



**БИБЛИОТЕКА ВОСПИТАТЕЛЯ**

Н.А. Модель



# ИГРЫ С СОЛНЕЧНЫМ ЗАЙЧИКОМ

Программа индивидуального развития  
для детей **4–5** лет

**Часть 1**

**На книги этой серии  
(в комплекте с журналом «Воспитатель ДОУ»)  
можно подписаться на почте по каталогам:**

«Урал-пресс» — 80899,  
«Пресса России» — 39755,  
«Почта России» — П2974.

Библиотека Воспитателя выходит ежемесячно



Издательство «ТЦ СФЕРА»

## 6. «Игры на воздухе. Лето»

### Приветствие

\* \* \*

Педагог. Ребята, у нас сегодня необычный гость. Узнайте, кто это?

Дети складывают картинку-пазл, части которой лежат на ковре.

Педагог готовит разрезную картинку с изображением пингвина. Можно подготовить несколько картинок, разделить детей на группы.

Это пингвиненок Ник. Ребята, а где живут пингвины? Они живут далеко от нас. В Антарктиде. Там всегда холодно. Много льда и снега. Он не тает даже летом. Пингвиненок Ник никогда не видел лета и не знает, что это такое. А мы знаем, что такое лето? Вы любите лето? Почему? Давайте расскажем Нику про лето.

### Работа в тетради

Дети открывают тетрадь на с. 6\*.

Педагог. Что вы видите на картинке? Какое время года изображено? А какое время года сейчас? Найдите на картинке солнце. Что вы знаете про солнце? Это источник тепла и света. Солнечный свет нужен и человеку, и животным, и растениям. Солнечные ванны очень полезны для человека. Свежий воздух и солнечные лучи — это наши друзья.

Чем вы любите заниматься летом? Обведите свое любимое занятие.

### Динамическая пауза

Веселая игра с мыльными пузырями.

### Работа с раздаточным материалом\*\*

Педагог просит выложить в ряд 5 любых схематичных картинок и подобрать к ним цветные картинки с мальчиком.

Педагог. А теперь выберите любую пару картинок, которая вам нравится больше всего. Как бы вы назвали это упражнение? Почему? Покажите его всем.

Дети повторяют упражнение.

Пингвиненок Ник благодарит детей и прощается.

### Итог

---

\* Ковалева А. Хочу быть здоровым. Развивающие занятия и игра для детей 4—5 лет. М., 2015. С. 6.

\*\* Ковалева А. Хочу быть здоровым. Развивающие занятия и игра для детей 4—5 лет. М., 2015.

## 7. «Игры на воздухе. Зима»

### Приветствие

\* \* \*

Педагог читает стихотворение о зиме.

Педагог. Отгадайте, о каком времени года пишет поэт. Про что это стихотворение?

### Работа в тетради

Дети открывают тетрадь на с. 7\*.

Педагог. Что изображено на картинке? Какое время года? Как вы узнали? Расскажите, чем занимаются дети на картинке? Что делают девочки? Что делают мальчики?

Чем полезны игры зимой? Почему нужно быть осторожным, чтобы не навредить своему здоровью? (*Нужно правильно одеваться, осторожно кататься на лыжах и коньках и т.д.*)

А что вы любите делать зимой? Обведите свое любимое дело.

### Динамическая пауза с мячом «Зимние слова»

Дети садятся полукругом, педагог с мячом напротив детей. Педагог катит мяч и говорит слово. Если слово как-то связано с зимой, то ребенок катит мяч педагогу, если не связано — отдает мяч соседу справа или слева. Например: снеговик, ромашка, лед, самокат, коньки, велосипед, лыжи, санки, грибы и т.д.

### Работа с раздаточным материалом

Педагог предлагает положить перед собой только схематичные карточки\*\* и каждому показать упражнение, которое они узнают на схематичной карточке. Все остальные дети повторяют.

### Итог

## 8. «Двигательная активность»

### Приветствие

\* \* \*

Педагог предлагает детям собрать картинки, части которых лежат на ковре. Готовит разрезные картинки с изображением бегущих, подпрыгивающих, стоящих детей.

---

\* Ковалева А. Хочу быть здоровым. Развивающие занятия и игра для детей 4—5 лет. М., 2015. С. 7.

\*\* Ковалева А. Хочу быть здоровым. Развивающие занятия и игра для детей 4—5 лет. М., 2015.

Педагог. Какие картинки вы собрали? Кто на них изображен? Ребята, найдите среди картинок те, где дети бегут, а остальные уберите.

Как вы понимаете такую поговорку: «Если хочешь быть сильным — бегай. Если хочешь быть красивым — бегай! Если хочешь быть умным — бегай!» Почему сильным? Если человек двигается, значит у него крепкие мышцы. Почему красивым? Если человек двигается, дышит свежим воздухом, у него всегда хорошее настроение, он улыбается. Почему умным? Если человек двигается, часто бывает на свежем воздухе, голова у него светлая, он думает лучше.

### **Работа в тетради**

Дети открывают тетрадь на с. 8\*.

Педагог. Давайте посмотрим на картинки, как можно двигаться, чтобы быть здоровым. Что изображено на картинках? Какие упражнения выполняют ребята? *(И далее по тексту в тетради.)*

Ребята, какие движения мы можем делать в течение дня? *(Играть в подвижные игры, бегать, кататься на лыжах, коньках, самокате, велосипеде и т.д.)*

### **Работа с раздаточным материалом**

Педагог. Играем парами. У одного ребенка все карточки-схемы, у другого — цветные картинки. Один кладет схему — другой ищет подходящую цветную картинку.

### **Итог**

## **9. «Правила поведения»**

### **Приветствие**

\* \* \*

Педагог. Давайте, ребята, поиграем в сказку. Вот вам герои сказки: собака Гав-гав, утка Кря-кря, кошка Мяу-мяу и кукла Маша. Куклой буду я.

Каждый ребенок берет игрушку. Может быть несколько кошек, уток и т.д.

Ребята, вы слышите, кто-то к нам стучится.

Педагог открывает дверь и видит куклу Машу — всю грязную и мокрую.

Ах ты куколка, вся чумазая. Где же ты так платье свое измазала? Здравствуй, кукла Маша. Что с тобой случилось? *(Ничего не случилось. Просто я гуляла.)*

---

\* Ковалева А. Хочу быть здоровым. Развивающие занятия и игра для детей 4—5 лет. М., 2015. С. 8.

Каждый ребенок берет игрушку и от ее имени разговаривает с куклой Машей.

Маша идет к уточке и предлагает поиграть.

Уточка. Кря, кря, кря, что ты грязная с утра! Сначала умойся. Не буду с грязнулей играть.

Кукла Маша. Я совсем не грязная. Чуть-чуть только.

Маша идет к кошке.

Мурочка, давай с тобой поиграем?

Кошка. Мяу-мяу — ты грязная! Не буду с тобой играть.

Педагог. Кукла Маша не знает, что делать, никто со ней не хочет играть. Умываться она не умеет.

Ребята, давайте расскажем кукле Маше о правилах поведения на улице и научим ее умываться.

Дети умывают куклу, передают ее друг другу, моют руки, ноги, приговаривая потешку: водичка, водичка, умой Маше личико...

Давайте покажем Маше ее отражение в зеркале. Нравится тебе, Маша, быть чистой? Быть чистым и опрятным важно. Когда человек чистый и опрятный, значит, он заботится о своем здоровье. Теперь ты будешь чистюлей, и с тобой будут играть ребята, собачка, утка, кошка. Ты рада, Маша? Пойдем с нами, мы тебе расскажем о том, как нужно вести себя на улице.

### **Работа в тетради**

Дети открывают тетрадь на с. 9\*.

Педагог. Что вы видите на картинках? С детьми, как и с нашей куклой Машей, случились неприятности. Что дети сделали неправильно? Почему это вредно для здоровья? Что сделала девочка неправильно? А как нужно было сделать правильно? Что сделал мальчик неправильно? А как нужно было сделать правильно? Что нужно сделать детям, чтобы остаться здоровыми?

Откройте тетрадку на с. 3. Вспомните, мы говорили о предметах личной гигиены. Обведите те предметы, которые сейчас понадобятся детям со с. 9.

### **Работа с раздаточным материалом**

Педагог. Я буду вам говорить название упражнения, а вы запоминайте и ищите к нему цветную картинку.

---

\* Ковалева А. Хочу быть здоровым. Развивающие занятия и игра для детей 4—5 лет. М., 2015. С. 9.

Движения: «Мостик». «Ласточка». «Цапля» (*стоит на одной ноге*). Солдат марширует (*высоко поднимает ногу*). «Улитка» (*мальчик сидит*).

Запомнили? Теперь каждый из вас выберет то упражнение, которое понравилось, и мы пойдем на ковер его делать.

Дети называют упражнение, показывают карточку и выполняют. Упражнения «Солдат марширует» и «Улитка» делают в движении.

Кукла Маша благодарит детей и прощается. Дети приглашают Машу в гости, они рады поиграть с ней.

## **Итог**

### **10. «Закалка»**

#### **Приветствие**

\* \* \*

Педагог. Ребята, отгадайте, что у меня лежит в коробке?

Домик круглый, домик белый...  
Ой! Домик был сначала целый...  
Теперь треснул, наконец,  
Так и выскочил жилец.

*(Цыпленок.)*

Педагог достает игрушку и говорит от лица цыпленка.

Цыпленок. Здравствуйте, ребята, я только что вылупился из яйца. У меня теперь будет много друзей, и мы пойдем играть на улицу. Сейчас я надену валенки, теплый шарф, шубу и побегу.

Педагог. Цыпленок, тебе нельзя вот так сразу бежать на улицу. Нужно сделать зарядку, принять душ и, вообще, правильно одеться перед выходом на улицу, нужно закаляться, чтобы не болеть.

Ребята, какое сейчас время года? Как правильно одеваться, чтобы не замерзнуть и не простыть на прогулке? Или, наоборот, чтобы не было слишком жарко.

Цыпленок. А что такое закаляться? Я такого слова не знаю.

Педагог. Давайте отправимся на остров «Закалка» и узнаем, зачем нужно закаляться.

Дети разуваются и идут босиком по массажной дорожке.

Потом нужно поставить три тазика с водой. Ребенок из одного тазика переходит в другой. Педагог страхует каждого ребенка.

Затем ребенок наступает на махровое полотенце и опять на массажную дорожку.

Пришли на остров. Смотрите, здесь всякие картинки. Что на них нарисовано?

### Работа в тетради

Дети открывают тетрадь на с. 10\*.

Педагог. Ребята, кто хочет быть здоровым? Почему? Что значит быть здоровым? (*Улыбаться, быть в хорошем настроении, не болеть, радоваться и т.д.*) Что нужно, чтобы быть здоровым? Да, правильно, а еще нужно закаляться. Чтобы реже болеть, нужно закалять свой организм.

Посмотрите на картинки. Что изображено? Чем занимаются дети?

Солнечные ванны, игры на воздухе, плавание — все это способствует закалке организма.

### Работа с раздаточным материалом

Педагог. На прошлом игровом сеансе мы называли упражнения. Помните? Ну-ка напомните мне, как мы их называли, и найдите карточки\*\*.

Цыпленок благодарит детей за то, что они научили его быть здоровым, и он теперь знает, как нужно закаляться. Дети прощаются с цыпленком.

### Итог

## 11. «Виды спорта»

### Приветствие

\* \* \*

Педагог открывает большой конверт и достает письмо.

Педагог. Ребята, к нам пришло письмо от девочек и мальчиков, они нас приглашают в страну Спортландию. Дети, которые нас приглашают, занимаются спортом. А вы занимаетесь спортом? Каким? А зачем люди занимаются спортом? Спорт помогает людям стать сильными, ловкими, здоровыми, быстрыми. В Спортландию могут попасть только спортсмены.

Найдите карточку с изображением предмета и отгадайте, к какому виду спорта она относится.

На ковре лежат различные карточки, на которых нарисованы, например, клюшка с шайбой, лыжи, коньки, вода и т.д.

\* Ковалева А. Хочу быть здоровым. Развивающие занятия и игра для детей 4—5 лет. М., 2015. С. 10.

\*\* Ковалева А. Хочу быть здоровым. Развивающие занятия и игра для детей 4—5 лет. М., 2015.

Дети берут карточку и называют вид спорта.

Молодцы, ребята, теперь мы готовы к путешествию.  
Покрутись, повернись и в спортсмена превратись!

Дети идут по массажной дорожке, перепрыгивают через «кочки» и т.д.

### **Работа в тетради**

Дети открывают тетрадь на с. 11\*.

Педагог. Какими видами спорта занимаются дети? Обведите картинку, где нарисован тот вид спорта, которым хотелось бы заниматься вам.

Возьмите камушки, положите на те картинки, на которых нарисованы зимние виды спорта.

Какие картинки изображают летние виды спорта? Нарисуйте возле них солнышко.

### **Работа с раздаточным материалом\*\***

Педагог. Все спортсмены соблюдают режим дня, укрепляют здоровье, закаляются, делают по утрам зарядку. Найдите карточки, где нарисован мальчик, делающий упражнения, которые вам особенно нравятся. Как бы вы их назвали?

Покрутись, повернись, в комнате очутись.

Теперь вы знаете про зимние и летние виды спорта. Может быть, кто-то из вас будет заниматься спортом и станет олимпийским чемпионом.

### **Итог**

## **12. «В мире животных»**

### **Приветствие**

\* \* \*

Педагог. Ребята, к нам в гости пришли животные. Вы не знаете зачем? Я тоже не знаю. А кто пришел? Чтобы узнать, нужно решить головоломку «Четвертый лишний» и найти карточку на ковре.

Педагог кладет на ковер карточки с изображением разных животных и показывает детям карточку, по которой они определяют лишнее животное. Дети называют животное, педагог ставит на стол игрушку.

---

\* Ковалева А. Хочу быть здоровым. Развивающие занятия и игра для детей 4—5 лет. М., 2015. С. 11.

\*\* Ковалева А. Хочу быть здоровым. Развивающие занятия и игра для детей 4—5 лет. М., 2015.



Животные пришли к нам, чтобы мы помогли им разобраться, чем они отличаются друг от друга. Скажите чем? У каждого животного есть что-то особенное, чего нет у других. Давайте посмотрим на животных, которых нарисовал художник и узнаем, чем они отличаются.

### Работа в тетради

Дети открывают тетрадь на с. 12\*.

Дети рассматривают картинки.

Педагог. На какие две группы можно разделить данных животных? Возьмите камушки и положите на домашних животных. Расскажите о них и их особенностях. Обведите всех диких животных.

### Работа с раздаточным материалом\*\*

#### Игра «Что изменилось?»

Дети выкладывают карточки-схемы. Педагог убирает или переставляет одну, дети отгадывают, что изменилось.

### Итог

## 13. «Мир музыки и танца»

### Приветствие

\* \* \*

Педагог. Ребята, к нам в гости пришла кукла в красивом платье с красивым бантом и приглашает нас в страну танца и музыки. Это интересная страна! Вы любите танцевать? А знаете ли вы, что гимнастику можно делать под музыку. Она называется ритмической.

Дети выполняют под музыку ритмические упражнения с ложками или бубнами и т.д.

### Работа в тетради

Дети открывают тетрадь на с. 13\*\*\*.

Педагог. Что делают девочки? Как вы думаете, какие танцы они исполняют? Как их можно назвать? (*Балет, хип-хоп, русский народный, современный.*) Как вы узнали? (*По костюму, движениям.*)

\* Ковалева А. Хочу быть здоровым. Развивающие занятия и игра для детей 4—5 лет. М., 2015. С. 12.

\*\* Ковалева А. Хочу быть здоровым. Развивающие занятия и игра для детей 4—5 лет. М., 2015.

\*\*\* Ковалева А. Хочу быть здоровым. Развивающие занятия и игра для детей 4—5 лет. М., 2015. С. 13.

Давайте поиграем в игру. Кто-то из вас будет называть танец, показывать движение, а все остальные закрывать камушком картинку с похожим движением.

Как вы думаете, заниматься танцами полезно? Почему? А кто из вас ходит на хореографию, балет, танцы?

### **Игровой самомассаж**

Поглаживание частей тела в соответствии с музыкой и текстом.

Я ладошки разотру, а потом похлопаю.  
Кулачками постучу. Ножками потопаяю.  
Ножки ручками потру, чтобы рано поутру  
Побежали ножки.  
Я в ладошки хлопаю. Я ногами топаю.

### **Работа с раздаточным материалом**

Педагог. Придумайте танцевальные движения по карточке\*.

Дети выбирают себе карточку, рассказывают, что на ней нарисовано, придумывают танцевальное движение и показывают. Все остальные повторяют.

### **Итог**

## **14. «Безопасные прогулки»**

### **Приветствие**

\* \* \*

Педагог. Дети, вы слышите чей-то голос? Мяу-мяу! Кто это?

Педагог открывает дверь и показывает игрушку-котенка.

К нам пришел котенок! Какой он хорошенький! Давайте его погладим!

Педагог говорит от лица котенка.

Котенок Мяу. Здравствуйте, ребята. Я котенок Мяу. Давайте вместе погуляем?

Педагог. Котенок приглашает нас на прогулку! Пойдем?

Дети отвечают.

Хорошо. Тогда нам нужно надеть головные уборы. Если лето — панамки, кепки. Если зима — шапки, шарфы. А что нам нужно взять на прогулку? Игрушки.

\* Ковалева А. Хочу быть здоровым. Развивающие занятия и игра для детей 4—5 лет. М., 2015.