

*Примечание:* 0 - отсутствие навыка, умения; 1 - начальное овладение, выполнение с помощью педагога; 2 - частичное овладение; 3 - самостоятельное выполнение.

Результативность коррекционной работы (в соответствии со статусом ребенка на момент окончания занятий) \_\_\_\_\_

Рекомендации по дальнейшей работе \_\_\_\_\_

**Считалки и жеребьевки****(считалки для деления в игре на пары или команды)**

1. Пара педагогов, проводящих игру, договаривается друг с другом. Например, так: «Я буду яблоко, а ты апельсин». После этого они подходят к детям и спрашивают у каждого ребенка: «Яблоко или апельсин?». В зависимости от того, что выбрали капитаны, игроки расходятся по командам.

С помощью таких жеребьевок можно закреплять с детьми названия деревьев, цветов, фруктов, овощей и т.д.

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

3. Начинается считалка,  
На берегу сидела галка,  
Две вороны, воробей,  
Три сороки, соловей.

4. Черепаха хвост поджала  
И за зайцем побежала.  
Оказалась впереди,  
Кто не верит — выходи.

5. Ехала белка на тележке,  
Продавала всем орешки,  
Кому два, кому три,  
Выходи из круга ты.

6. Раз, два, три, четыре, пять,  
Будем в прятки мы играть.  
Небо, звёзды, луг, цветы —  
Выходи из круга ты.

7. До, ре, ми, фа, соль, ля, си,  
Села кошка на такси,  
А котята прицепились  
И бесплатно прокатились.

8. Ушки, глазки, носик, хвостик,  
Получился добрый котик,  
Он считает до пяти.  
Тот, кто пятый, выходи.

### Упражнения для разминки

#### *Комплекс упражнений утренней гимнастики для мышц плечевого пояса и рук*

##### **Упражнение «Ушки»:**

- Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе, смотреть вперед.
- Выполнение: 1- наклон головы к правому плечу, не поднимая плеч. 2- вернуться в исходное положение. 3- наклон головы к левому плечу, не поднимая плеч. 4- вернуться в исходное положение

##### **Упражнение «Птички»:**

- Исходное положение: ноги слегка расставлены, руки опущены, висят вдоль тела.
- Выполнение: развести руки в стороны и помахать ими, чередуя широкие махи («как орел») и маленькие («как воробушек»). Опустить руки.

##### **Упражнение «Поезд едет»:**

- Исходное положение: ноги слегка расставлены, руки свободно опущены.
- Выполнение: сгибание и разгибание рук в локтях (делаем круговые движения, как будто крутим колеса паровоза при движении).

#### *Комплекс упражнений утренней гимнастики для мышц туловища*

##### **Упражнение «Птички поют»:**

- Исходное положение: ноги расставлены шире плеч, руки опущены вниз
- Выполнение: наклон вперед, руки отвести назад, сказать «карр», выпрямиться в исходную позицию.

##### **Упражнение «Смотрим в окошко»:**

- Исходное положение: сидя на стульчике, ноги параллельно, руки на коленях.
- Выполнение: наклон вперед, руки немного согнуть в локтях; повороты головой вправо- влево (будто выглядываем в окошко). В конце упражнения выпрямиться.

##### **Упражнение «Охи-вздохи»**

- Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.
- Выполнение: 1-поворот вправо, развести руки в стороны, сказать: «Ох!». 2- вернуться в исходное положение. То же в левую сторону.

*Комплекс упражнений утренней гимнастики для мышц ног*

**Упражнение «мячик»:**

- Произвольные подскоки на месте, чередуемые с ходьбой.

**Упражнение «с горки на горку»:**

- Полуприседания, чередуемые с ходьбой - будто поезд едет с горки на горку.

**Упражнение «Струнка»:**

- Исходное положение: ноги вместе, руки на поясе.
- Выполнение: подняться на носки, вытянуться вверх (как струнка), вернуться в исходную позицию.

*Дыхательные упражнения*

**«Воздушный шарик» (диафрагмальное дыхание):**

- Исходное положение: стоя, ладонь на животе.
- Выполнение: на вдохе живот выпячивается вперед. Задержка дыхания. Выдох через неплотно сжатые губы, произнося звук [с]. Повторить 3 раза.

**«Насос» (мышечный тренинг):**

- Исходное положение: стоя, руки перед грудью, пальцы сжаты в кулаки.
- Выполнение: наклониться вниз с прямыми ногами, сделать выдох, произнося звук [ш]. Выпрямляясь, сделать вдох через нос. Повторить 6 – 8 раз.

*Упражнения для осанки*

- Лежа на животе, оторвать плечи от пола, руки развести в сторону. Затем положить на голову мешочек, набитый песком, и с этим снарядом походить (просто так, затем на носках, на пятках), сесть на пол и встать.

*Упражнения для правильного формирования стопы*

- Сидя, перекладывать с места на место мяч, захватив его ступнями ног. Собрать пальцами ног разложенную на полу веревку.
- Как канатоходец, походить (боком и прямо) по лежащей на полу палке.

## Подвижные игры

### Простые подвижные игры

#### 1. Листопад

**Цели:** закрепить знания о цвете, величине осенних листьев; учить передвигаться по площадке, следуя указаниям, которые даются в игровой форме; конкретизировать понятие «листопад»

**Материал:** осенние листья

#### Ход игры

Листопад! Листопад!

Листья желтые летят!

Кружатся красивые желтые листочки. *(Действия выполняют дети с желтыми листочками.)*

Кружатся красивые красные листочки. *(Действия выполняют дети с красными листочками.)*

Покружились и уселись на землю. *(Дети приседают.)*

Сели! Уселись и замерли. *(Дети не шевелятся.)*

Прилетел легкий ветерок, подул». *(Дует взрослый, за ним дети.)*

Поднялись листья, разлетелись в разные стороны. *(Дети разбегаются по площадке.)*

Закружились, закружились, закружились!

Листопад! Листопад!

Листья по ветру летят.

Затих ветерок, и вновь медленно опускаются на землю ... листья». Игра повторяется 2-3 раза.

#### 2. Лохматый пес

**Цель:** учить передвигаться по площадке, следуя указаниям, которые даются в игровой форме.

**Материал:** крупная игрушечная собака.

#### Ход игры

Воспитатель читает стихотворение, жестом приглашая детей выполнять соответствующие действия:

*Вот лежит лохматый пес,*

*В лапы свой уткнул он нос,*

*Тихо-смирно он лежит,*

*Не то дремлет, не то спит.*

*Подойдем к нему, разбудим*

*И посмотрим, что-то будет.*

Дети подкрадываются к собачке, тихо-тихо зовут: «Собачка, собачка, поиграй с нами! Собачка «лает». Дети разбегаются в разные стороны.

Игра повторяется 2-3 раза.

### 3. Раздувайся, мой шар!

**Цели:** учить выполнять разнообразные движения, образуя круг; упражнять в произношении звука [ш].

#### Ход игры

Воспитатель (В.) говорит: «Давайте, ребята, будем надувать воздушный шар. Надуем его так, чтобы он стал большим-большим и не лопнул».

Все встают в круг тесно друг к другу, берутся за руки. В. Медленно, напевно произносит слова, отступая назад:

Раздувайся, мой шар!

Раздувайся, большой...

Все останавливаются, держась за руки и образуя большой круг.

В. Продолжает:

Оставайся такой

И не лопайся!

В. Уточняет: «Смотрите, какой большой шар мы надули!» И все вместе: «Ш-ш-ш-ш!» Не отпуская рук, все сбегаются в середину. «Сдулся наш шар!» - констатирует воспитатель. – «Надуем еще раз!» - и повторяет слова игры.

На третий раз дети, держась за руки, расходятся, образуя как можно широкий круг.

В. командует: «Хлоп!». Дети расцепляют руки и разбегаются в разные стороны: «Лопнул шар!».

### 4. Снег кружится

(по стихотворению А. Барто)

**Цель:** научить соотносить собственные действия с действиями участников игры.

#### Ход игры

Воспитатель (В.) напоминает детям, что снег легкий, он медленно падает на землю, кружится, когда подует ветерок.

В. предлагает детям покружиться, произнося: «Снег, снег кружится, белая вся улица!»

Затем жестом приглашая детей приблизиться, произносит: «Собрались мы все в кружок, завертелись, как снежок».

Дети выполняют действия произвольно и в конце медленно приседают.

В. произносит: «Подул холодный ветер. Как? В-в-в-в! («В-в-в!» - произносят дети.) Разлетелись, разлетелись снежинки в разные стороны».

Дети разбегаются по площадке.

Игра по желанию детей повторяются 3-4 раза.

### 5. Паровозик

**Цели:** учить двигаться в разном темпе, менять направление, показывать предметы, передавать характерные движения животных, птиц; упражнять в произношении звуков.

#### Ход игры

В. рассказывает детям: «Всем надо встать друг за другом – мы будем вагончиками. В вагончиках подарки. Впереди – паровоз».

В. выполняет роль паровоза: встает впереди детей лицом к ним и, медленно передвигаясь, произносит: Чух-чух! Чух-чух!

Мчится поезд во весь дух.

Дети передвигаются вслед за В. и произносят: «Чух-чух!». Затем все вместе тянут протяжно: «У-у-у!». В. продолжает:

Я пыхчу, пыхчу, пыхчу.

Сто вагонов я тащу.

Все вместе: «У-у-у-у!»

В. поворачивает то в одну, то в другую сторону.

Продолжает: «Приехали». «Ш-ш-ш!» - повторяют за ним дети.

В. Паровозик, паровоз,

Что в подарок нам привез?

Дети: Мячики! Дети начинают прыгать, как мячики. В. Говорит: «У-у-у! Всех зовет паровоз!» Дети выстраиваются друг за другом.

Загудел паровоз и вагончики повез:

Чух-чу! Чух-чу! Далеко я укачу!

Уууу! Чух-чу!

Дети повторяют за В.: «Чух-чу! Чух-чу!».

Игра продолжается. Паровозик привозит детям в подарок зайчат, лягушат, медвежат. Каждый раз дети выполняют имитационные движения, упражняются в звукопроизношении, характерном для того или иного «подарка».

### 6. Зайка серый

**Цель:** учить детей внимательно слушать стихотворение и действовать согласно тексту.

#### Ход игры

Воспитатель объясняет, что дети должны внимательно слушать и выполнять действия.

Воспитатель произносит:

Зайка серый умывается,

Видно, в гости собирается.

(Дети «умываются».)

Вымыл носик,

Вымыл хвостик,

Вымыл ухо.

(Дети трут ладошками носы, «хвостики», уши.)

Вытер сухо!  
И поскакал:  
Скок-поскок!  
Скок-поскок! (*Дети скачут.*)

Воспитатель спрашивает у детей: «К кому в гости скачешь, заяка? Скажи нам».

Игра повторяется.

### 7. Мой козлик

**Цель:** учить понимать смысл сказанного, правильно выполнять действия.

**Материал:** эмблемы с изображением козликов.

#### Ход игры

Воспитатель: «Вы козлики, а я бабушка. Убежали козлики на лужок, скачут, прыгают, бодаются. (*Дети выполняют движения*). Бабушка вышла, загнала непослушных козликов домой, привязала их к березке.

Привяжу я козлика  
К белой березке,  
Привяжу рогатого  
К белой березке.  
Стой, мой козлик,  
Стой, не бодайся.  
Белая березка,  
Стой, не качайся.

Непослушные козлики отвязались и убежали на лужок».  
По желанию детей игра повторяется.

### 8. «Мой весёлый звонкий мяч»

**Цель:** учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убегать только тогда, когда будут произнесены последние слова.

**Описание.** Дети стоят с одной стороны площадки, около них воспитатель с мячом в руках. Он показывает, как легко и высоко подпрыгивает мяч, если его отбивать рукой, сопровождая действия словами:

Мой весёлый звонкий мяч,  
Ты куда пустился вскачь?  
Красный, жёлтый, голубой,  
Не угнаться за тобой.

Затем воспитатель предлагает детям выполнить прыжки, при этом отбивая мяч о землю. Прочитав снова стихотворение, он говорит: «Сейчас догоню!» Дети перестают прыгать и убегают. Воспитатель делает вид, что 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.

### 9. 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 подготовиться к «полёту», показав предварительно, как «заводить» мотор и как «летать». Воспитатель говорит: «К полёту подготовиться. Завести моторы!» - дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук: «Р-р-р». После сигнала воспитателя: «Полетели!» - дети разводят руки в стороны (как крылья у самолёта) и «летят» - разбегаются в разные стороны. По сигналу воспитателя: «На посадку!» - дети садятся на скамейку.

## Игры в рамках программы

	Название	Задачи	
1	Мониторинг	Динамика состояния ребёнка в процессе работы	1
2	«Ножки»	Развивать умение выполнять имитационные движения. Прыжки. Развитие скоростных способностей. Учить прислушиваться к взрослому, выполнять движения в соответствии с текстом, развитие воображения.	1
<p>Воспитатель проводит на земле черту. ««Это будет наш дом», - говорит воспитатель, - отсюда наши ножки побегут по дорожке, а куда они побегут, сейчас покажу». Воспитатель отходит от детей на расстояние 20-25 шагов и проводит на земле параллельную черту: «Здесь остановиться дети». Вернувшись к ребятам, он помогает им построиться у первой (стартовой) черты и произносит слова, под которые они будут выполнять действия, затем предлагает повторить их.</p> <p>Ножки, ножки, Бежали по дорожке, Бежали лесочком, Прыгали по кочкам, Прыг-скок, прыг-скок, Прибежали на лужок, Потеряли сапожок. Под эти слова дети бегут по направлению к другой линии.</p>			
3	«Лови-лови»	Прыжки. Развитие глазомера, выносливости скоростно-силовых способностей. Упражняться в прыжки на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры.	1
<p>К палке длиной примерно полметра на крепком шнуре прикрепляется лёгкий удобный для хватания предмет – мягкий поролоновый мячик, лоскуток т.д. Перед началом игры воспитатель показывает эту палку. Опуская и поднимая её, он предлагает некоторым детям поймать предмет на шнурке.</p>			
4	«Карусели»	Игры по выбору Развитие глазомера, выносливости, скоростносиловых способностей. Учить согласовывать движения друг с другом и ритмом текста; развивать внимание	1
<p>«Сейчас мы будем кататься на карусели», -говорит воспитатель. – Повторяйте слова за мной и двигайтесь дружно по кругу, чтобы карусель не сломалась». Держась за руки, дети вместе с воспитателем движутся по кругу и произносят следующие слова: ЕЛЕ-ЕЛЕ-ЕЛЕ-ЕЛЕ Завертелись карусели. А потом, потом, потом Все бегом, бегом. Бегом! Побежали, побежали, побежали! Тише, тише, не спишите, Карусель остановите. Раз-два, раз-два ..., Вот и кончилась игра.</p>			

5	«Догони мяч»	<p>Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей.</p> <p>Самостоятельные игры</p> <p>Развить у детей умение сохранять во время ходьбы и бега необходимое направление и изменять его в зависимости от сложившихся ситуаций, приучить бегать в разных направлениях, не задевать друг друга, ловить мяч, развить внимание и выдержку.</p>	1
<p>Воспитатель показывает корзину с мячами и предполагает встать рядом с ним вдоль одной из сторон зала. «Догони мяч» - говорит воспитатель и выбрасывает мячи из корзины, стараясь. Чтобы они покатались в разные стороны. Дети бегут за мячами, берут их, несут в корзину.</p>			
6	«Кто дальше бросит»	<p>Броски. Развитие скоростно-силовых способностей.</p> <p>Самостоятельные игры</p> <p>Упражняться в бросании предмета на дальность</p>	1
<p>Дети стоят в шеренге на одной стороне. Все получают мешочки с пекем и по сигналу воспитателя бросают их вдаль. Каждый должен заметить, куда упал его мешочек. По сигналу дети бегут к своим мешочкам, берут их в руки и поднимают над головой. Воспитатель отмечает тех, кто бросил мешочек дальше всех.</p>			
7	«Самолёты»	<p>Развитие скоростно-силовых способностей.</p> <p>Самостоятельные игры</p> <p>Упражнять детей в умении бегать, не наталкиваясь друг на друга; выполнять движения по сигналу</p>	1
<p>Дети становятся на одной стороне зала. Воспитатель спрашивает: «К полету готовы?». Дети отвечают. Воспитатель продолжает: «Заводим моторы!». Дети по показу воспитателя делают вращательные движения руками перед грудью. После сигнала: «Полетели!» разводят руки в стороны и разбегаются по залу. По сигналу: «На посадку!» играющие возвращаются на исходную позицию. (можно включить песню-игру <a href="https://vk.com/audio-2001418610_47418610">https://vk.com/audio-2001418610_47418610</a>)</p>			
8	«Лошадки»	<p>Приучить детей двигаться вдвоем один за другим, согласовывать движения, не подталкивать бегущего впереди, даже если он двигается медленно.</p>	1
<p>Дети распределяться в пары по желанию: один лошадка, другой – кучер, который запрягает лошадку (надевает вожжи) и едет по залу от одной стороны ее до другой и обратно. Двигаться начинают после произнесения слов воспитателя:  Цок! Цок! Цок! Цок!  Я лошадка серый бок.  Я копытцами стучу,  Если хочешь, прокачу.  Затем по предложению воспитателя дети меняться ролями, и игра повторяется.</p>			
9	«Удочка»	<p>Прыжки. «Подвижные игры». Прыжки через движущее препятствие.</p> <p>Развитие скоростно-силовых способностей.</p> <p>Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, прыжки на одной ноге, прыжки через движущее препятствие, самостоятельно играть в разученные игры.</p>	1

**Описание игры «Удочка»:**

Все играющие становятся в круг, а водящий (обычно тренер) - в середине круга с веревкой, скакалкой в руках.

Водящий, стоя в середине круга, вращает веревку с мешочком так, чтобы мешочек, скользя по полу, пролетал под ногами играющих. Участники, внимательно наблюдая за движением мешочка, подпрыгивают, чтобы не быть осаленными. Тот, кто заденет мешочек, или веревку, настолько сильно, что вращение прекратится, выбывает из игры, а водящий, раскручивая веревку снова, продолжает игру.

Если играющий задевает мешочек, или веревку, слегка, не останавливая вращение, то он не выбывает, и игра продолжается. Победителем является тот игрок, кто остался не осаленным.

Отходить от своего места за пределы вращающейся веревки не разрешается. Тот, кто нарушит это правило, считается осаленным.

10	«Съедобное – несъедобное»	Подвижные игры. Игры по выбору. Развитие скоростно-силовых способностей, ловить мяч, бросать мяч, передавать мяч Развить внимание, сообразительность и воображение	1
<p>Дети, образуя круг, встают на некотором расстоянии друг от друга. Педагог находится в центре круга с мячом в руках и читает стихотворение:</p> <p>Бывает трудно угадать, Что можно есть и что нельзя. Вам очень много нужно знать, Поверьте, мне друзья! Про овощи готовы Для всех давно задания. Должны все сами отгадать. Готовы все? Внимание!</p> <p style="text-align: center;"><i>Ю. Кириллова</i></p> <p>Закончив чтение, педагог бросает по очереди детям мяч, одновременно называя съедобное (по теме «Овощи и фрукты») или несъедобное (любой предмет, вещь). Если педагог называет съедобное, то игрок должен поймать мяч; если несъедобное, то он либо уворачивается от мяча, либо отбивает от себя руками.</p>			
11	«Попади в обруч»	Подвижные игры. Игры по выбору. Развитие скоростно-силовых способностей, бросать мяч. Совершенствовать умение бросать мяч в горизонтальную цель из-за головы, поддерживать стремление к правильному выполнению действий.	1
<p>Дети с мячами в руках становятся в две колонны по одному за линиями старта. Напротив, каждой команды на расстоянии 2 м кладут по обручу. После слов педагога:</p> <p>Любим вместе мы играть, Метко в обруч мяч бросать!</p>			
12	«Весна пришла»	Развивать общую и ручную моторику, координацию речи с движениями. Расширять и активизировать словарь на основе обобщения знаний об окружающем в рамках изучаемой лексической темы «Ранняя весна, весенние месяцы. Первые весенние месяцы. Мамин праздник»	

Дети встают в круг на небольшом расстоянии друг от друга, поворачиваться лицом в центр круга. Педагог становится рядом с детьми, читает стихотворение и показывает движения, которые дети повторяют.

Светит к нам в оконышко  
Ласковое солнышко.  
Может быть, у нас в саду  
Я цветочек теперь найду?  
Нет, нет, нет, не найду,  
Нет цветов еще в саду,  
Нет, нет, нет, не найду,  
Снег лежи еще в саду.  
Солнце улыбается –  
Всех согреть старается.  
Может быть, у нас в саду  
Мотылька я найду?  
Нет, нет, нет, не найду,  
Мотылька нет в саду.  
Нет, нет, нет, не найду,  
Снег лежит еще в саду.  
Все от солнышка жмурятся,  
Почернела улица.  
Может быть, у нас в саду  
Я снежок еще найду»

*Поднимаются на носки, руки через стороны вверх, затем опускаться на всю стопу, руки вниз (2 раза).*

*Выполняют приседания, руки внизу.*

*Ставят руки на пояс, выполняют повороты вправо-влево.*

*Шагают на месте, энергично взмахивая руками.*

*Хлопают в ладоши.*

*Бегут по кругу друг за другом, взмахивая руками вверх-вниз.*

*Шагают друг за друга.*

*Останавливаются, поворачиваются лицом к центру круга, выполняют «пружинку», руки на пояс.*

*Прикрывают глаза ладонями.*

*Разводят руки в стороны, затем опускают вниз.*

*Ставят руки на пояс, выполняют наклоны вправо-влево.*

13	«Кот и мыши»	Подвижные игры. Игры по выбору. Развитие скоростно-силовых способностей Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	1
----	--------------	---	---

**Игра «Кот и мыши»** аналогична игре «Совушка», только «Совушку» заменяем на «Кота». Из числа играющих выбирается «кот». Его дом – в стороне от площадки. Он может быть очерчен, отгорожен гимнастической скамейкой. Играющие на площадке «мыши» располагаются произвольно.

По сигналу ведущего: «День!» - дети начинают бегать, прыгать, подражая полету бабочек, птичек, жуков, изображая лягушат, мышек, котят. По второму сигналу: «Ночь!» - играющие останавливаются, замирают в позе, в которой их застал сигнал. «Кот» выходит на охоту. Заметив шевельнувшегося игрока, она берет его за руку и уводит в свой дом. За один выход она может добыть двух или даже трех играющих. Затем «Кот» опять возвращается в свой дом, и дети вновь начинают свободно резвиться на площадке.

14	«Зеркало»	Подвижные игры. Игры по выбору. Развитие скоростно-силовых способностей Развить внимание, сообразительность и воображение	1
Педагог и ребенок находиться напротив друг друга. Педагог показывает движение, а ребенок повторяет. Затем действующие лица меняться.			
15	«Принеси предмет»	Подвижные игры. Игры по выбору. Развитие скоростно-силовых способностей Развить внимание, сообразительность и воображение	1

<p>Педагог предлагает кому-нибудь из детей принести игрушку, предмет, лежащую в противоположном конце комнаты. Когда ребенок принесет игрушку, предмет педагог благодарит его. Так же когда ребенок его принес можно обсудить то что ребенок принес (цвет, форма, для чего). Так же можно усложнять игру сначала ребенок приносит, за тем просим отнести игрушку, предмет на место.</p>			
16	«Платки»	Развивать умение ориентироваться в пространстве, сенсомоторную координацию, ловкость; воспитывать организованность и дружелюбие.	1
<p>На участке в произвольном порядке на расстоянии 2-2,5 м друг от друга раскладываются обручи. В середину обручей кладут платки: цвета платков соответствуют цветам обручей. На правую руку игроки надевают резинки, которые им в произвольном порядке раздает педагог. После слов педагога «Раз, два три – платочек для мамы найди!» дети бегут к обручам, цвет которых соответствует цвету резинок.</p>			
17	«Совушка»	Подвижные игры. Развитие скоростносиловых способностей Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	1
<p><b>Описание игры:</b> Из числа играющих выбирается «Совушка». Ее гнездо – в стороне от площадки. Оно может быть очерчено, отгорожено гимнастической скамейкой. Играющие на площадке «мыши» располагаются произвольно. По сигналу ведущего: «День!» - дети начинают бегать, прыгать, подражая полету бабочек, птичек, жуков, изображая лягушат, мышек, котят. По второму сигналу: «Ночь!» - играющие останавливаются, замирают в позе, в которой их застал сигнал. «Совушка» выходит на охоту. Заметив шевельнувшегося игрока, она берет его за руку и уводит в свое гнездо. За один выход она может добыть двух или даже трех играющих. Затем «Совушка» опять возвращается в свое гнездо, и дети вновь начинают свободно резвиться на площадке. Побеждают игроки, которые не были пойманы ни разу. Также можно отметить лучшего водящего – поймавшего большее количество игроков. «Совушке» запрещается подолгу наблюдать за одним и тем же игроком, а пойманному – вырываться.</p>			
18	«Зайцы и лиса»	Развивать умение выполнять имитационные движения. Учиться выполнять движения в соответствии с текстом.	1
<p>«Зайчики» присаживаются и выполняют имитационные движения по тексту, лиса бегает между детьми. Вначале дети действуют по показу воспитателя, а затем самостоятельно. По лесной лужайке Разбежались зайки. Вот какие зайки, Зайки-побегайки. Сели зайчики в кружок, Роят лапкой корешок. Вот какие зайки, Зайки-побегайки. Вот бежит лисичка- Рыжая сестричка. Ищет, где же зайки, Зайки-побегайки.</p>			
19	«Попади в цель»	Игры выбору. Развитие глазомера, выносливости, скоростносиловых способностей. Самостоятельно играть с ручным	1

		мячом. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	
<b>Описание игры:</b> Дети с мешочками для метания или небольшими мячами располагаются перед стеной с целью. Бросают по очереди. Обговаривается цель, в которую нужно попасть — корзина, кубик, фигура, либо цифра. По команде «Раз, два, три, в цель попади!» ребёнок выполняет бросок. В игру может играть команда, бьют в цель поочередно одна команда, затем другая, засчитывается максимальное командное попадание в цель. Бросок может осуществляться один раз, либо даётся три попытки (по договорённости).			
20	Мониторинг	Динамика состояния ребёнка в процессе работы	1
21	«Музыкальные кресла»	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростносиловых способностей.	1
<b>Описание игры:</b> Участники ходят вокруг круга - когда музыка играет, но, когда музыка прекращается - должны сесть на кресло. Одно кресло убирается после каждого круга, что заставляет участников быть все более внимательными и быстрыми, чтобы не остаться без места.			
22	«Белые медведи»	Подвижные игры. Комбинированная эстафета. Игры по выбору. Развитие глазомера, выносливости, скоростносиловых способностей. Уметь выполнять бег в среднем темпе, стоять на месте. Развитие внимательности, аккуратности, терпению. Развивать умение выполнять имитационные движения. Прыжки. Развитие скоростных способностей. Учить прислушиваться к взрослому, выполнять движения в соответствии с текстом, развитие воображения.	1
<b>Описание игры:</b> Очерчивается площадка – это «море», в сторонке лежит обруч – это «льдина». На «льдине» располагается водящий – белый медведь. Остальные игроки – медвежата, располагаться в «море» в произвольном порядке. Игра начинается со слов медведя: «Выхожу на ловлю!». Медведь выбегает на площадку и начинает ловить медвежат (осаливает их, коснувшись плеча). Поймал одного – берет за руку и ведет на льдину, бежит за вторым, и так за всеми.			
23	«Снайперы»	Подвижные игры. Игры по выбору. Развитие глазомера, выносливости, скоростносиловых способностей. Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	1
<b>Описание игры:</b> Дети становятся в круг, каждый ребенок держит в руке мешочек или мячик. В центре круга стоит корзина или лежат обручи (расстояние от цели до детей не более 1 – 2,5 метра). По сигналу воспитателя дети начинают бросать мешочки в корзину, затем подходят, достают мешочек и возвращаются на свое место. Отмечаются самые меткие.			
24	Спортивное состязание: «Дартс»	Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей. Навыки счета, подсчитывание очков, навыки общения и саморегуляции, дети учатся ждать своей очереди, адекватно реагировать на проигрыш, упорство, ловкость, концентрации	1

		внимания и зрения.	
<b>Описание игры:</b>			
Дети попадают в цель, как можно ближе к центру мишени. Баллы записываются и по окончании игры они подсчитываются.			
Дети становятся на расстояние 1-2.5 метра, каждый ребенок держит в руке мешочек, дротик. По сигналу воспитателя дети начинают бросать в мишень, затем подходят, снимают дротики, мешочки и возвращаются на свое место.			
25	Мониторинг	Динамика состояния ребёнка в процессе работы	1
<b>Описание игры:</b>			
Воспитатель находится в центре круга. Кидает мяч ребенку и называет его имя. Ребёнок ловит мяч и кидает его обратно воспитателю. Когда же взрослый кидает мяч вверх, все дети должны убежать. Задача взрослого — попытаться попасть в убегающих детей.			
26	«Бросай – беги»	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	1
<b>Описание игры:</b>			
Воспитатель находится в центре круга. Кидает мяч ребенку и называет его имя. Ребёнок ловит мяч и кидает его обратно воспитателю. Когда же взрослый кидает мяч вверх, все дети должны убежать. Задача взрослого — попытаться попасть в убегающих детей.			
27	«Быстрая передача»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Эстафета прыжками. Самостоятельные игры. Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	1
<b>Описание игры:</b>			
Играющие становятся в пары. По сигналу воспитателя они начинают передавать (перебрасывать) мяч заданным способом. Пара, быстрее всех сделавшая 10 (15,20) передач, выигрывает.			
28	«Прокати мяч с горки»	Развивает координацию движений и подвижность суставов. Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении.	1
<b>Описание игры «Прокати мяч с горки»:</b>			
Нужно скатывать мячик по наклонной плоскости. При этом, один участник должен бросать его сверху, а другой – ловить этот предмет снизу. После таких бросков игроков нужно менять местами.			
29	«Найди клад»	Развивает координацию движений и подвижность суставов. Развитие скоростно-силовых способностей. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Приучать менять направление движений, быть внимательным.	1
<b>Описание игры:</b>			
Педагог прячет клад в группе, зале и просит ученика найти клад.			
30	«Мяч среднему»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	1

<b>Описание игры «Мяч среднему»:</b> Играющих делят на две команды, которые образуют два круга. В центре каждого круга становится ведущий с мячом. По сигналу учителя, ведущий, стоящий в центре, поочередно бросает мяч своим игрокам и получает его обратно. Получив мяч от последнего игрока, ведущий поднимает его вверх. Можно ввести дополнительное упражнение: игрок, получивший мяч от ведущего, сначала должен ударить мячом о пол и только после этого передать мяч обратно.			
31	«Мяч соседу»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры. Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	1
<b>Описание игры «Мяч соседу»:</b> Играющие становятся в 3-4 шеренги и располагаются в полушаге друг от друга. У первого игрока в каждой шеренге мяч. По сигналу воспитателя дети начинают перебрасывать мяч друг другу из рук в руки. Последний в шеренге игрок, получив мяч, поднимает его над головой.			
32	«Такси»	Приучать детей двигаться вдвоем, соразмерять движения друг с другом, менять направление движений, быть внимательным к партнерам по игре	1
Дети становятся внутри большого обруча (диаметром 1м), держат его в опущенных руках: один у одной стороны обода, другой – у противоположной, друг за другом. Первый ребенок – водитель такси, второй – пассажир. Дети бегают по площадке или по дорожке. Через некоторое время меняться ролями. Можно делать остановки и обозначать их флажками. На остановках ребята могут меняться или выполнять небольшие упражнения (остановка «Попрыгунчиков» - прыгаем; остановка «Танцев» - танцуем; остановка «Махалкино» - махаем руками; и так далее.			
33	«Радуга»	Познакомить с явлениями природы (радуга), расположением цветов в спектре. Развивать быстроту, ловкость, внимание.	1
Дети по сигналу воспитателя выполняют движения: Мелкий дождик моросит (присели, встали). Дождик капать перестал. С неба радугу позвал (дети бегут к изображению радуги). Взрослый называет один из цветов спектра и просит его показать.			
34	«Подвижные игры с футболом»	Способствуют формированию мышечного корсета, коррекции деформаций позвоночника, расслаблению (за счет вибрации) спастичных мышц, развитию равновесия и координации движений, формируют двигательные навыки, положительно влияют на эмоционально-волевую сферу.	1
Детям предлагается сеть, лечь на футбол. Так же можно его покатать, покидать.			
35	«Свиристели»	Обогащать двигательный опыт ребенка. Развить координацию речи с движениями. Расширить представление о поведении зимующих птиц. Воспитывать любовь и бережное отношение к природе.	1
Дети встают по кругу друг за другом на небольшом расстоянии друг от друга. Педагог читает стихотворение, дети начинают двигаться по кругу, выполняя вместе с педагогом движения. К нам на этой неделе <i>Бегут по кругу друг за другом.</i> Прилетели свиристели.			

<p>Прилетели свиристели, Засвистели и запели: «Свири-свир, свири-свир! В парке мы устроим пир. Пир устроим на весь мир, Свири-свир, свири-свир!» Полетели, покружились, На рябину опустились. Стали ягоды клевать Да на землю их бросать. Как наелись, снова птицы Стали в воздухе кружиться. Громко начали кричать Да друг друга догонять! Свиристели поиграли</p>	<p><i>Идут по кругу друг за другом, высоко поднимая колени, взмахивая руками вверх-вниз. Останавливаются, поворачиваются лицом к центру круга.</i></p> <p><i>Выполняют наклоны вправо-влево, руки на поясе.</i></p> <p><i>Кружатся на месте, руки в стороны – вниз. Приседают, руки вниз. Поднимаются из присады, хлопают в ладоши.</i></p> <p><i>Разбегаются врассыпную в пределах игровой площадки, подражая полету и кружению птиц, имитируя их посвистывание: «Свири-свири-свир!»</i></p> <p><i>Встают в произвольном порядке около педагога.</i></p>	1
<p>36 «Паровоз»</p>	<p>Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры Упражнять детей в умении бегать, не наталкиваясь друг на друга; выполнять движения по сигналу</p>	1
<p>Дети становятся на одной стороне зала. Воспитатель спрашивает: «К поездке готовы?». Дети отвечают. Воспитатель продолжает: «Заводим моторы!». Дети по показу воспитателя двигают руками вперед, назад согнутыми в локтях вдоль туловища. После сигнала: «Поехали!» разводят руки в стороны и разбегаются по залу. По сигналу: «Остановка!» играющие возвращаются на исходную позицию. (можно включить песню <a href="https://vk.com/audio269099090_456240116_066898b6aa09c04a9b">https://vk.com/audio269099090_456240116_066898b6aa09c04a9b</a>)</p>		
<p>37 «Играй, мяч не теряй»</p>	<p>Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.</p>	1
<p><b>Описание игры:</b> Дети располагаются на площадке. Каждый играет с мячом, выполняя действия по своему выбору: бросает вверх и о землю, отбивает мяч на месте и в движении; бросает мяч в стену, в корзину. После сигнала педагога все должны быстро поднять мяч вверх. Правила: играть с мячом, не мешая товарищам, находить свободное место на площадке; не успевший по сигналу поднять мяч получает штрафное очко.</p>		
<p>38 «Запрещённое движение»</p>	<p>Подвижные игры. Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета Развитие глазомера, выносливости, скоростносиловых способностей. Уметь выполнять бег в среднем темпе, самостоятельно играть, внимательность.</p>	1
<p><b>Описание игры:</b> Играющие строятся в шеренгу или строятся по кругу (полукругу). Можно построиться в два или три ряда. Учитель находится перед ними. Он называет и выполняет ряд движений (типа зарядки), которые все играющие повторяют вслед за ним. Перед началом игры оговаривается одно или два «запрещенных движения», которые играющие делать не должны (например, «Руки на пояс», «Наклон</p>		

<p>вперед» и т. п.). Игрок, допустивший ошибку и выполнивший вслед за педагогом «запрещенное движение», должен сделать шаг вперед. Совершивший три ошибки выбывает из игры или штрафуются. Штраф может быть следующим: сделать кувырок, отгадать загадку, повторить скороговорку, проскакать на одной ноге и т.д.</p>			
39	«Два барана»	Развитие равновесия, координации движений, формирование мышечного корсета.	1
<p>Играют по два человека. Педагог обозначает чертой «мост», на котором происходит битва «двух баранов». Два ребенка сидят на фитболах и пытаются столкнуть партнера с мяча или с «моста». Выигрывает сильнейший, а на «мост» приглашаются следующие участники.</p>			
40	Спортивное состязание «Боулинг»	<p>Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.</p> <p>Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. Дети учатся ждать своей очереди, адекватно реагировать на проигрыш, упорство, ловкость, концентрации внимания и зрения.</p>	1
<p>Перед ребенком ставится задача сбить максимальное количество кеглей. Ребенок бросает два раза. За сбитые кегли ребенку начисляются очки, у кого больше очков, тот и победил.</p>			