

Принято  
На Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2024г

Утверждено  
Приказ № 66-од от 26.08.2024г

**Программа  
дополнительного  
образования  
«Юнармейский отряд  
«Вместе мы сила!»**

Автор: Авершина Юлия Геннадьевна,  
музыкальный руководитель  
Загребина Светлана Павловна  
воспитатель

с. Илек, 2023 г.  
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Согласно указу Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей» обучение и воспитание дошкольников должно быть направлено на развитие личности на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества.

Данная программа позволит сформировать у воспитанников основы базовых национальных ценностей: достоинство, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству, семья, созидательный труд, историческая память и преемственность поколений, что заложит фундамент для дальнейшего формирования гражданской позиции в период обучения в школе.

Программа «Юнармейский отряд «Вместе мы сила!» (далее – Программа) разработана в соответствии Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ (ред. от 07.10.2022г.) «Об образовании в Российской Федерации», ФГОС дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки от 17 октября 2013 года 1155 (ред. от 08.11.2022 «955), федеральной образовательной программы дошкольного образования (приказ Министерства просвещения РФ от 25.11.2022г. №1028), Указу Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей», основной образовательной программы МБДОУ «Илекский детский сад «Теремок» и требованиями Устава Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «Юнармия» от 28.05.2016 г

Программа является модульной, направлена на духовно-нравственное, социокультурное и физическое развитие воспитанников. Рассчитана на 1 год и предназначена для работы с детьми старшего дошкольного возраста (6-7 лет).

**Целью** программы является разностороннее военно-патриотическое, гражданское, нравственное, физическое воспитание старших дошкольников. Для достижения этой цели необходимо решение следующих **задач**:

1. Формировать навыки здорового образа жизни, правильного поведения в экстремальных ситуациях.
2. Научить оказывать первую доврачебную медицинскую помощь.
3. Познакомить с основами ВС РФ.
4. Научить приемам строевой подготовки.
5. Совершенствовать двигательные навыки и умения. Подготовить к сдаче ГТО.
6. Воспитывать патриотизм, гражданское сознание, верность Отечеству, чувство любви к Родине, положительную мотивацию к военной службе, чувство гордости за свой народ и страну.

### **Ожидаемые результаты**

- ✓ Следят за своим здоровьем самостоятельно и могут объяснить как.
- ✓ Соблюдают основы безопасного поведения дома, на улице, на природе. Владеет простейшими алгоритмами поведения в опасных ситуациях (на воде, при пожаре).
- ✓ Применяют на практике алгоритм оказания первой доврачебной помощи при травмах, ожогах, ранах и т.д. Накладывают стерильные повязки.
- ✓ Выполняют приемы строевой подготовки. Четко и последовательно осуществлять команды, выполнять приказы командира.
- ✓ Различают военную символику, определяют звания по погонам. Знают военные профессии, воинские ритуалы.
- ✓ Выполняют нормативы по физической подготовке, сдача норм ГТО.
- ✓ Выражают интерес к жизни родного края. Проявляют патриотические чувства, желание служить Отечеству. Уважительно относятся к символам воинской славы.

**Оценивание коллективного результата** группы воспитанников происходит на общем мероприятии (смотр песни и строя).

Для **индивидуальной оценки** результатов деятельности каждого ребенка используется карта достижений, в которую вносятся индивидуальные результаты по модулям.

На общем мероприятии объявляются результаты и награждаются воспитанники, набравшие максимальное количество баллов по всем модулям и набравшие максимальное количество баллов по отдельным направлениям.

Для представления результатов достижений используются также такие формы, как выставка достижений, творческие работы, проекты, наблюдения и др.

### **Особенности возрастной группы детей.**

Возрастные особенности развития детей старшего дошкольного возраста представляют собой совокупность психологических характеристик – основных видов деятельности, внутренних психических состояний и поведения, которые оказывают существенное влияние на успешность обучения и развития ребенка. Можно выделить несколько составляющих этого понятия: интеллектуальное развитие, физическое развитие (в т.ч. состояние здоровья), духовно-нравственное развитие.

Основным моментом в формировании личности в старшем дошкольном возрасте становится взаимосогласованность мотивов и желаний ребенка. Из этих мотивов и желаний выделяют значимые и за счет этого происходит переход от ситуативного поведения к поведению, опосредованному определенными образцами, правилами, нормами.

В основе отношения старшего дошкольника к миру лежит забота, сострадание, доброта, гуманность. Ребенок испытывает ценностное отношение к окружающей среде, познавая мир постоянных вещей, овладевая использованием все большего числа предметов в соответствии с их функциональным назначением. Перед ним открывается постоянство вещей и

удивляет его. Дошкольник становится ближе к человеческой культуре и замечает двойственную природу рукотворного мира: постоянство функционального назначения предмета и относительность этого постоянства.

В старшем дошкольном возрасте появляется личностная форма поведения, которая связана не только с выделением собственного «я», но и с принципиально новым типом отношений ребенка к окружающему миру.

Переход в подготовительную группу связан с изменением психологической позиции детей: они впервые начинают ощущать себя самыми старшими среди других детей в детском саду. На седьмом году жизни ребенок начинает осознавать свое место среди других людей, у него формируется внутренняя социальная позиция и стремление соответствовать его потребностям новой социальной роли. Поведение ребёнка начинает регулироваться также его представлениями о том, что такое хорошо и что плохо. Именно в старшем дошкольном возрасте создается широкая основа для формирования первичных форм социально значимых нравственных качеств ценностей.

Большое значение для детей 6-7 лет приобретает общение друг с другом, их избирательные отношения становятся устойчивыми. Именно в этот период зарождается детская дружба.

К шести годам значительно возрастает количество социальных действий, и усиливается эмоциональная вовлеченность в действия и переживания сверстников, сопереживание другим становится более адекватным и выраженным. Существенно возрастает активность детей направленная на сверстников (утешение, помощь, уступки и т.п.). Появляется стремление не только отозваться на переживания сверстников, но и понять их.

Дети в старшем дошкольном возрасте начинают понимать смысл нравственных требований и правил, у них развивается способность предвидеть последствия своих поступков.

У старшего дошкольника появляется пороговый уровень самосознания и волевой регуляции поведения, который характеризуется оформлением у ребенка его внутренней позиции – довольно устойчивой системы отношений к окружающему миру, к людям, к себе.

Внутренняя позиция ребенка старшего дошкольного возраста в дальнейшем становится исходным пунктом для возникновения и развития у него многих других, в частности, волевых, качеств личности, в которых проявляются его настойчивость, независимость, самостоятельность и целеустремленность.

В физиологическом плане надо отметить, что в 6 - 7 летнем возрасте созревание крупных мышц опережает развитие мелких, и поэтому детям легче выполнять сравнительно сильные, размашистые движения, чем те которые требуют большой точности. Под влиянием физических занятий сила мышц в возрастном аспекте увеличивается значительно быстрее. Возрастные особенности детей ограничивают применение силовых упражнений на занятиях физической культуры. Силовые и особенно статические упражнения вызывают у детей развитие тормозных процессов.

Кратковременные скоростно-силовые упражнения младшие школьники выполняют достаточно легко. Поэтому на занятиях с детьми 6-7 лет применяются прыжковые, акробатические упражнения, а также динамические упражнения на гимнастических приборах.

Учитывая эти возрастные особенности детей, в процессе реализации данной программы используются **методы:**

- ✓ методы формирования нравственного поведения (упражнение, приучение, показ действий, пример взрослых, воспитывающие ситуации, руководство деятельностью);
- ✓ методы формирования нравственного сознания (убеждения в форме разъяснения, этическая беседа);
- ✓ игровые методы;
- ✓ наглядный (демонстрация).

**Программа основывается на принципах:**

- ✓ доступность;
- ✓ наглядность;
- ✓ соответствие возрастным, психологическим и физическим особенностям;
- ✓ «от трудного - к легкому, от сложного - к простому»
- ✓ сочетание индивидуальных и коллективных форм деятельности.

**Сроки реализации:**

Программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия проходят 2 час в неделю, продолжительность занятия - 30 минут.

Программа имеет модульный формат (каждый раздел представляет собой модуль), позволяющий структурировать и дифференцировать материал, использовать широкий спектр форм и методов работы, с учетом особенностей воспитанников. Модули изучаются параллельно; последовательность изучения жестко не задана и педагоги имеют возможность индивидуально планировать последовательность изучаемых модулей.

**Модули программы:**

1. «ЗОЖ».
2. «Моя Родина - Россия».
3. «Путь защитника отечества».
4. «Традиции Русского народа»
5. «Родные просторы»
6. «По страницам ВОВ»
7. «Строевая подготовка юнармейца»
8. «Общая физическая подготовка»

При составлении программы было учтено, что воспитанники (юнармейцы) в группе с разным уровнем готовности к обучению, неодинаковым социальным опытом, отличиями в психофизиологическом

развитии. Программа призвана помочь реализовать способности каждого и создать условия для индивидуального развития ребенка.

## Перспективное планирование по программе дополнительного образования «Юнармейский отряд «Вместе мы сила!»

### подготовительная группа

| Сентябрь   |                                                     |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                      |
|------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Дата       | Тема недели                                         | Программное содержание                                                                                                                                                                                                                    | Работа с детьми                                                                                                                                                      |
| 1-я неделя | «Где живет здоровье?»                               | Учить детей заботиться о своем здоровье. Формировать у детей представление о зависимости здоровья от двигательной активности, закаливания и чистоты тела; уточнить знания о полезных свойствах воздуха с опорой на физические упражнения. | Закрепить представления детей о распорядке дня, значимости режима дня, о полезной еде. Развивать познавательный интерес, память, мышление, речь, умение рассуждать   |
| 2-я неделя | «Секреты здоровья»                                  | Систематизировать у детей представления о здоровом образе жизни.<br>- закреплять и уточнять понятия полезные и вредные продукты питания, профилактика заболеваний.                                                                        | Совершенствовать навыки здорового образа жизни; Закреплять основные понятия «правильное питание», «профилактика заболеваний».                                        |
| 3-я неделя | «Если хочешь быть здоров!»                          | Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Закреплять представления детей о способах укрепления и сохранения здоровья.                                                                                                      | Воспитывать интерес детей к различным видам спорта: плавание, хоккей, футбол, гимнастика, шахматы и др.                                                              |
| 4-я неделя | «Здоровье ребенка. Правила оказания первой помощи». | Учить детей оказывать первую помощь при различных травмах: порезах, ушибах, ожогах и т.д.                                                                                                                                                 | Экскурсия в медицинский кабинет, наблюдение за работой медицинской сестры, беседа по оказанию первой помощи с мед.сестрой, рассматривание иллюстраций.               |
| Октябрь    |                                                     |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                      |
| 1-я неделя | Путешествие в историю                               | Вызвать интерес к истории возникновения своего села. Поддерживать интерес детей к жизни наших предков, обогащая их новыми знаниями об исторических событиях (казаки-русские, украинцы – первые поселенцы).                                | Рассматривание карты Илекского района, заучивание наизусть стихов, рассказ об истории с. Илек. Подвижные игры русского, украинского, татарского, казахского народов. |

|               |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2-я<br>неделя | «Мы – илекчане»<br>понятия:<br>герб, флаг, гимн.                                | Продолжать воспитывать<br>интерес к истории своего<br>края, села.                                                                                                                                                              | Утро. Путешествие по<br>фотографиям и<br>иллюстрациям. Слушание<br>гимна Илека «Илек» муз.<br>Ю.Тютрина.<br>сл.А.Кирюшенко.<br>Подвижные игры.                                                                                 |
| 3-я<br>неделя | Как живут и чем<br>занимаются люди<br>Илека.                                    | Продолжать воспитывать<br>чувство признательности,<br>благодарности, уважения к<br>людям труженикам своего<br>села.                                                                                                            | Экскурсия по Илеку.<br>Составление маршрута<br>Сравнить архитектуру<br>прошлого и настоящего.                                                                                                                                  |
| 4-я<br>неделя | Фольклор народов<br>Илека<br>(произведения<br>устного народного<br>творчества). | Приобщать детей к<br>неисчислимым богатствам<br>литературы. Произведениям<br>местных авторов; продолжать<br>знакомство с поэтическим<br>словом, воспитывать чувство<br>дружбы.                                                 | Рассказывание сказок<br>местных авторов. Конкурс<br>чтецов «Мы дружные<br>ребята».                                                                                                                                             |
| <b>Ноябрь</b> |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                |
| 1-я<br>неделя | Город Оренбург –<br>главный город<br>нашей области                              | Продолжать расширять<br>представления детей о родном<br>Оренбуржье.                                                                                                                                                            | Рассматривание<br>иллюстраций с видами<br>Оренбурга (Оренбург<br>старый и новый).<br>Вечер. Чтение<br>стихотворения об<br>Оренбурге и заучивание<br>наизусть.                                                                  |
| 2-я<br>неделя | Города<br>Оренбуржья.                                                           | Рассматривание иллюстраций.<br>Заучивание стихотворений о<br>городах Оренбуржья.<br>Слушание песен. Сюжетно-<br>ролевая игра «Путешествие»<br>(по Оренбургской области).                                                       | Рассматривание железных<br>дорог Оренбуржья.<br>Рассказать детям о<br>городах (Возможно живут<br>родственники).                                                                                                                |
| 3-я<br>неделя | Русские народные<br>промыслы.<br>Оренбургский<br>пуховый платок.                | Формирование<br>представлений о традициях<br>Оренбуржья- Оренбургским<br>пуховым платком.<br>Воспитывать уважительные<br>отношения к<br>художественному<br>национальному наследию,<br>стремление сохранять и<br>обогащать его. | Рассматривание альбомов,<br>иллюстраций, беседа<br>.Рассматривание слайд с<br>изображением<br>последовательной<br>цепочки изготовления<br>платка, показать готовую<br>паутинку, рассмотреть<br>узоры, потрогать какая<br>она . |
| 4-я<br>неделя | Что такое<br>заповедник?<br>«Бузулукский бор».                                  | Познакомить детей с<br>назначением природных<br>заповедников, «Красной<br>книги», воспитывать<br>бережное отношение к<br>природе, патриотические<br>чувства.                                                                   | Познакомить детей с<br>достопримечательностью<br>России и Оренбургской<br>области, заповедником -<br>«Бузулукский Бор». Развивать познавательный<br>интерес через                                                              |

|                |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ознакомление с природой родного края.                                                                                                                                                                                        |
| <b>Декабрь</b> |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                              |
| 1-я неделя     | Государственные символы России - флаг, гимн. | Закрепить знания детей о государственных символах РФ: гимне, флаге, герб. Формировать уважительное отношение к государственным символам, понимание того, что государственные символы призваны объединять людей, живущих в одной стране.                                                                                                                                                                             | Занятия, беседы о государственных символах России, рассматривание изображений государственных символов, прослушивание гимна, наблюдение в ходе прогулок и экскурсий, на каких зданиях можно увидеть государственные символы. |
| 2-я неделя     | Какие народы живут в России и у нас в селе.  | Познакомить детей с разными народами, населяющими РФ и нашу Оренбургскую область. Воспитывать уважительное, доброжелательное отношение к многонациональной культуре нашей Родины. Закрепить и обобщить знания детей о народах, населяющих Россию: русских, татарах, чувашах, чукчах, мордве. Побуждать детей уважительно относиться к культуре разных народов, любоваться образцами народно-прикладного творчества. | Занятия, беседы о многонациональной России, рассматривание иллюстраций, фотографий. Чтение стихотворений, художественной литературы. Прослушивание фольклорных музыкальных произведений. Подвижные игры разных народов РФ.   |
| 3-я неделя     | Разноцветные люди.                           | Воспитывать уважительное, дружелюбное отношение детей к людям разных национальностей. Развивать коммуникативные способности, продолжать формировать у детей представление о мире и разных странах, о детях, населяющих эти страны, об их общности и различиях. Доказать сходство всех детей в мире независимо от их национальности.                                                                                 | Знания, беседы о детях разных национальностей, чтение стихотворений, литературных произведений. Фотовыставка «Разноцветные люди». Дидактическая игра «Иностранец». Подвижные игры детей разных стран                         |
| 4-я неделя     | Законы по которым мы живём.                  | Беседа о правилах и законах в семье, детском саду. Чтение сказок и обсуждение справедливости сказочного содержания.                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Разработка правил поведения в группе. Показ детьми кукольного спектакля для малышей.                                                                                                                                         |

|                |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                | Игры «Трон», «Государство».                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Январь</b>  |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 1-я неделя     | Путешествие в древнюю Русь.                    | Закрепить знания детей о быте русского народа (Изба, печь, предметы кухонной утвари, особенности русской кухни.                                                                                                                                | Устное народное творчество( <i>песни, хороводы, игры, пословицы, поговорки</i> ). Обратить внимание на красоту и особенности русского языка. Расширять кругозор детей на основе материала, <u>доступного их пониманию</u> : былин, сказок, рассказов об исторических событиях нашей страны. |
| 2-я неделя     | «Памятники России. Памятник Минину Пожарскому» | Познакомить детей с подвигом К.Минина и Д. Пожарского, с историей дня примирения и согласия; развивать интерес к истории нашей Родины; воспитывать патриотизм и любовь к Родине, чувство гордости за свою Отчизну, уважение к защитникам Руси. | Обогащать знания детей об истории страны. Знакомить с историческими героями.                                                                                                                                                                                                                |
| 3-я неделя     | История Московского Кремля                     | Продолжать знакомить детей со столицей нашей Родины- Москва<br>-расширять представления детей об истории возникновения Москвы;<br>-рассказать о князьях - основателях земли московской;<br>- познакомить с башнями Московского Кремля.         | Вызвать у детей интерес к истории возникновения Москвы.<br>Путешествие по старой Москве, история возникновения Кремля .                                                                                                                                                                     |
| 4-я неделя     | Города России.                                 | Познакомить детей с такими городами РФ, как Санкт-Петербург, Новгород, Новосибирск, и т.д.<br>Формировать представление о том, что Россия - огромная страна. Воспитывать чувство гордости за свою родную страну.                               | Занятие, рассматривание иллюстраций с видами городов, фотовыставка «Города России». Чтение литературных произведений о городах России.                                                                                                                                                      |
| <b>Февраль</b> |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 1-я неделя     | «Твои защитники, Россия».                      | Закрепить знания детей о том, кто такие защитники                                                                                                                                                                                              | Рассматривание картины – В.Васнецова “Три                                                                                                                                                                                                                                                   |

|             |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             |                                | Отечества. Воспитывать патриотические чувства, эмоционально-положительное отношение к воинам-защитникам. Формировать представления о лучших<br>Воспитывать любовь к родной стране, Родине; желание быть защитниками Отечества, служить в Армии.                                                                                    | богатыря”, - иллюстраций, на которых изображены рода войск, боевая техника; Читать С.Баруздин “Шёл по улице солдат-Я.Макаренко “Знамя победы”;                                                                      |
| 2-я неделя  | Наша родная армия.             | Закрепить у детей знания об армии, о военных профессиях и военной технике. Уточнить их представления о родах войск, о защитниках Отечества. Воспитывать любовь и уважение детей к Российской армии, чувство патриотизма, гордость за наших воинов                                                                                  | чтение художественной литературы: «Красота, что дарит нам природа» А. Суриков, «Будем в армии служить» В. Малков, «Шапка не велит» А.Митяева, рассматривание иллюстраций «Какие бывают военные», «Военная техника», |
| 3-я неделя  | День защитников Отечества.     | Формировать чувство уважения к Вооруженным силам России, к подвигу наших соотечественников по защите Родины                                                                                                                                                                                                                        | Праздник «День защитников Отечества», изготовление подарков для пап и дедушек, рассматривание иллюстраций с изображением разных родов войск: сухопутных, военно-морских, воздушных.                                 |
| 4-я неделя  | Что вы знаете о пограничниках? | 1. Создать, обобщить, расширить, уточнить представления детей о пограничной службе ВС РФ.<br>2. Рассказать о родах войск, осуществляющих охрану границ Российской Федерации.<br>3. Воспитывать уважение к военной службе, людям, служащим в действующей армии, разъяснять необходимость вооруженных сил для защиты граждан России. | Чтение книги Кассиля Л.В. «Твои защитники», Рассматривание тематических репродукций, фотоальбомов, открыток, фильмов о пограничной службе, её истории и современности.                                              |
| <b>Март</b> |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                     |
| 1-я неделя  | Мамин праздник.                | Воспитывать добрые, нежные чувства к своим мамам, познакомить детей с                                                                                                                                                                                                                                                              | Утренник «Мамин день», рассматривание фотографий знаменитых                                                                                                                                                         |

|               |                             |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                            |
|---------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               |                             | женщинами, в разные годы прославившими нашу страну в области искусства, науки, спорта, космонавтики.                                                                                                                             | россиянок, изготовление подарков для мам и бабушек. Фотовыставка «Моя мама». Рисование на тему: «Мама дома», «Мама на работе».                                                                             |
| 2-я неделя    | Национальные праздники.     | Продолжать способствовать развитию умений участия в традиционных событиях своего села. Познакомить детей с назначением оберега, с символикой. С теми надеждами и верой.                                                          | Подвижные и хороводные игры. Игра на музыкальных инструментах народных мелодий. Изготовление простейших оберегов и преподносить их родным.                                                                 |
| 3-я неделя    | Масленица.                  | Средствами эстетического воспитания познакомить детей с народными традициями встречи весны, с празднованием Масленицы. Познакомить детей с образцами русского народного поэтического фольклора.                                  | Занятие-развлечение, беседы о масленичной неделе, символическом значении блинов, чучела Масленицы. Рисование: «Встреча весны». Спортивные состязания.                                                      |
| 4-я неделя    | Старинные народные песни.   | Продолжать вызывать положительные эмоции в процессе приобщения к народной культуре (практического применения знаний в речевой деятельности).                                                                                     | Заучивание фольклорных песен, обрядовых. Потешные игры. обрядовое песенное творчество. Игра на музыкальных инструментах народных мелодий (погремушки, дудочки) «Ах вы, сени...», «Как у наших у ворот...». |
| <b>Апрель</b> |                             |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                            |
| 1-я неделя    | Природа родного края.       | Побуждать потребность в поддержании красоты, в проявлении заботы о растительном и животном мире своего края.                                                                                                                     | Слушание песни в исполнении илекского казачьего хора «Урал». Корзинка с грибами»                                                                                                                           |
| 2-я неделя    | Голубые реки России.        | Познакомить детей с названиями крупных рек России: Волга, Лена, Обь, Енисей, Ангара, озеро Байкал. Формировать понимание значения воды для жизни всего живого. Побуждать детей бережно относиться к природным богатствам России. | Занятия, беседы о реках России, озере Байкал, рассматривание иллюстраций. Рисование «Озеро-сказка». Чтение стихотворений, рассказов о жизни людей на реке, о жизни речных обитателей.                      |
| 3-я неделя    | Русский лес - чудесный лес. | Уточнить и систематизировать знания детей о растительном и                                                                                                                                                                       | Занятия, беседы о жизни животных в лесу, рассматривание                                                                                                                                                    |

|            |                             |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                 |
|------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|            |                             | животном мире русского леса. Побуждать детей восхищаться красотой родной природы. Воспитывать патриотические чувства.                                                                                | иллюстраций. Дидактические игры: «С какого дерева листок», «Узнай по описанию», «У кого какой домик», «Чей хвост, чья голова», «Зелёная аптека».                |
| 4-я неделя | Флора и фауна родного края. | Уточнить представления детей о животном и растительном мире родного края.                                                                                                                            | Экскурсия в краеведческий музей, беседы о животных и растениях родного края, рассматриваний иллюстраций, целевые прогулки.                                      |
| <b>Май</b> |                             |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                 |
| 1-я неделя | Мы помним.                  | Закрепить знания о том, как войны солдаты защищали нашу Родину в годы ВОВ.                                                                                                                           | Объяснение смысла пословиц о храбрости, героизме воинов. Просмотр видео о войне. Экскурсия к Вечному огню. Оформление праздничных открыток.                     |
| 2-я неделя | День Победы.                | Обобщить и систематизировать знания детей о подвиге наших соотечественников в годы ВОВ. Воспитывать гражданско-патриотические чувства.                                                               | Экскурсия к Вечному огню, возложение цветов, встречи с ветеранами, беседы о подвигах людей во время ВОВ. Рисование: «День Победы».                              |
| 3-я неделя | Знаменитые земляки.         | Познакомить детей со знаменитыми земляками, людьми, которые своим трудом способствуют процветанию города, участниками ВОВ. Воспитывать уважение к их труду и подвигам, желание быть на них похожими. | Беседы о знаменитых земляках, прослушивание литературных произведений, экскурсии, целевые прогулки. Рисование: «Моя профессия».                                 |
| 4-я неделя | Мы - патриоты.              | Обобщить и систематизировать знания детей по программе. Формировать уважительное отношение к родной стране. Воспитывать гражданско-патриотические чувства.                                           | Итоговое занятие - викторина, чтение литературных произведений о Родине, разгадывание кроссвордов. Выставки детских рисунков, фотовыставки. Дидактические игры. |

## **Содержание программы:**

### **Модуль I. «ЗОЖ».**

Сентябрь

Тема 1. Укрепление и сохранение здоровья. (2ч) Первая доврачебная медицинская помощь. (2ч)

### **Модуль II. Моя Родина - Россия**

Октябрь

Тема 2. «Мы – Илекчане» (4ч)

Ноябрь

Тема 3. Мое Оренбуржье (4ч)

Декабрь

Тема 4. Народы России (4ч)

Январь

Тема 5. Путешествие в историю (4ч)

### **Модуль III. «Путь защитника отечества».**

Февраль

Тема 6. Гражданин и армия.(4ч)

### **Модуль IV. Традиции Русского народа**

Март

Тема 7. Праздники и традиции (4ч)

### **Модуль V. Родные просторы**

Апрель

Тема 8. Русский лес - чудесный лес. (4ч)

### **Модуль VI. По страницам ВОВ**

Май

Тема 9.Мы патриоты(4ч)

### **Модуль VII. «Строевая подготовка юнармейца»**

Сентябрь

Тема 1. Общие положения. (4 часа)

Инструктаж по технике безопасности. Строи, команды и обязанности военнослужащего перед построением и в строю. Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы (Головной убор) – снять (надеть)». Строи и управления ими; обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю; таблица сигналов и управления 7 строем; условные обозначения. Основные

определения Строевого устава ВС РФ; обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю

Октябрь

Тема 2. Строевые приёмы и движение без оружия. (4 часа)

Строевые приёмы и движение без оружия: строевая стойка, повороты на месте, движение строевым и походным шагом, повороты в движении.

Ноябрь

Тема 3. Выполнение воинского приветствия. (4 часа) Выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении. Порядок выполнения воинского приветствия вне строя.

Декабрь

Тема 4. Способы и приёмы передвижения личного состава подразделений в бою при действиях в пешем порядке. (4 часа)

Передвижение на поле боя при действиях в пешем порядке. Выполнение команд «Ложись», «К бою», «Встать». Передвижение ускоренным шагом или бегом, перебежками и переползанием. Команды для передвижения и порядок выполнения различных способов и приемов передвижения

## **Модуль VIII. Общая физическая подготовка (ОФП)**

Январь

Тема 5. Лыжная подготовка. (4 часа)

Стойка лыжника. Приставной шаг. Повороты на лыжах.

Скользкий шаг. Бесшажный ход. Попеременный двухшажный ход. Умение встать после падения. Лыжные эстафеты.

Февраль

Тема 6. Лыжная подготовка. (4 часа)

Стойка лыжника. Приставной шаг. Повороты на лыжах.

Скользкий шаг. Бесшажный ход. Попеременный двухшажный ход. Умение встать после падения. Лыжные эстафеты.

Март

Тема 7. Гимнастика. (4 часа)

Общеразвивающие упражнения – упражнения без предметов, с предметами.

Апрель

Тема 8. Легкая атлетика. (4 часа)

Упражнения на развитие гибкости. Ходьба. Бег. Преодоление полосы препятствий. Ходьба и бег по пересеченной местности. Чередование ходьбы и бега. Марш-бросок. Ползание, лазание. Прыжки. Броски и ловля мяча.

Май

## Тема 9. Легкая атлетика. (2 часа) Спортивные игры. (2 часа)

### **Характеристика ресурсов для реализации программы**

Для реализации программы необходимы:

- кадровые ресурсы: воспитатель, инструктор по физической культуре.
- материально-технические ресурсы: спортивный инвентарь, игрушечные автоматы, лыжи, наглядные пособия, аптечки, оборудование для демонстрации мультимедийных программ и презентаций (компьютер, мультимедийный проектор).

### **Список литературы:**

1. Сулим Е. В., Зимние занятия по физкультуре с детьми 5-7 лет: Планирование, конспекты. - М. : ТЦ Сфера,, 2019.
2. Базовые виды двигательной активности методики обучения. Лыжный спорт: учебно-методическое пособие/ под общей редакцией проф. С. А. Луценко. – СПб. : Институт
3. Петрова В.И., Стульчик Т.Д. «Этические беседы с дошкольниками», Издательство «Мозаика – синтез», М., 2022 год.
4. Строевой устав вооруженных сил России.
5. Современная начальная военная подготовка : Учебно- методические материалы. Даурцев К.В. Москва 2018 г.
6. Устав Юнармии.
7. Акинина, Т.М. Духовно-нравственное и гражданское воспитание детей дошкольного возраста. / Т.М. Акинина, Г.В. Степанова, Н.П. Терентьева — М.: Перспективы, 2012. — 243 с.
8. <https://www.maam.ru/detskijasad/metodika-obuchenija-doshkolnikov-stroevym-uprazhnenijam.html> Методика обучения дошкольников строевым упражнениям.
9. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2021/03/31/programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-po-fizicheskomu> Программа «Подвижные игры».

## Приложение

### Лыжная подготовка.

В методике обучения детей необходимо особое внимание уделить отработке основных движений. Повторяемость движений формирует двигательный стереотип, создается уверенность в своих силах, а это в свою очередь способствует преодолению страха. Можно выделить следующие основные движения:

**«Стойка лыжника»** – голова незначительно опущена вниз, туловище наклонено вперед, мышцы спины расслаблены, плечи опущены, ноги слегка согнуты в коленях. Дети выполняют стойку лыжника из основного положения, стоя на месте, а также с попеременными движениями руками вперед-назад.

**«Приставной шаг»** - передвижение на лыжах приставным шагом. Дети поворачиваются боком по ходу движения и отрабатывают данное упражнение, что является подводящим упражнением для подъема в гору «лесенкой». Дети двигаются по команде в одном направлении, потом в обратном. Это же упражнение можно отработать и при разминке.

**«Повороты на лыжах»** – выполняются на месте и в движении. Различаются повороты с переступанием вокруг задника и носков лыж. Это упражнение развивает чувство равновесия и ориентировку в пространстве. Инструктор по физической культуре показывает и объясняет технику поворота. Повороты отрабатываются вначале на площадке, после чего дети отрабатывают их на лыжне или на снегу.

Каждое упражнение проводится в игровой форме, так как это основной вид деятельности в дошкольном возрасте. Игровые моменты увлекают детей в работу, нагляднее показывают технику движения.

**«Скольльзящий шаг»** - прорабатываем вначале на месте. Дети, стоя в стойке лыжника, выставляют вперед по очереди правую или левую ногу скольльзящим движением. Это упражнение мы называли «Туда-сюда». Обязательно добавляем обучение перекрестной работе рук при скольльзящем шаге. После этого дети выходят на круг, чтобы закрепить движение без палок. Для имитации наличия палок, детям в руки даются кегли. Это дает возможность почувствовать наличие палок в руках, но не мешают им передвигаться, так как сами палки затрудняют движение.

При ходьбе с палками дети допускают очень много ошибок, от которых сложно избавиться. Инстинктивно дети расставляют палки очень широко в стороны, не отталкиваются ими, а просто ставят на землю. Важно обратить внимание детей на эти ошибки с самого начала обучения. Мы отрабатываем движения палок стоя на месте, а потом в движении. Для устранения ошибки расставлять палки широко, дети проходят дистанцию по ограниченной дорожке по бокам. Дорожку можно ограничить как конусами, так и

нарисовать на площадке границы, за которые нельзя выставлять палки. Так дети наглядно понимают, в чем их ошибка.

**«Бесшажный ход»** - скольжение на двух лыжах, с одновременным отталкиванием двумя палками, лыжи в ходьбе не участвуют. Этот вид ходьбы мы используем для обучения работе палками.

**«Попеременный двухшажный ход»**— цикл движений состоит из двух скользящих шагов (левой и правой ногой) и двух попеременных отталкиваний палками (правой и левой рукой) – одно отталкивание палкой на каждый шаг.

Дети выполняют разминочный круг попеременным двухшажным ходом. Представление о движении у ребенка должно сложиться правильное изначально, по этому, каждое движение проговаривается инструктором и показывается. Делается упор на значительные детали, влияющие на технику выполнения движения. Дети проходят 1-2 круга,

**«Умение встать после падения»:**

Каждый ребенок пытается встать в тот момент, когда ноги и лыжи скрещены. Необходимо учить детей после падения ложиться на бок, расправлять ноги, ставить лыжи параллельно, после чего надо встать с помощью рук или палок.

**«Лыжные эстафеты»:**

В конце основной части занятия дети проходят дистанцию на лыжне с элементами, изученными на занятиях, соревнуются в эстафетах, играют в игры для закрепления разученного навыка.

Интенсивность нагрузки и сложность выполнения движения увеличивается с каждым занятием. Если на первых занятиях делается больший упор на показ и проработку каждого движения, то на последующих дети выполняют заданное движение только по словесной команде, выработав стереотип движения. На этом этапе уделяется больше времени закреплению движения и исправление ошибок.

В заключительной части занятия нагрузка снижается, проводятся подведение итогов, дети снимают лыжи, стряхивают с них снег, ставят на место парами. Это тоже немаловажная часть занятия, где детям объясняется, что за инвентарем надо следить, иначе он долго не прослужит.

В каждой группе имеется информация для родителей от инструктора по физической культуре. В ней предлагаются родителям рекомендации по занятиям ходьбы на лыжах, выбору лыжного снаряжения по росту и возрасту ребенка, адреса лыжных секций. Также в интернет-группах для родителей выкладываются фото- и видеоотчеты с занятий лыжной подготовкой.

## **Картотека подвижных игр.**

**«Вороны и воробьи»**

На линиях в 3 – 5 м. друг от друга команды располагаются шеренгами спиной друг к другу. Одна команда – «Вороны», другая – «Воробьи». По сигналу «вороны» одноименная команда убегает, а другая старается догнать и «осалить» убегающих до определенной отметки. Побеждает команда, «осалившая» большее число игроков другой команды.

### **«Ловишки-перебежки»**

По обеим сторонам площадки проводятся две черты. Группа детей становится на каждой стороне площадки за чертой. На середине между двумя линиями находится ребенок – ловишка. После слов: «Раз, два, три – лови!» - дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка ловит их. Тот, до кого ловишка дотронется, выбывает из игры. После 2 перебежек производится подсчет пойманных и выбирают новых ловишек.

### **«Паровозик»**

Направляющий обегает стойку, возвращается и, взяв за руку партнера, повторяет упражнение. Вернувшись, они берут третьего и т. д., пока не пробежит дистанцию вся команда. Побеждает команда, первая закончившая передвижение.

### **«Землемеры»**

На площадке проводят две линии между стартом и финишем на расстоянии 12-15 м. Играющие делятся на две команды и располагаются с гимнастическими палками на старте. По сигналу они устремляются к противоположной линии, измеряя расстояние палками (при каждом промере кладут палку на землю). Побеждает тот, кто первым достигнет линии финиша, не нарушив правил.

### **«Не оставайся на полу»**

Выбирается ловишка, который бежит по залу вместе с детьми. Как только воспитатель произнесёт: «Лови!» - все убегают от ловишки и взбираются на предметы – скамейки, кубы, пеньки. Ловишка старается осалить убегающих. Дети, до которых дотронулся ловишка, отходят в условленное место.

Варианты: выбирается 2 ловишки, бегают разными видами бега, использовать музыкальный сигнал.

### **«Кто лучше прыгнет?»**

Цель: развивать быстроту движения, ловкость, учить прыгать точно на определённое место.

Ход игры:

Дети подходят к начерченной на земле линии и прыгают как можно дальше. Кто прыгнул дальше, тот выиграл.

Правила: прыгать следует на двух ногах, приземляться на носочки.

### **«Кто сделает меньше прыжков?»**

Цель: учить детей прыгать в длину, делая сильный взмах руками, отталкиваясь и приземляясь на обе ноги. Развивать силу толчка, укреплять мышцы ног.

Ход игры:

На площадке обозначают две линии на расстоянии 5-6 метров. Несколько детей встают к первой линии и по сигналу прыгают до второй линии, стараясь достичь её за меньшее число прыжков. Ноги слегка расставить и приземляться мягко на обе ноги.

Варианты: увеличить дистанцию до 10м. (это в среднем 8-10 прыжков).

### **«Охотники и зайцы»**

Цель: учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперёд врассыпную, действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч, стараясь попасть в зайцев. Развивать ловкость, глазомер.

Ход игры:

Выбирается охотник, остальные дети – зайцы. На одной стороне площадки отводится место для охотника, на другой дом зайцев. Охотник ходит по залу, делая вид, что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе. Зайцы выпрыгивают на двух ногах или на правой, на левой поочерёдно в разных направлениях. По сигналу: «Охотник!» - зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мяч. Те, в кого он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом.

Варианты: охотников может быть 2-3, и у зайцев дома нет, они просто увёртываются от мяча.

### **«Брось за флажок»**

Цель: учить детей метать мешочки вдаль правой, левой рукой из-за головы, стараться, чтобы мешочек улетел как можно дальше. Развивать силу броска, глазомер. Укреплять мышцы плечевого пояса.

Ход игры:

Дети стоят в две шеренги друг за другом, в руках у первой шеренги мешочки с песком. Впереди на расстоянии 4-5м. стоят на одном уровне несколько флажков. Дети одновременно бросают мешочки из-за головы двумя руками или одной рукой, стараясь забросить их за линию флажков. Затем дети поднимают мешочки, бегут и передают своей паре. Бросает следующая шеренга, результаты сравниваются.

Варианты: можно мешочки передавать своей паре перебрасыванием.

### **«Попади в обруч»**

Цель: учить детей метать мешочки с песком в горизонтальную цель, правой и левой рукой прицеливаясь. Развивать глазомер, точность броска.

Ход игры:

Дети стоят по кругу диаметром 8-10м. через одного, в руках мешочек с песком. В центре круга лежит обруч. По сигналу воспитателя дети, у которых в руках мешочки, передают их товарищам справа или слева по договорённости. Получив мешочки, дети бросают их, стараясь попасть в обруч. Затем дети поднимают мешочки, и возвращаются на свои места в круг. Снова раздаётся сигнал, и дети передают мешочки своим соседям – вторым номерам и т. д.

Варианты: забрасывать мешочки двумя, одной рукой из-за головы, сидя, стоя на коленях.

### **«Сбей кеглю»**

Цель: учить детей катать мяч, стараясь сбить кеглю с расстояния 1,5-2м., бегать за мячом, передавая другим детям. Развивать глазомер, силу броска.

Ход игры:

На одной стороне зала чертят 3-4 кружка, в них ставят кегли. На расстоянии 1,5-2м. от них обозначают шнуром линию. 3-4 ребёнка подходят к линии,

становятся напротив кеглей, берут по мячу и катят, стараясь сбить кеглю. Затем бегут, ставят кегли, берут мячи и приносят их следующим детям. Варианты: бросать мяч правой, левой рукой, отталкивать ногой.

#### **«Охотники»**

Выбирают четырех охотников. Остальные играющие изображают зверей - медведей, волков, лисиц, зайцев. На противоположных сторонах площадки укладывают по два обруча. В каждый обруч становится один охотник с мячом. Дети бегают по площадке, имитируют движения и повадки зверей. По сигналу учителя "Охотники" все участники останавливаются и замирают, а охотники стреляют - бросают мячи в ноги зверей, не выходя из своего круга или обруча. Зверей, которых охотнику удалось подстрелить, он уводит в свой круг. Если охотник промахнулся, то он бежит за мячом и снова становится в круг. После 2-3 повторений учитель подсчитывает сколько каждый охотник подстрелил зверей. В конце игры отмечают самых ловких охотников. Учитель следит, чтобы охотники бросали мяч в ноги.

#### **«Колпачок и палочка»**

Цель: совершенствовать навыки ходьбы по кругу; развивать внимание. Ход: Один из детей выходит в центр круга с палкой в руках, надевает на голову колпачок так, чтобы от спускался до самого носа, прикрывая глаза. Остальные дети держатся за руки, образуя круг. Идут по кругу, говоря: Раз, два, три, четыре, пять – Будет палочка стучать. Ребёнок в колпачке стучит палочкой. С окончанием слов все останавливаются, поворачиваются в середину. Ребёнок в колпачке протягивает палку. Тот, на которого она указывает, берётся за конец палки и называет имя стоящего в кругу. Ребёнок в центре должен угадать, кто его позвал. Если угадал, выбирает, кто пойдёт в середину.

#### **«Лесная эстафета»**

Цель: приучать детей быстро бегать, ориентироваться в пространстве; развивать двигательную активность, скорость.

Ход: Играющие делятся на 2-3 команды, становятся в колонны на одной стороне поляны. На другой стороне поляны выбирают 2-3 дерева, расположенные на одинаковом расстоянии от играющих. По свистку или другому сигналу воспитателя стоящие в командах первыми быстро бегут, пересекая полянку, оббегают своё дерево и возвращаются назад. Следующие игроки стоят наготове, протянув левые руки вперёд ладонью вверх. Когда первые прибегают, они прикосновением руки передают эстафету, и тогда бегут дети, стоящие вторыми. Побеждает та команда, чьи игроки раньше и безошибочно выполняют задание.

Варианты эстафет:

- каждый игрок оббегает дерево 2-3 раза;
- каждый игрок оббегает деревья 2 раза, описывая вокруг них восьмёрку;
- выполнять задание парами, взявшись за руки.

#### **"Всадник"**

Цель: развивать внимание, умение ориентироваться в пространстве, согласованности в движениях.

Оборудование: -

Содержание: Играющие распределяются по парам: один - "конь", другой - "наездник". Игрок-"конь" вытягивает руки назад-вниз, игрок-"наездник" берет его за руки. По команде в таком положении пары должны добежать до финиша. Победитель пары затем соревнуется с победителем другой пары.

#### **«Скок-перескок»**

На земле чертят большой круг диаметром 25 м, внутри него—маленькие кружки метром 30—35 см для каждого участника игры. Водящий стоит в центре большого круга.

Водящий говорит: «Перескок!»

После этого слова игроки быстро меняются местами (кружками), прыгая на одной ноге. Водящий старается занять место одного из играющих, прыгая также на одной ноге. Тот, кто останется на месте, становится водящим.

Правила игры. Нельзя выталкивать друг друга из кружков. Двое играющих не могут находиться в одном кружке. При смене мест кружок считается за тем, кто раньше вступил в него.

#### **«Медведи и пчёлы»**

Цель: учить детей лазить по гимнастической стенке, взбираться на скамейки, кубы без помощи рук, спрыгивать на носки, на полусогнутые ноги, бегать врассыпную. Развивать ловкость, смелость, быстроту.

Ход игры:

Дети делятся на две равные группы: одна – пчёлы, другая – медведи. На гимнастической стенке, скамейке, кубах находится улей, на другой стороне – луг, в стороне - берлога медведей. По условному сигналу пчёлы вылетают из улья, жужжат и летят на луг за мёдом. Как только пчёлы улетят на луг за мёдом, медведи выбегают из берлоги, забираются в улей и лакомятся мёдом. Воспитатель подаёт сигнал: «Медведи!». Пчёлы летят к ульям, стараясь ужалить медведей, те убегают в берлогу. Ужаленные медведи пропускают одну игру. После 2-3 повторений дети меняются ролями.

#### **«Кто скорее до флажка»**

Цель: учить детей действовать по сигналу, прыгать на двух ногах с продвижением вперёд, подлезать под дугу удобным способом, бегать наперегонки. Развивать умение соревноваться, передавать эстафету.

Ход игры:

Дети распределяются на три колонны поровну. На расстоянии 2м от исходной черты ставятся дуги или обручи, можно натянуть шнур, затем на расстоянии 3м. ставятся флажки на подставке. Дается задание: по сигналу воспитателя выполнить подлезание под дугу, затем прыжками на двух ногах допрыгать до флажка, обогнуть его и бегом вернуться в конец своей колонны.

Варианты: вводится усложнение: натягивается верёвка на высоте – 60см, дети должны не касаясь руками пола подлезть под шнуром.

#### **«Перелет птиц»**

Цель: совершенствовать навыки детей лазать по гимнастической стенке вверх и вниз, не пропуская перекладин, используя чередующийся шаг.

Ход игры:

Дети стоят свободно на одной стороне площадки напротив гимнастической стенки с несколькими пролетами. По сигналу «птицы полетели» - бегают по площадке, по сигналу «буря» - влезают на лестницу. Если пролетов мало, число играющих детей ограничивается, чтобы всем хватило места на лестницах (3—4 ребенка на пролете). Правила: бегать по всей площадке, не стоять у стенки; влезать на свободное место, уступая друг другу; слезать до конца, не спрыгивая.

### **«Попади в корзину»**

Оборудование: Корзины, мешочки – по количеству детей.

Ход игры:

Дети берут мешочки и строятся в 2-3 колонны. В двух метрах от черты ставят корзины. Дети по очереди бросают мешочки от черты в корзину снизу, от плеча. Когда все дети выполняют бросок, определяют в какой корзине больше мешочков. При повторении дети бросают другой рукой. Постепенно можно увеличить расстояние до трех метров.

### **«Мяч над головой»**

Условия: по мячу на каждую команду; количество участников — от семи человек в команде.

Игроки делятся на команды. Команды выстраиваются в ряд одна параллельно другой. Игрок, стоящий первым в ряду, получает мяч. Он направляющий.

Игра начинается по сигналу ведущего. Направляющий игрок поднимает мяч над головой, над головой же передает его стоящему сзади, тот делает то же самое. Оборачиваться, передавая мяч, нельзя. Когда мяч окажется у последнего игрока, он бежит вперед и встает перед первым, игровые действия повторяются. Когда мяч снова вернется к направляющему игроку, команда хором кричит: "Стоп!". Вторая команда останавливает свои действия. Она проиграла.

### **«Руки вместо ног»**

Условия: количество участников — от пяти человек в команде. Отмечается начало и конец игровой площадки. Игроки делятся на две команды, которые выстраиваются в линию одна параллельно другой. Игра начинается по сигналу ведущего и осуществляется, как любая другая эстафета.

Первый игрок опирается на руки, а второй берет его сзади за ноги. Так пара двигается до финиша, обратно дети бегут, взявшись за руки. Кто вперед завершит эстафету, тот и победил.

### **«Пройди – не задень»**

Играющие строятся в две колонны и «змейкой» выполняют ходьбу между кеглями на носках (8—10 кеглей; расстояние между кеглями 40 см). Побеждает команда, которая быстро и без потерь (не уронив кеглю) прошла обозначенную дистанцию.

### **«Переноска мячей»**

Игроки строятся в две колонны и встают по четырем сторонам зала (площадки). В центре находится обруч большого диаметра (или корзина), в котором лежат малые мячи по количеству играющих. По команде воспитателя дети, стоящие в колоннах первыми, бегут к обручу, берут один мяч, возвращаются и становятся в конец своей колонны. Вторые игроки начинают бег после того, как первые пересекут обозначенную линию. И так далее. Побеждает команда, быстро и без ошибок выполнившая задание.

### **«Быстро возьми»**

Играющие образуют круг и выполняют ходьбу вокруг предметов (кубики, мячи, кегли); предметов на 2–3 меньше, чем игроков. Неожиданно педагог подает сигнал: «Быстро возьми!» Каждый игрок должен взять предмет и поднять его над головой. Тот, кто не успел взять предмет, считается проигравшим. Повторить 3–4 раза.

### **«Кто скорее до мяча»**

Дети становятся в две шеренги. Задание: как можно быстрее добежать до предмета, взять его в руки и поднять над головой (дистанция 10 м). По команде воспитателя «Марш!» упражнение выполняет первая шеренга. Педагог отмечает первых трех участников. Затем вторая группа выполняет задание, педагог отмечает победителей. Задание выполняется каждой командой 3 раза, поочередно.