

**Свердловская область  
Белоярский муниципальный округ  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад №17 «Березка»  
п. Совхозный**

624046, Свердловская обл., Белоярский р-н, п. Совхозный, ул. Первомайская 4 «в»,  
ИНН 6639006938/КПП 668301001  
тел./факс 8(34377) 4-51-67, e – mail: [super.mdou17@yandex.ru](mailto:super.mdou17@yandex.ru)

**Проект  
«Подвижные игры в повседневной жизни  
дошкольников»**



**Инструктор по ФК- Емельдяжева И.Э**

п. Совхозный, 2025г.

**Проект: «Подвижные игры в повседневной жизни дошкольников»**

**Тип проекта: физкультурно – оздоровительно - познавательный - практико-ориентированный.**

**Продолжительность проекта: долгосрочный.**

Вид по количеству участников - коллективный.

Участники проекта: дети 4 - 5 лет, воспитатель, родители.

Сроки проведения: 2025-2026 г.

**Автор проекта – Емельянова Ильмира Эдуардовна**

Проект по образовательной области: **«Физическое развитие»**. Интеграция с областями: «речевое развитие», «социально-коммуникативное развитие», «художественно-эстетическое развитие», «познавательное развитие».

### **Проблема.**

Обусловлена тем, что дошкольное детство – это период в жизни человека, когда формируется здоровье, осуществляется развитие личности. В настоящее время дети часто испытывают «двигательный дефицит». Дети мало играют в подвижные игры из-за привязанности к телевизору и компьютерным играм.

### **Актуальность проекта.**

Тема выбрана потому, что самое ценное в нашей жизни – дети.

Двигательная активность – важный фактор полноценного роста, сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей. Потребность в движении дана человеку природой. Детский возраст – это время интенсивного формирования и развития функций всех систем организма и психики, раскрытия способностей, становления личности. Являясь биологической потребностью человека, движения служат обязательным условием формирования всех систем и функций организма. Одним из эффективных средств повышения двигательной активности детей дошкольного возраста является подвижная игра.

Подвижные игры - наиболее доступный и эффективный метод воздействия на ребёнка при его активной помощи. Благодаря играм, обыденное - становится необычным, а потому особенно привлекательным. Преимущество

подвижных игр перед строго дозируемыми упражнениями в том, что игра связана с инициативой, фантазией, творчеством, протекает эмоционально, стимулирует двигательную активность. В игре используются естественные движения большей частью в развлекательной ненавязчивой форме.

### **Цель проекта.**

Развитие двигательной активности и физической подготовленности посредством подвижных игр.

### **Задачи проекта.**

1. Способствовать познавательному развитию ребенка путем знакомства с разными видами подвижных игр.
2. Формировать и совершенствовать жизненно необходимые двигательные умения и навыки (ходьба, бег, лазание, метание и т. д.). Удовлетворять потребность детей в движении.
3. Развивать основные физические качества и двигательные способности детей (силовые, скоростно-силовые, координационные и др.).
4. Способствовать сохранению положительного психоэмоционального состояния у детей. Способствовать развитию самоконтроля и самооценки в процессе организации разных форм двигательной активности.
5. Поощрять двигательное творчество и разнообразную игровую деятельность детей. Развивать умение применять знакомые подвижные игры в самостоятельной деятельности.
6. Привлечь родителей к участию в проекте.

### **Интеграция образовательных областей:**

#### **Социально-коммуникативное развитие:**

- развитие свободного общения между детьми в процессе совместной деятельности;
- развитие игровой деятельности - совместная игра;
- ознакомление с атрибутами к играм.
- формировать умение оценивать работу товарища;
- приобщение к общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками;

#### **Физическое развитие:**

- развивать координацию речи с движением;
- формировать речевой выдох;
- организация и проведение подвижных игр, сохраняющих и укрепляющих физическое здоровье детей;
- объяснение техники безопасности;
- включение подвижных игр в непосредственную образовательную деятельность;

### **Познавательное развитие:**

- формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей;
- объяснение правил игры;
- рассказ о подвижных играх;
- беседа «Как играли наши мамы и папы»;

### **Художественно-эстетическое развитие:**

- Включение народных подвижных игр в непосредственную образовательную деятельность, соответствующей тематики;
- Использование музыкального сопровождения во время проведения игр, умение действовать по звуковому сигналу;

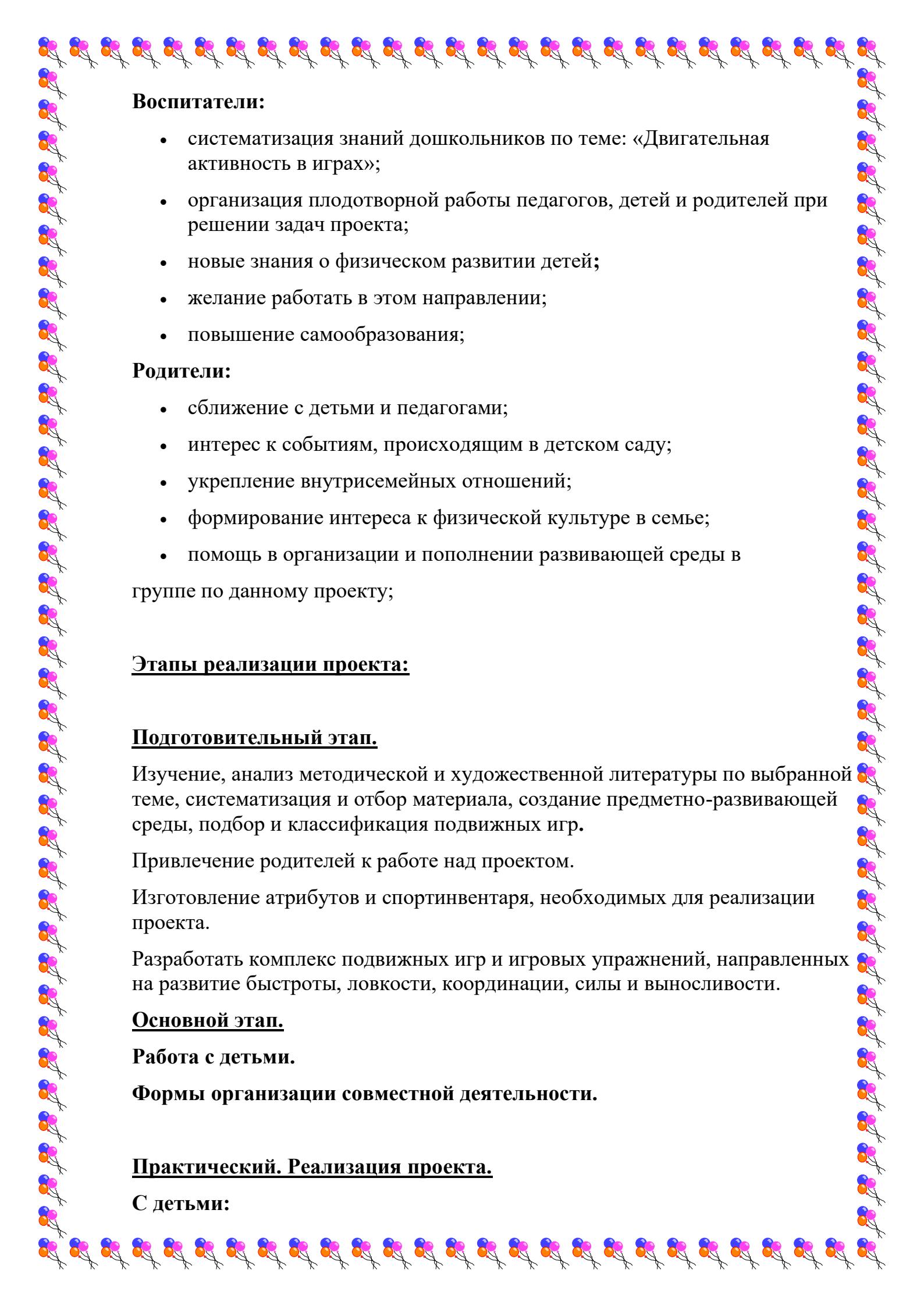
### **Речевое развитие:**

- совершенствовать умение говорить текст по ходу действия;
- формирование связной речи – диалогической и монологической форм, обсуждение хода игры и объяснение своих действий;
- практическое овладение нормами речи;
- заучивание считалок, говорок;
- заучивание текстов к играм, четкое проговаривание речевых фрагментов;

### **Предполагаемый результат.**

#### **Дети:**

- расширение представлений о здоровом образе жизни;
- вовлечение детей в спортивную жизнь детского сада;
- умение обратиться за помощью к взрослым;
- развитие познавательной активности, творческих способностей;
- умение самостоятельно играть в игры;



## **Воспитатели:**

- систематизация знаний дошкольников по теме: «Двигательная активность в играх»;
- организация плодотворной работы педагогов, детей и родителей при решении задач проекта;
- новые знания о физическом развитии детей;
- желание работать в этом направлении;
- повышение самообразования;

## **Родители:**

- сближение с детьми и педагогами;
- интерес к событиям, происходящим в детском саду;
- укрепление внутрисемейных отношений;
- формирование интереса к физической культуре в семье;
- помочь в организации и пополнении развивающей среды в группе по данному проекту;

## **Этапы реализации проекта:**

### **Подготовительный этап.**

Изучение, анализ методической и художественной литературы по выбранной теме, систематизация и отбор материала, создание предметно-развивающей среды, подбор и классификация подвижных игр.

Привлечение родителей к работе над проектом.

Изготовление атрибутов и спортивного инвентаря, необходимых для реализации проекта.

Разработать комплекс подвижных игр и игровых упражнений, направленных на развитие быстроты, ловкости, координации, силы и выносливости.

### **Основной этап.**

#### **Работа с детьми.**

#### **Формы организации совместной деятельности.**

### **Практический. Реализация проекта.**

#### **С детьми:**

Беседы с детьми: «История возникновения подвижных игр», «Знакомство с подвижными играми», «Основные правила здорового образа жизни», «Подвижные игры дома», «Подвижные игры на улице».

Продуктивная деятельность: «Изготовление атрибутов к играм»  
(маски и т. д.)

Разучивание подвижных игр по сезонам:

### **Подвижные игры для проведения в осенний период.**

#### **«Кто скорее соберет?»**

**Цель:** учить группировать овощи и фрукты; воспитывать быстроту реакции на слова, выдержку и дисциплинированность.

**Ход:** дети делятся на две бригады: «Садоводы» и «Огородники». На земле лежат муляжи овощей и фруктов и две корзины. По команде воспитателя бригады начинают собирать овощи и фрукты каждый в свою корзину. Кто собрал первым, поднимает корзину вверх и считается победителем.

#### **«Огуречик - огуречик...»**

**Цель:** укрепить мышцы ног, формировать чувство ритма.

**Ход:** на одной стороне зала – воспитатель (ловушка), на другой стороне – дети. Они приближаются к ловушке прыжками на двух ногах. Воспитатель говорит: *Огуречик, огуречик,*

*Не ходи на том конечик,*

*Там мышка живет,*

*Тебе хвостик отгрызет.*

Дети убегают за условную черту, а педагог их догоняет. Воспитатель произносит текст в таком ритме, чтобы дети смогли на каждое слово подпрыгнуть два раза.

#### **«Мышеловка»**

**Цель:** совершенствовать координацию движения и ловкость, умение действовать после сигнала.

**Ход:** играющие делятся на две неравные группы. Меньшая группа детей, взявшись за руки, образует круг. Они изображают мышеловку. Остальные

дети (мыши) находятся вне круга. Изображающие мышеловку начинают ходить по кругу, приговаривая:

*Aх, как мыши надоели,  
Всё погрызли, всё поели,  
Берегитесь же, плутовки,  
Доберёмся мы до вас.  
Вот поставим мышеловки,  
Переловим всех сейчас!*

Дети останавливаются, поднимают сцепленные руки вверх, образуя ворота. Мыши вбегают в мышеловку и выбегают из неё. По сигналу воспитателя «Хлоп» стоящие по кругу дети опускают руки, приседают – мышеловка захлопывается. Мыши, не успевшие выбежать из круга (мышеловки), считаются пойманными. Пойманные становятся в круг, мышеловка увеличивается. Когда большая часть детей поймана, дети меняются ролями, и игра возобновляется. Игра повторяется 4-5 раз.

### **«Охотники и зайцы»**

**Цель:** развитие у детей умения бегать, не наталкиваясь друг на друга, развитие ловкости и координации движений.

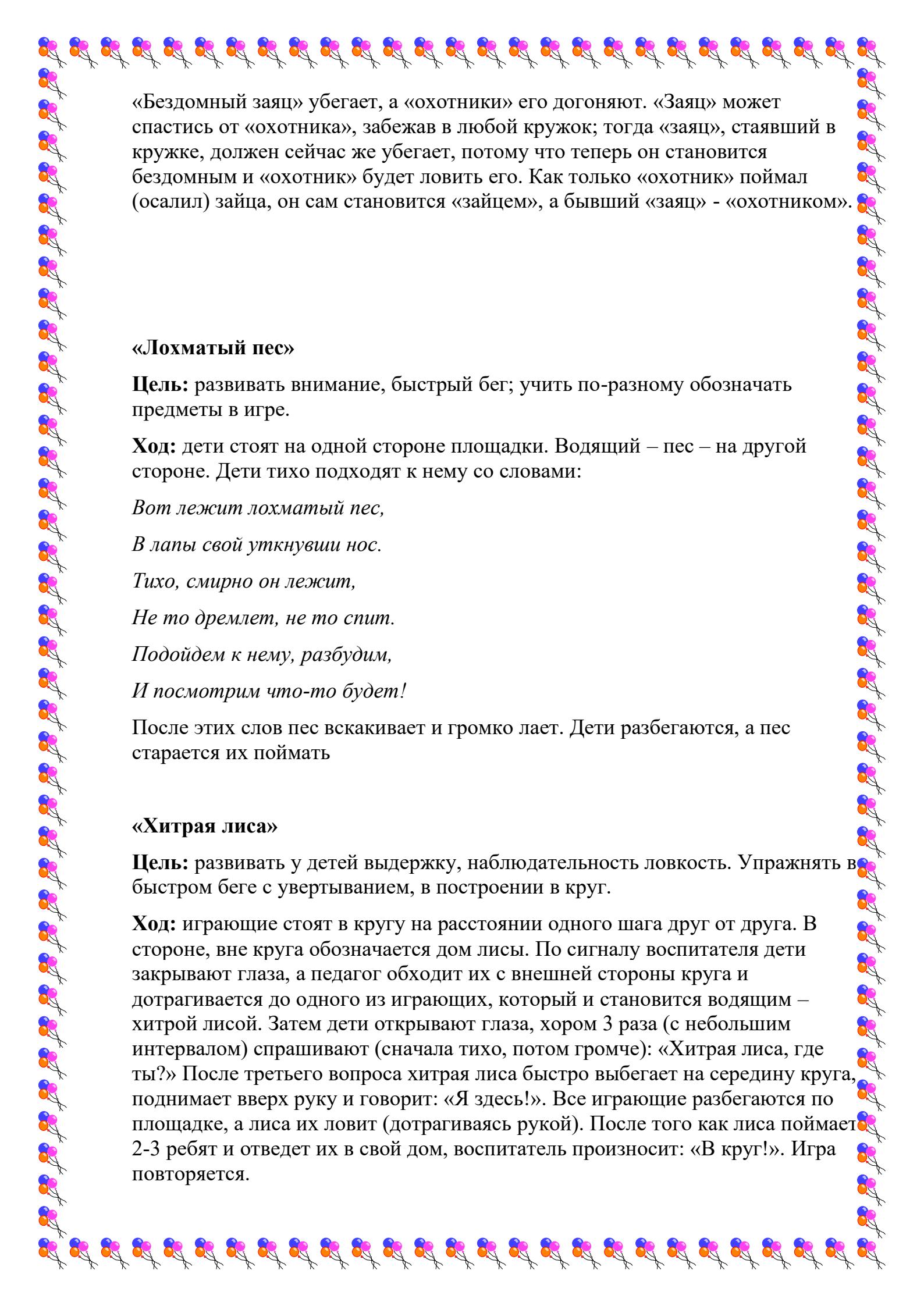
**Ход:** из числа играющих выбирается охотник, остальное дети – зайцы. На одной стороне зала (площадки) отводится место для охотника, на другой – дом зайцев. Охотник ходит по залу(площадке), делая вид, что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе в дом. Зайцы выпрыгивают из-за кустов и прыгают (на 2-х ногах, на правой или левой – кто как хочет) в разных направлениях. По сигналу: «Охотник!» - зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мячи (в руках у него 2-3 мягких мяча). Зайцы, в которых он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом. После каждой охоты на зайцев охотник меняется, но выбирается не из числа пойманных.

### **«Бездомный заяц»**

**Цель:** улучшать быстроту реакции на звуковой сигнал, учить детей играть по правилам.

**Ход:** из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц.

Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки (дома), и каждый встает в него.

  
«Бездомный заяц» убегает, а «охотники» его догоняют. «Заяц» может спасти от «охотника», забежав в любой кружок; тогда «заяц», ставший в кружке, должен сейчас же убегать, потому что теперь он становится бездомным и «охотник» будет ловить его. Как только «охотник» поймал (осалил) зайца, он сам становится «зайцем», а бывший «заяц» - «охотником».

### «Лохматый пес»

**Цель:** развивать внимание, быстрый бег; учить по-разному обозначать предметы в игре.

**Ход:** дети стоят на одной стороне площадки. Водящий – пес – на другой стороне. Дети тихо подходят к нему со словами:

*Вот лежит лохматый пес,  
В лапы свой уткнувши нос.  
Тихо, смирно он лежит,  
Не то дремлет, не то спит.  
Подойдем к нему, разбудим,  
И посмотрим что-то будет!*

После этих слов пес вскакивает и громко лает. Дети разбегаются, а пес старается их поймать

### «Хитрая лиса»

**Цель:** развивать у детей выдержку, наблюдательность ловкость. Упражнять в быстром беге с увертыванием, в построении в круг.

**Ход:** играющие стоят в кругу на расстоянии одного шага друг от друга. В стороне, вне круга обозначается дом лисы. По сигналу воспитателя дети закрывают глаза, а педагог обходит их с внешней стороны круга и дотрагивается до одного из играющих, который и становится водящим – хитрой лисой. Затем дети открывают глаза, хором 3 раза (с небольшим интервалом) спрашивают (сначала тихо, потом громче): «Хитрая лиса, где ты?» После третьего вопроса хитрая лиса быстро выбегает на середину круга, поднимает вверх руку и говорит: «Я здесь!». Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит (дотрагиваясь рукой). После того как лиса поймает 2-3 ребят и отведет их в свой дом, воспитатель произносит: «В круг!». Игра повторяется.

## **«Лисичка и курочки»**

**Цель:** развивать быстрый бег, ловкость.

**Ход:** на одном конце площадки находятся в курятнике куры и петухи. На противоположном – стоит лисичка. Курочки и петухи (от трех до пяти игроков) ходят по площадке, делая вид, что клюют зерна. Когда к ним подкрадывается лисичка, петухи кричат: «Ку-ка-ре-ку!» По этому сигналу все бегут в курятник, за ними бросается лисичка, которая старается дотронуться до любого из игроков.

Если водящему не удается дотронуться до кого-либо из игроков, то он снова водит.

## **«Такой листок - лети ко мне»**

**Цель:** развивать внимание, наблюдательность; упражнять в нахождении листьев по сходству; активизировать словарь.

**Ход:** воспитатель с детьми рассматривает листья, упавшие с деревьев. Описывает их, говорит, с какого они дерева. Через некоторое время, раздает детям листья от разных деревьев, находящихся на участке, и просит внимательно его послушать. Показывает лист от дерева и говорит: «У кого такой же листок, бегите ко мне!»

## **«Зайцы и медведи»**

**Цель:** развивать ловкость, умение перевоплощаться.

**Ход игры:** ребенок- «медведь» сидит на корточках и дремлет. Дети- «зайцы» прыгают вокруг и дразнят его:

*Мишка бурый, мишка бурый,*

*Отчего такой ты хмурый?*

*«Медведь» встает, отвечает:*

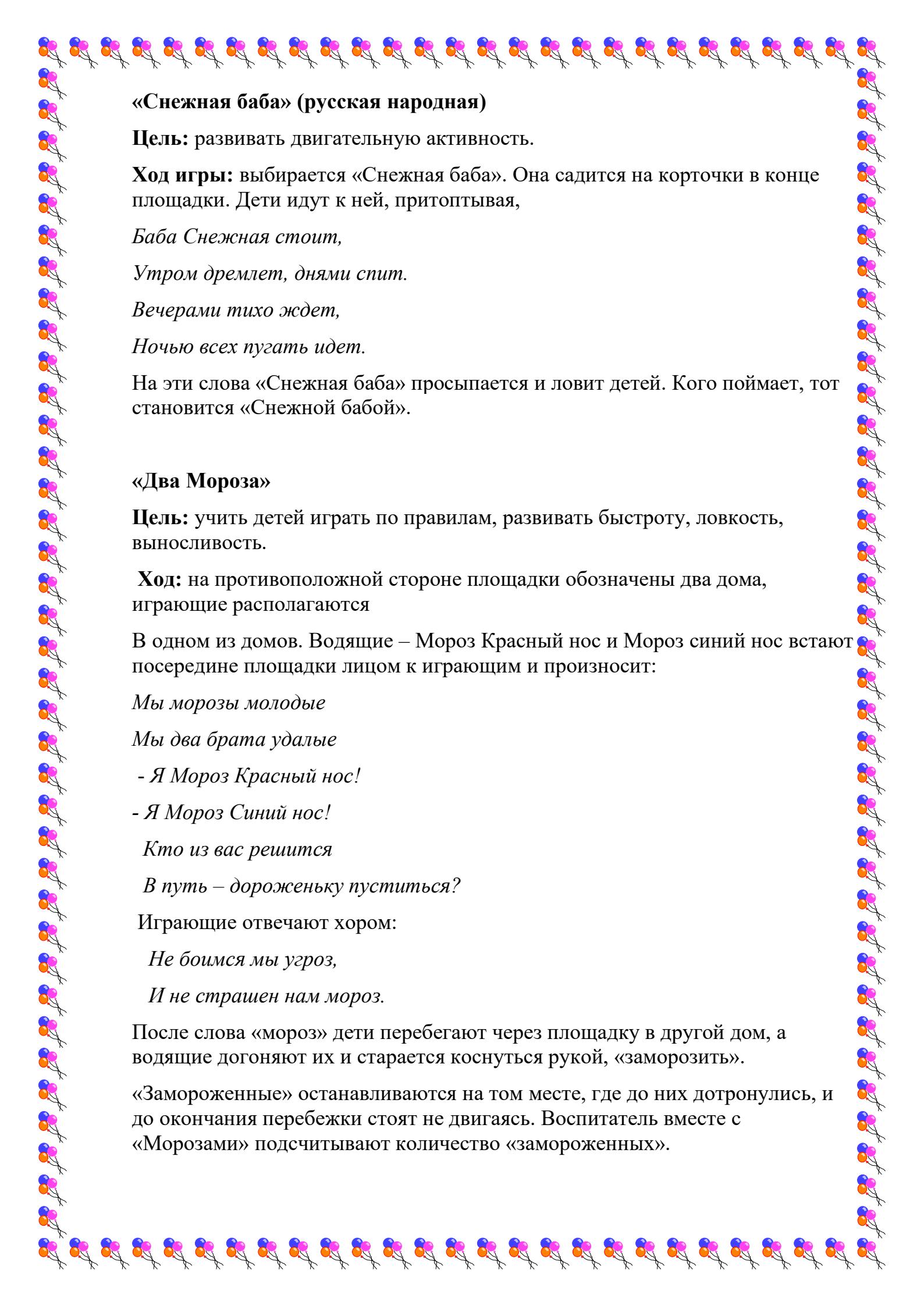
*Я медком не угостился*

*Вот на всех и рассердился.*

*1,2,3,4,5 – начинаю всех гонять!*

После этого «медведь» ловит «зайцев».

**Подвижные игры для проведения в зимний период.**



## «Снежная баба» (русская народная)

**Цель:** развивать двигательную активность.

**Ход игры:** выбирается «Снежная баба». Она садится на карточки в конце площадки. Дети идут к ней, притоптывая,

*Баба Снежная стоит,*

*Утром дремлет, днями спит.*

*Вечерами тихо ждет,*

*Ночью всех пугать идет.*

На эти слова «Снежная баба» просыпается и ловит детей. Кого поймает, тот становится «Снежной бабой».

## «Два Мороза»

**Цель:** учить детей играть по правилам, развивать быстроту, ловкость, выносливость.

**Ход:** на противоположной стороне площадки обозначены два дома, играющие располагаются

В одном из домов. Водящие – Мороз Красный нос и Мороз синий нос встают посередине площадки лицом к играющим и произносит:

*Мы морозы молодые*

*Мы два брата удалые*

*- Я Мороз Красный нос!*

*- Я Мороз Синий нос!*

*Кто из вас решится*

*В путь – дороженьку пуститься?*

Играющие отвечают хором:

*Не боимся мы угроз,*

*И не страшен нам мороз.*

После слова «мороз» дети перебегают через площадку в другой дом, а водящие догоняют их и старается коснуться рукой, «заморозить».

«Замороженные» останавливаются на том месте, где до них дотронулись, и до окончания перебежки стоят не двигаясь. Воспитатель вместе с «Морозами» подсчитывают количество «замороженных».

## «Смелые воробушки»

**Цель:** развивать быстроту и ловкость.

**Ход:** дети строятся в круг, перед каждым играющим два снежка. В центре круга водящий – кошка. Дети изображают воробушка и по сигналу воспитателя прыгают в круг через снежки и прыгают обратно из круга по мере приближения кошки. Воробей, которого коснулась кошка. Получает штрафное очко, но из игры не выбывает. Через некоторое время воспитатель останавливает игру и, подсчитывает количество «осаленных»; выбирается новый водящий.

## «Зимующие и перелетные птицы» (русская народная)

**Цель:** развивать двигательные навыки; закреплять представление о поведении птиц зимой.

**Ход:** дети надевают шапочки птиц (перелетных и зимующих). В середине площадки на расстоянии друг от друга стоят два ребенка в шапочках Солнышка и Снежинки. «Птицы» бегают врасыпную со словами:

*Птички летают, зерна собирают.*

*Маленькие птички, птички-невелички.*

После этих слов «перелетные птицы» бегут к Солнцу, а «зимующие» - к снежинке. Чей круг быстрее соберется, тот и выиграл.

## «Ветерок»

**Цель:** развивать двигательные навыки, упражнять в умении менять движения в соответствии с текстом.

**Ход:** выбирается водящий. Ему надевают шапочку «Ветерка». И он отходит в сторону. Воспитатель говорит:

*«Из – за елки на опушке*

*Чьи-то выглянули ушки. (Дети присели и показывают ушки)*

*Лапки заек замерзают,*

*Зайки лапки согревают (встали, согревают лапки)*

*Стали прыгать и скакать,*

*Стали весело играть». (Дети прыгают).*

Воспитатель говорит:

«*Ну-ка, ветер, не зевай*

*И зайчишек догоняй!»*

Водящий догоняет детей.

### **«Охота на зайцев»**

**Цель:** развивать внимание, ловкость, быстрый бег.

**Ход:** Все ребята - «зайцы» и 2-3 «охотника». «Охотники» находятся на противоположной стороне, где для них нарисован дом.

Воспитатель:

*Никого нет на лужайке.*

*Выходите, братцы-зайки,*

*Прыгать, кувыркаться!..*

*По снегу кататься!..*

«Охотники» выбегают из домика и охотятся на зайцев. Пойманных «зайцев» «охотники» забирают себе в дом, и игра повторяется.

### **Подвижные игры для проведения в весенний период.**

#### **«Гори, гори ясно!»**

**Цель:** развивать быстроту и ловкость

**Ход:** игроки стоят в колонну по два, держась за руки, впереди колонны – водящий. Дети хором говорят:

*Гори, гори ясно, чтобы не погасло.*

*Глянь на небо: птички летят,*

*Колокольчики звенят!*

*Раз, два, три – беги!*

По окончанию слов игроки последней пары опускают руки и бегут в начало колонны – один справа, другой слева от нее. Водящий пытается запятнать одного из игроков, прежде чем тот успеет взяться за руки со своей парой. Если водящий запятнал игрока, то он становится с ним в пару впереди колонны.

## **«Птички и птенчики»**

**Цель:** развивать у детей выполнение движений по сигналу. Упражнять в беге в разных направлениях не задевая друг друга.

**Ход:** дети делятся на 3 – 4 группы; каждая группа имеет свой домик-гнездо. У каждой группы «птенчиков» есть птичка-мама. По слову воспитателя «полетели» птенчики вылетают из гнезда. По слову воспитателя «домой» птички-мамы возвращаются и зовут птенчиков домой. В гнезде птенчики усаживаются в кружок. Игра проводится 3 – 4 раза.

## **«Найди свой цвет»**

**Цель:** развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по сигналу. Упражнять ходьбе и в беге.

**Ход:** дети получают флаги трех-четырех цветов: красного, синего и желтого цвета и группируются по 4-6 человек в разных углах площадки. В каждом углу воспитатель ставит на подставке цветной флаг (красный, синий, желтый). По сигналу воспитателя «идите гулять» дети расходятся по площадке. По слову воспитателя «найди свой цвет» дети собираются возле флага соответствующего цвета. Продолжительность игры 4 – 5 минут.

## **«Найди себе пару»**

**Цель:** развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять детей в беге.

**Ход:** каждый ребенок получает один флагок. Флажки двух цветов поровну. По сигналу воспитателя дети разбегаются по площадке. По сигналу «найди пару» дети, имеющие одинаковые флаги, становятся рядом. В игре должно принимать участие нечетное число детей, чтобы один остался без пары. Обращаясь к нему, все играющие говорят:

*Ваня, Ваня не зевай (Таня, Оля и другие.)*

*Быстро пару выбирай!*

Затем по удару в бубен дети опять разбегаются по площадке, и игра повторяется. Продолжительность игры 5-7 минут.

## **«Перепрыгнем через ручеек»**

**Цель:** упражнять в прыжках в длину с места.

**Ход:** на площадке рисуется ручеек, с одного конца узкий, а дальше все шире и шире (от 10 до 40 см.) Группе детей предлагается перепрыгнуть через ручеек вначале там, где узкий, а затем там, где шире, и, наконец, где самый широкий. Продолжительность игры 5 – 6 минут.

### «Мы веселые ребята»

**Цель:** воспитывать быстроту и ловкость.

**Ход:** дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне площадки проводится вторая черта. В центре площадки находится ловушка. Водящий назначается воспитателем или выбирается детьми. Дети хором произносят:

*Мы, веселые ребята,*

*Любим бегать и скакать.*

*Ну, попробуй нас догнать.*

*Раз, два, три – лови!*

После слова «лови» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловушка догоняет бегущих, ловит их. Тот, до кого ловушка сумеет дотронуться, прежде чем убегающий пересечет черту, считается пойманым. Он отходит в сторону. После 2 -3 перебежек выбирается другой ловушка.

Игра повторяется 3-4 раз.

**Указания:** если после 2 – 3 перебежек ловушка никого не поймает, все равно выбирается новый ловушка.

### «Беги к тому, что назову»

**Цель:** тренировать в быстром нахождении названного предмета на площадке или в комнате; развивать быстрый бег стайкой, внимание.

**Ход:** выбирается водящий, дети стоят рядом с ним и слушают, что он скажет. Водящий объясняет: «Куда я скажу, туда вы побежите, и будете ждать меня», затем произносит: «Раз, два, три к песочнице беги!» Водящий внимательно следит за детьми, кто побежит не к тому предмету, отводит на скамейку штрафников. Игра повторяется. (дети бегут к столику, к любому дереву, к веранде.)

### «Космонавты»

**Цель:** развивать у детей внимание, ловкость, воображение. Упражнять ориентировку в пространстве.

**Ход:** по краям площадки чертятся контуры ракет. Общее количество мест в ракетах должно быть меньше количества играющих детей. Посередине площадки космонавты, взявшись за руки, ходят по кругу, приговаривая:

*Ждут нас быстрые ракеты      На такую полетим!*

*Для прогулок по планетам.      Но в игре один секрет:*

*На какую захотим,      Опоздавшим места нет.*

С последними словами дети отпускают руки и бегут занимать места в ракете. Те, кому не хватило места в ракетах, остаются на космодроме, а те, кто сидит в ракетах, поочередно рассказывают, где пролетают и что видят. После этого все снова встают в круг, и игра повторяется. Во время полета вместо рассказа о виденном детям предлагается выполнять различные упражнения, задания, связанные с выходом в космос.

## **Подвижные игры для проведения в летний период.**

### **«Совушка»**

**Цель:** учиться неподвижно стоять некоторое время, внимательно слушать.

**Ход:** играющие свободно располагаются на площадке. В стороне («в дупле») сидит или стоит «Сова». Воспитатель говорит: «*День наступает – все оживает*». Все играющие свободно двигаются по площадке, выполняя различные движения, имитируя руками полет бабочек, стрекоз и других насекомых.

Неожиданно произносит: «*Ночь наступает, все замирает, сова вылетает*». Все должны немедленно остановиться в том положении, в котором их застали эти слова, и не шевелиться. «Сова» медленно проходит мимо играющих и зорко осматривает их. Кто пошевелился или засмеялся, того «сова» отправляет к себе в «дупло».

Через некоторое время игра останавливается, и подсчитывают, сколько человек «сова» забрала к себе. После этого выбирают новую «сову» из тех, кто к ней не попал. Выигрывает та «сова», которая забрала себе большее число играющих.

### **«Поймай комара»**

**Цель:** развивать у детей умение согласовывать движения со зрительным сигналом. Упражняться в прыжках на месте.

**Ход:** играющие становятся в круг, на расстоянии вытянутых в стороны рук. Воспитатель в центре. Он вращает по кругу шнур, к концу которого привязан

**«комар».** Воспитатель кружит комара немного выше головы играющих. Играющие внимательно следят за комаром и при его приближении подпрыгивают на месте, чтобы поймать его. Тот, кто схватит комара, говорит: «Я поймал». Продолжительность 4 -5 минут.

### **«У медведя во бору...»**

**Цель:** развивать у детей сообразительность, ориентировку в пространстве и ритмичность движений. Упражнять детей в беге и ловле

**Ход:** на одном конце площадки проводится черта. Эта опушка леса. За чертой очерчивается место для медведя. На противоположном конце площадки обозначается линией дом детей. Воспитатель назначает одного из играющих медведем. Дети направляются к опушке леса и проговаривают:

*У медведя во бору грибы, ягоды беру.*

*А медведь не спит и на нас рычит.*

Когда играющие произносят слово «рычит», медведь с рычанием встает, а дети бегут «домой». Медведь старается их поймать. Пойманного отводят к себе. Продолжительность игры 5 – 6 минут.

### **«Цветные автомобили»**

**Цель:** развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу. Упражнять в беге, ходьбе.

**Ход:** вдоль стены сидят на скамейках дети. Они – «автомобили». Каждому дается флагок какого – либо цвета или цветной круг, кольцо. Воспитатель в центре площадки. Он держит в руке три цветных флагка. Воспитатель поднимает флагок какого – либо цвета. Все дети, имеющие флагок этого цвета, бегут по площадке; на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда воспитатель опустит флагок, дети останавливаются и по сигналу «в гараж» направляются шагом к своей скамейке. Продолжительность 4 - 6 минут.

### **«Кот на крыше»**

**Цель:** развивать координацию движений; развивать ритмичную, выразительную речь.

**Ход:** дети становятся в круг. В центре – «кот». Остальные дети – «мыши». Они тихо подходят к «коту» и, грозя друг другу пальцем, говорят хором вполголоса:

*Тише мыши, тише мыши...*

*Кот сидит на нашей крыше.*

*Мышка, мышка, берегись.*

*И коту не попадись!*

После этих слов «кот» гонится за мышками, те убегают. Нужно отметить чертой «мышкин дом» – норку, куда «кот» не имеет права забегать.

### **«Журавль и лягушки»**

**Цель:** развивать внимание, ловкость; учить ориентироваться по сигналу.

**Ход:** на земле чертится большой прямоугольник – река. На расстоянии 50 см от нее сидят дети - «лягушки» на кочках. Позади детей в своем гнезде сидит «журавль». «Лягушки» усаживаются на кочки и начинают свой концерт:

*Вот с насиженной гнилушки*

*В воду шлепнулись лягушки.*

*И, надуввшись, как пузырь,*

*Стали квакать из воды:*

*«Ква, ке, ке,*

*Ква, ке, ке.*

*Будет дождик на реке».*

Как только лягушки произнесут последние слова, «журавль» вылетает из гнезда и ловит их. «Лягушки» прыгают в воду, где «журавлю» ловить их не разрешается. Пойманная «лягушка» остается на кочке до тех пор, пока «журавль» не улетит и не вылезут «лягушки» из воды.

### **«Зайцы и медведи»**

**Цель:** развивать ловкость, умение перевоплощаться.

**Ход:** ребенок-«медведь» сидит на корточках и дремлет. Дети- «зайцы» прыгают вокруг и дразнят его:

*Мишка бурый, мишка бурый,*

*Отчего такой ты хмурый?*

*«Медведь» встает, отвечает:*

*Я медком не угостился*

*Вот на всех и рассердился.*

*1,2,3,4,5 – начинаю всех гонять!*

После этого «медведь» ловит «зайцев».

### «Карусель»

**Цель:** учить одновременно двигаться и говорить, быстро действовать после сигнала.

**Ход:** играющие стоят в кругу. На земле лежит веревка, концы которой связаны. Они подходят к веревке, поднимают ее с земли и, держась за нее правыми {или левыми} руками, ходят по кругу со словами:

*Еле, еле, еле, еле*

*Завертелись карусели,*

*А потом кругом, кругом*

*Все бегом, бегом, бегом.*

Играющие двигаются сначала медленно, а после слова «бегом» бегут.

По команде руководителя «Поворот!» они быстро берут веревку другой рукой и бегут в противоположную сторону. На словах:

*Тише, тише, не спешите,*

*Карусель остановите,*

*Раз и два, раз и два,*

*Вот и кончилась игра.*

Движение карусели постепенно замедляется, а с последними словами останавливается. Играющие кладут веревку на землю и разбегаются по площадке. По сигналу они спешат вновь сесть на карусель, то есть взяться рукой за веревку, и игра возобновляется. Занимать места на карусели можно только до третьего звонка (хлопки). Опоздавший на карусели не катается.

### «Ловишка» (с ленточками)

**Цель:** развивать у детей ловкость, сообразительность. Упражнять в беге с увертыванием, в ловле и в построении в круг.

**Ход:** играющие строятся по кругу, каждый получает ленточку, которую он закладывает сзади за пояс или за ворот. В центре круга - ловишка. По сигналу «Раз, два, три - лови» дети разбегаются, а ловишка стремится вытянуть у кого-нибудь ленточку. Лишившийся ленточки отходит в сторону.

По сигналу «Раз, два, три - в круг скорей беги!», дети строятся в круг. Воспитатель предлагает поднять руки тем, кто лишился ленточки, то есть проиграл, и подсчитывает их. Ловишка возвращает ленточки детям. Игра начинается с новым водящим.

Правила: Ловишка должен брать только ленту, не задерживая играющего. Играющий, лишившийся ленты, отходит в сторону.

### **С родителями:**

Консультации для родителей: «Отношение родителей к занятиям спортом детей», «Детские подвижные игры», «Веселая физкультура дома».

Памятки: «Играйте вместе с детьми», «Подвижные игры дома».

Папка раскладушка: «Здоровый образ жизни для дошкольников».

Введение в непосредственно – образовательную, самостоятельную деятельность детей подвижных игр.

### **Заключительный. Подведение итогов.**

«День подвижной игры» (дети самостоятельно выбирают в какие игры будут играть на улице, в группе, а также атрибуты)

«Круглый стол» с участием родителей на тему: «Активные формы отдыха, как укрепление здоровья ребенка».

Создание картотеки: «Подвижные игры».

Обогащение развивающей среды в группе.

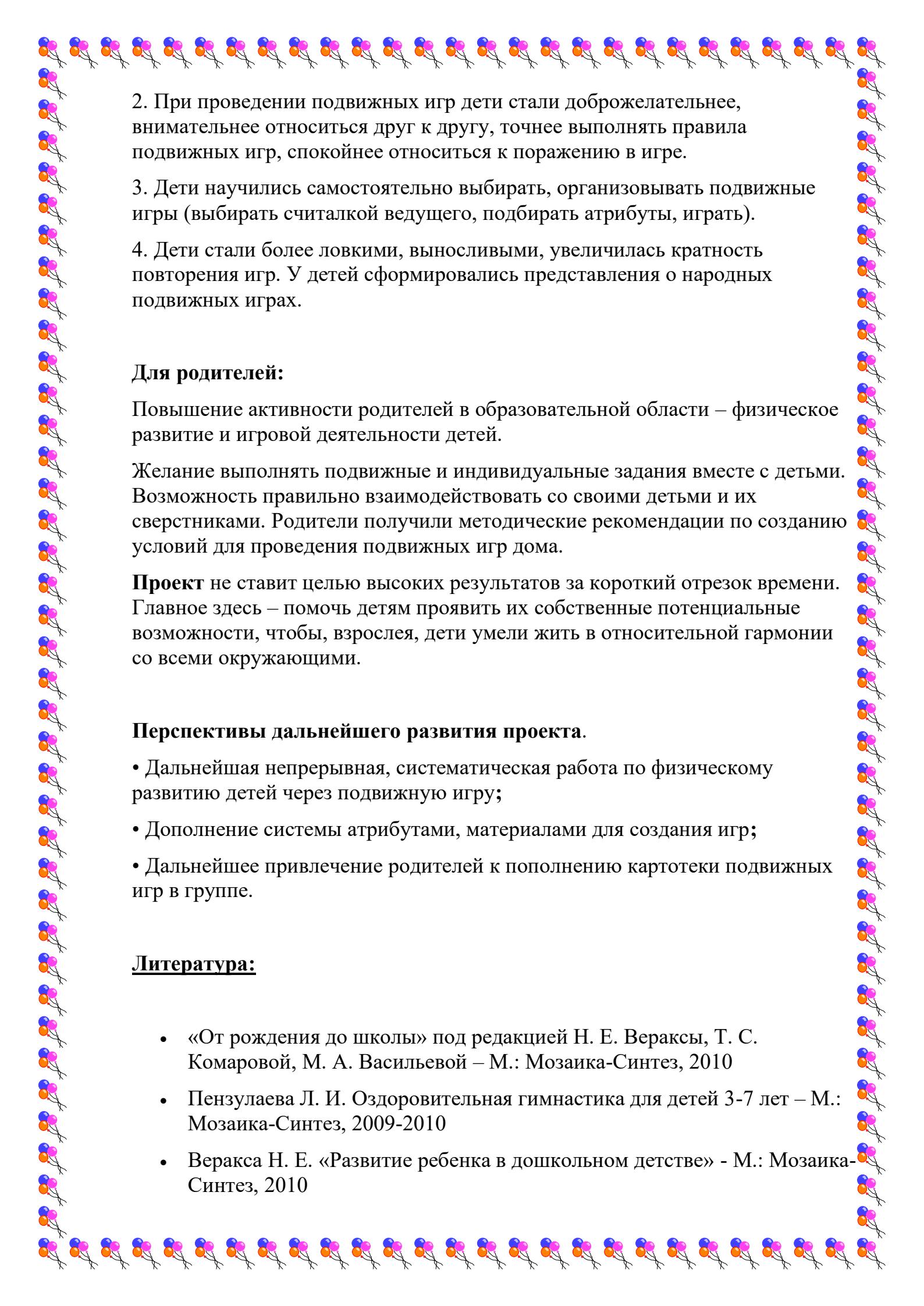
Анализ и обобщение результатов, вывод.

В ходе проекта были созданы условия, обеспечивающие эффективное использование подвижных игр, апробированы подвижные игры, таким образом, гипотеза проекта верна и развитие физической активности посредством подвижных игр стало успешным у детей среднего дошкольного возраста.

### **Вывод:**

#### **Для детей:**

1. Расширился кругозор детей, обогатился игровой опыт. У детей сформировался интерес к здоровому образу жизни.

- 
2. При проведении подвижных игр дети стали доброжелательнее, внимательнее относиться друг к другу, точнее выполнять правила подвижных игр, спокойнее относиться к поражению в игре.
  3. Дети научились самостоятельно выбирать, организовывать подвижные игры (выбирать считалкой ведущего, подбирать атрибуты, играть).
  4. Дети стали более ловкими, выносливыми, увеличилась кратность повторения игр. У детей сформировались представления о народных подвижных играх.

### **Для родителей:**

Повышение активности родителей в образовательной области – физическое развитие и игровой деятельности детей.

Желание выполнять подвижные и индивидуальные задания вместе с детьми. Возможность правильно взаимодействовать со своими детьми и их сверстниками. Родители получили методические рекомендации по созданию условий для проведения подвижных игр дома.

**Проект** не ставит целью высоких результатов за короткий отрезок времени. Главное здесь – помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, чтобы, взрослея, дети умели жить в относительной гармонии со всеми окружающими.

### **Перспективы дальнейшего развития проекта.**

- Дальнейшая непрерывная, систематическая работа по физическому развитию детей через подвижную игру;
- Дополнение системы атрибутами, материалами для создания игр;
- Дальнейшее привлечение родителей к пополнению картотеки подвижных игр в группе.

### **Литература:**

- «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой – М.: Мозаика-Синтез, 2010
- Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет – М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010
- Веракса Н. Е. «Развитие ребенка в дошкольном детстве» - М.: Мозаика-Синтез, 2010

- Козак О.Н. «Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет»
- Конторович М.М., Михайлова Л.И. «Подвижные игры в детском саду» М.М.Конторович и другие - М.: издательство «Книга по Требованию», 2012. – 132 с.;
- Степаненкова Э.Я. «Методика проведения подвижных игр» Э.Я.Степаненкова - М.: издательский центр «Академия», 2009, - 98 с.;
- Федеральные государственные образовательные стандарты дошкольного образования. Министерство образования и науки Р.Ф. 2013г.