

Оздоровительные игры

Название	Цель
1. «Прыгалки»	Развитие ловкости, координации движений; укрепление мышечно-связочного аппарата стоп.
1. «Кто устоит»	Развитие равновесия; укрепление мышц туловища и ног; воспитание выдержки, настойчивости.
1. «Послушный мячик»	Укрепление мышц туловища и конечностей, мышечного позвоночника.
1. «А ну-ка донеси»	Укрепление связочно-мышечного аппарата стоп; развитие ловкости.
1. «Кто громче»	Тренировка носового дыхания; повышение тонуса; адаптация дыхания и организма в целом к физическим нагрузкам.
1. «У кого шарик выше»	Улучшение функции дыхания; повышение тонуса; адаптация дыхания и организма в целом к физическим нагрузкам.
1. «Побулькаем»	Восстановление носового дыхания; формирование ритмичного выдоха и его углубление.
1. «Экспресс»	Улучшение функции дыхания; развитие умения действовать в коллективе, реагировать на сигнал.
1. «Скакалки»	Развитие быстроты реакции, быстроты и координации движений, ловкости, чувства равновесия.
1. «Ванька-встанька»	Углубление дыхания; обще-физиологическое воздействие; укрепление мышц ног.
1. «Футболисты и вратарь»	Развитие внимания, быстроты реакции.
1. «Удержись»	Тренировка равновесия, координации движений; воспитание выносливости, решительности.
1. «Посмотри, что на ногах»	Тренировка правильного выполнения команд.
1. «Восточный носильщик»	Развитие равновесия, координации движений; укрепление мышечного позвоночника.
1. «Бильбоке»	Развитие навыков бросания и ловли предметов в метании.

Подвижные игры

Название	Цель
1.«Наседка и цыплята».	обучение в игровой форме основным видам движения (ходьба, прыжки), развитие воображения детей.
2. «Зайцы».	закреплять навыки отталкивания при прыжках на двух ногах.
3. «Птички летают»	Учить детей спрыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную, действовать только по сигналу; приучать малышей помогать друг другу.
4. «Зайка серенький сидит»	Приучать детей слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом; учить их подпрыгивать хлопать в ладоши, убегать услышав последние слова текста.
5. «Игра с мишкой»	Развивать умение быстро бегать, ловкость.
6. «Ниточка»	Развивать умение действовать согласованно.
7. «Бабочки»	Развивать умение двигаться красиво, подражать движениям бабочек.
8. «Пес Барбос»	Развивать внимание, ловкость, быстроту.
9. «Карусель»	Развивать внимание, ловкость.
10. «Мотылек»	Развивать умение красиво и плавно двигаться.
11. «Сорви яблоко»	Обучать прыжкам.
12. «Снежинки и ветер»	Упражнять в беге в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; действовать по сигналу.
13. «Рыбаки и рыбки»	Развитие координации движений и чувства ритма.
14. "Лошадки"	учить бегать галопом.
15. "Мыши и кот"	дети бегают легко на носках, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя.
16. "Лохматый пес"	приучать детей слушать текст и быстро реагировать на сигнал.
17.«Воробушки и автомобиль»	Приучать детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, начинать движение и менять его по сигналу воспитателя, находить свое место.
18. «Кот и мыши»	развивать координацию движений, ловкости, формирование правильной осанки
19. «Зайка серенький сидит»	Приучать детей слушать текст и выполнять движения в соответствии с текстом; учить их подпрыгивать хлопать в ладоши, убегать услышав последние слова текста.
20. «Птички летают»	Учить детей спрыгивать с невысоких предметов, бегать врассыпную, действовать только по сигналу; приучать малышей помогать друг другу.

21.«Солнышко и дождик»	Учить детей ходить и бегать в рассыпную, не наталкиваясь друг на друга, приучать их действовать по сигналу воспитателя.
22. «Мой веселый звонкий мяч»	учить детей подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст и убегать только тогда, когда будут произнесены последние слова.
23. «Поезд»	упражнять детей идти вперед, небольшими группами. Сначала держась друг за друга, затем свободно двигая руками, согнутыми в локтях, начинать и заканчивать движение по сигналу
24. «Цветные автомобили»	закрепить умение действовать по сигналу, закрепить знание основных цветов.
25. «Самолеты»	Учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; приучать их внимательно слушать сигнал и начинать движение по словесному сигналу.