**Перспективное планирование спортивных игр**

**для детей старшего дошкольного возраста**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Элементы игр****Месяц,** **кол-во занятий** | **Название игры** | **Задачи игры** | **Игровые****упражнения** |
| СентябрьОктябрьНоябрьКоличество занятий – 8  | Футбол – это самая популярная игра у детей. В футбол можно играть летом и зимой. | 1. Учить детей основной стойки футболиста;
2. Учить принимать мяч одной ногой;
3. Учить детей отбивать мяч правой и левой ногой.
4. Учить детей вести мяч правой и левой ногой по прямой.
5. Учить детей вести мяч между предметами.
6. Учить передавать мяч друг другу в движении.
7. Упражнять в отбивании мяча о стенку правой и левой ногой.
8. Упражнять в забивании мячей в ворота.
 | * «Ловкие ребята»
* «Проведи мяч»
* «Мяч в стенку»
* «Точно обведи»
* «Гол в ворота»
* «Сбей предмет»
 |
| ДекабрьЯнварьФевральКоличество занятий – 5 Количество занятий – 6 | ХоккейСпортивная игра, которая помогает приобрести такие качества как смелость, силу, быстроту реакции. | 1. Учить стойке хоккеиста.
2. Учить детей вести шайбу клюшкой до ориентира.
3. Учить вести шайбу между предметами.
4. Учить передавать шайбу точно на клюшку друг другу.
5. Упражнять в забивании клюшкой шайбу в ворота.
 | * «Проведи шайбу»
* «Попади в ворота»
* «Точный пас»
* «Проведи и не задень»
 |
| Ходьба на лыжахУпражняет в балансировании тела и быстром беге, способствует укреплению связок голеностопных суставов и развитию точных и ловких движений, а умеренный холод является прекрасным возбудителем мышц, средством закаливания. | 1. Учить стоять на лыжах.
2. Учить детей отталкиванию и скольжению на двух лыжах.
3. Учить детей скользить на каждой лыже как можно дальше.
4. Упражнять в равновесии при спуске с небольшого склона.
5. Учит ходьбе на лыжах без палок с размахом рук.
6. Развивать координацию движений рук и ног.
 | * «Кто дальше проскользит»
* «Воротики»
* «Подними предмет»
* «Слалом»
* «Кто первый до флажка?»
* «Кто меньше сделает шагов»
 |
| Март апрельМайКоличество занятий – 8  | БаскетболЭто командная игра, в которой совместные действия игроков обусловлены единой целью.  | 1. Учить стойке баскетболиста.
2. Учить детей перебрасывать мяч через сетку разными способами:
* снизу,
* из-за головы,
* сверху.
1. Учить бросать мяч в корзину разными способами
* двумя руками от груди,
* из-за головы,
* снизу.
1. Учить перебрасывать мяч друг другу и ловить его пальцами и кистями рук, не прижимая к груди.
2. Учить ловить мяч после отскока от стены, пола.
3. Учить передаче мяча на месте и в движении.
4. Учить вести мяч на месте, вокруг себя.
5. Учить вести мяч друг за другом; между предметами правой и левой рукой.
 | * «Мяч через сетку».
* «Передача мяча»
* «Обведи кеглю»
* «Мяч в корзину».
 |
| ИюньИюльАвгустКоличество занятий – 6Количество занятий – 5  | БадминтонСпортивная игра с воланом и ракетками.. | 1. Упражнять подбрасывать волан вверх и стараться поймать его двумя руками; затем одной рукой.
2. Учить перебрасывать волан друг другу и ловит его двумя руками.
3. Учить ловить волан на ракетку.
4. Подбрасывать волан руками, а ловит ракеткой.
5. Учит подавать волан ракеткой, передвигаясь с одной стороны площадки на другую.
6. Учить принимать и отбивать волан ракеткой в паре.
 | * «Подбей волан»
* «Отбей волан».
* «Подбрось – поймай»
 |
| ГородкиСтаринная народная игра, где бросают биты, стараясь выбить городки из города. | 1. Учить стойке при игре.
2. Знакомство детей с фигурами городка.
3. Учить составлять фигуры
4. Учить замаху и броску биты с боку, занимая правильное исходное положение.
5. Учить выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.
 | * «Игра парами»
* «Игра командами»
 |