



УЧИМСЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ

ISSN 2220-1467

# ИНСТРУКТОР ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ

№3/2017



Интегрированное  
развлечение «Большое  
космическое  
путешествие»

Физкультурно-  
логопедическое  
занятие «Загадочный  
мир тундры»

Спортивный праздник  
к 110-летию  
со дня рождения  
Астрид Линдгрен

Спортивно-игровой  
практикум «Сохраним  
традиции предков»



ИНТЕГРИРОВАННЫЕ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ  
МЕРОПРИЯТИЯ

# ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ЗДОРОВЬЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

Серия «Будь здоров, дошкольник!» включает в себя книги по физическому развитию и воспитанию дошкольников, а также физкультурно-оздоровительной и здоровьесберегающей деятельности в работе с детьми.



Закажите на [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)

Издательство «ТЦ СФЕРА»

Адрес: 129226, Москва,  
ул. Сельскохозяйственная, д. 18, к. 3

Тел.: (495) 656-75-05, 656-73-00, 656-70-33

E-mail: [sfera@tc-sfera.ru](mailto:sfera@tc-sfera.ru). Сайты: [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru), [www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru)

Интернет-магазин: [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)





УЧИМСЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ

ISSN 2220-1467

# ИНСТРУКТОР ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ

№3/2017



Подписные индексы в каталогах:

«Роспечать» — 48607, 36804 (в комплекте)

«Пресса России» — 42122, 39757 (в комплекте)

«Почта России» — 10399 (в комплекте)

## ТЕМА НОМЕРА ИНТЕГРИРОВАННЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

### СОДЕРЖАНИЕ

Редакционный совет .....	3
Индекс .....	4

#### Колонка редактора

Парамонова М.Ю.	
Интегративный подход в работе по физическому воспитанию .....	5

### ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ РОСТ

#### Повышение квалификации

Головлева Т.Н.	
Мультимедийные электронные пособия по физической культуре .....	6
Кирток Ю.А.	
Проект «Спорт любить — здоровым быть» .....	15

#### Психофизическое развитие ребенка

Сечина О.Н.	
Развитие у детей основных видов движения Мастер-класс по взаимодействию инструктора по физкультуре и воспитателей .....	23

### ПЕДАГОГИКА ЗДОРОВЬЯ

#### Образовательная работа

Татаринцева Л.В.	
Игровое занятие с использованием русских народных подвижных игр «Весну встречай, весело играй!» .....	32
Ткаченко М.Н.	
Сюжетное занятие «Космический десант» .....	37
Лопатина В.Г.	
Физкультурно-познавательное занятие «Путешествие в город Мастеров» .....	42



## **Физкультурно-оздоровительная работа**

Церковная О.Е.	
Спортивный праздник «Игры доброй воли», посвященный Дню Победы .....	48
Киселева О.В.	
Физкультурный праздник «Этот День Победы!» .....	53
Гойда Е.А.	
Музыкально-спортивный праздник «В поисках друга» к 110-летию со дня рождения Астрид Линдгрен .....	59
Чугунова Л.Е.	
Спортивное развлечение «Космическое путешествие» .....	63

## **СОТРУДНИЧЕСТВО**

### **Работа с родителями**

Корцова О.С.	
Роль семьи и общества в формировании у ребенка представлений о здоровом образе жизни .....	68
Овсянникова З.А., Бикметова Н.Я.	
Спортивно-интеллектуальное развлечenie «Путешествие в страну Сенсорики».....	70

### **Взаимодействие со специалистами**

Икаева Б.З., Краликов Е.В.	
Физкультурно-логопедическое занятие «Загадочный мир тундры»....	76
Данилова Т.Ю., Варламова Н.В.	
Интегрированное развлечение «Большое космическое путешествие» .....	80
Кузнецова С.В.	
Физкультурное занятие по сказке «Красная Шапочка» .....	86
Нагаева Н.Ф.	
Занятие по физкультуре «Как дети помогали коту Леопольду» .....	88

## **ЭТО ИНТЕРЕСНО**

### **Дискуссионный клуб**

Левагина И.М.	
Интерактивная игра «Юные следопыты» .....	96

### **Вести из регионов**

Козлова Ю.В., Киселева О.В.	
Районные спортивные соревнования «Будь здоров, педагог!» .....	104

### **Народная педагогика**

Деревянко О.А.	
Спортивно-игровой практикум «Сохраним традиции наших предков» .....	108
Клементьева Е.В.	
Физкультурный досуг «В школе чародейства и волшебства» .....	111
Мийна Т.В.	
Спортивный микс «Как Ёма баба к Яг-Морту на день рождения собиралась» .....	112
<b>Книжная полка</b> .....	22, 31, 36, 47, 58, 79, 126
<b>Это интересно</b> .....	67, 95
<b>Вести из Сети</b> .....	126
<b>Как подписаться</b> .....	127
<b>Анонс</b> .....	128

## Редакционный совет

**Зимонина Валентина Николаевна**, ст. преподаватель, методист кафедры педагогики и методики дошкольного образования ГОУ ВО «Московский институт открытого образования».

**Криволапчук Игорь Альлерович**, д-р биол. наук, заведующий лабораторией физиологии мышечной деятельности и физического воспитания Учреждения РАО «Институт возрастной физиологии», Москва.

**Маханева Майя Давыдовна**, канд. пед. наук, заслуженный учитель Российской Федерации, директор МОУ «Прогимназия № 117», г. Нижний Новгород.

**Парамонова Маргарита Юрьевна**, канд. пед. наук, декан факультета дошкольной педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Московский педагогический государственный университет», чл.-корр. Международной академии наук педагогического образования (МАНПО), главный редактор журналов «Воспитатель ДОУ», «Инструктор по физкультуре».

**Правдов Михаил Александрович**, д-р пед. наук, профессор, заведующий кафедрой теории и методики физической культуры и спорта, заведующий научно-исследовательской лабораторией факультета физической культуры ГОУ ВПО «Шуйский государственный педагогический университет».

**Чумичева Раиса Михайловна**, д-р пед. наук, профессор, декан факультета педагогики и практической психологии ГОУ ВО «Педагогический институт ЮФУ».

**Шебеко Валентина Николаевна**, д-р пед. наук, доцент кафедры методик дошкольного образования ОУ «Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка».

## Редакционная коллегия

**Боякова Екатерина Вячеславовна**, канд. пед. наук, ст. науч. сотрудник ФГБНУ «Институт художественного образования и культурологии РАО», главный редактор журналов «Управление ДОУ», «Методист ДОУ».

**Дружиловская Ольга Викторовна**, канд. пед. наук, доцент кафедры анатомии, физиологии и клинических основ дефектологии ФГБОУ ВО «Московский педагогический государственный университет», главный редактор журнала «Медработник ДОУ».

**Парамонова Маргарита Юрьевна**, канд. пед. наук, декан факультета дошкольной педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Московский педагогический государственный университет», чл.-корр. МАНПО, главный редактор журналов «Воспитатель ДОУ», «Инструктор по физкультуре».

**Танциора Снежана Юрьевна**, канд. пед. наук, доцент кафедры психологии и педагогики ГАУ ИП ДСЗН «Институт переподготовки и повышения квалификации руководящих кадров и специалистов системы социальной защиты населения города Москвы», главный редактор журнала «Логопед».

**Цветкова Татьяна Владиславовна**, канд. пед. наук, чл.-корр. МАНПО, генеральный директор и главный редактор издательства «ТЦ Сфера».



# ИНДЕКС

## УЧРЕЖДЕНИЯ И АВТОРЫ, УПОМИНАЕМЫЕ В НОМЕРЕ

Указаны страницы, на которых начинаются статьи с упоминанием названий учреждений и фамилий авторов

Д/с № 130 «Родничок» АНО ДО «Планета детства „Лада“», г. Тольятти Самарской обл. .... 32	МБОУ С(К)НШ — д/с № 2, г. Нерюнгри ..... 104
МАДОУ д/с № 13, г. Снежинск Челябинской обл. ..... 88	МДОУ д/с № 18 «Сказка», г. Углич Ярославской обл. ..... 15
МАДОУ д/с № 83, г. Сыктывкар, Республика Коми ..... 116	МДОУ д/с № 45, г. Петропавловск-Камчатский Камчатского края ..... 48
МАДОУ д/с № 173, г. Хабаровск ..... 37	МДОУ д/с № 46 «Незабудка», пос. Серебряный Бор Нерюнгринского р-на, Республика Саха (Якутия) .... 53, 104
МАДОУ д/с «Чебурашка», пос. Алябьевский Советского р-на Тюменской обл., ХМАО—Югра ... 70	МДОУ д/с № 49 «Колокольчик», г. Подольск Московской обл. ..... 59
МБДОУ д/с № 8, станица Старо- щербиновская Щербиновского р-на Краснодарского края ..... 108	МДОУ «Суксунский детский сад “Колокольчик”, пос. Суксун Пермского края ..... 42
МБДОУ д/с № 25 «Серебряное копытце», г. Норильск Красноярского края ..... 76	МДОУ ЦРР — д/с № 6 «Синяя птица», г. Малоярославец Калужской обл. ..... 80
МБДОУ д/с № 42 «Малинка», г. Старый Оскол Белгородской обл. ..... 63	МДОУ ЦРР — д/с «Ладушки», г. Подольск Московской обл. ..... 86
МБДОУ д/с № 69 «Веточка», г. Тольятти Самарской обл. ..... 68	СП № 463 ГБОУ «Школа № 324 “Жар-птица”», Москва ..... 96
МБДОУ д/с «Лучик», г. Болхова Орловской обл. ..... 23	СП д/с «Буратино» ГБОУ СОШ № 2, пгт Усть-Кинельский Самарской обл. ..... 6
МБДОУ — ЦРР д/с № 1 «Радуга», г. Новороссийск ..... 111	
Бикметова Наталья Яковлевна ..... 70	Кузнецова
Гойда Елена Анатольевна ..... 59	Светлана Владимировна ..... 86
Головлева Татьяна Николаевна ..... 6	Левагина Ирина Михайловна ..... 96
Варламова Надежда Викторовна ... 80	Лопатина
Данилова Татьяна Юрьевна ..... 80	Валентина Григорьевна ..... 42
Деревянко	Мийна Татьяна Владимировна ... 116
Ольга Александровна ..... 108	Нагаева Наталья Филаретовна .... 88
Икаева Бэла Зауровна ..... 76	Овсянникова
Кирток Юлия Александровна ..... 15	Зоя Александровна ..... 70
Киселева	Сечина Ольга Николаевна ..... 23
Ольга Владимировна ..... 53, 104	Татаринцева
Клементьева	Любовь Владимировна ..... 32
Елена Владимировна ..... 111	Ткаченко Марина Николаевна ..... 37
Козлова Юлия Васильевна ..... 104	Церковная Оксана Евгеньевна ..... 48
Корцова Ольга Сергеевна ..... 68	Чугунова
Крапивко Елена Владимировна ... 76	Людмила Евгеньевна ..... 63

## Интегративный подход в работе по физическому воспитанию

Согласно требованиям ФГОС ДО, подавляющее большинство современных образовательных и оздоровительных мероприятий с детьми дошкольного возраста проводится в интегративной форме. Это правильно и очень актуально. Ведь мир, в котором мы живем, несмотря на свое многообразие, познается детьми целостно.

Само понятие интеграция (от лат. *integratio* — соединение, восстановление) толкуется как объединение отдельных частей и элементов системы на основе их взаимозависимости и взаимодополняемости. В то же время разные разделы программы образования дошкольников, направленные на изучение отдельных явлений этого единства, не всегда позволяют сформировать у детей представления о целостном явлении. А использование интегрированного подхода как раз и направлено на раскрытие целостной сущности явления средствами разных видов деятельности, побуждает детей к активному познанию окружающей действительности, осмыслинию и нахождению причинно-следственных связей, развитию логического мышления, коммуникативных навыков.

Интеграция содержания различных образовательных областей и видов детской деятельности в процессе физического воспитания дает возможность для самореализации и самовыражения детей. Известно, что физические упражнения положительно влияют на увеличение объема памяти, устойчивость внимания, двигательные реакции, интеллектуальную деятельность в целом. Так, интеграция физической культуры и познавательной деятельности обеспечивает улучшение мозгового кровообращения, активизацию психических процессов. В двигательной деятельности активизируется фантазия, развиваются творческие способности дошкольников.

В этом номере представлено много примеров физкультурно-оздоровительных мероприятий, как интегрированных, так и с элементами интеграции, в которых сочетаются физическое, речевое, художественно-эстетическое, познавательное развитие, что дает детям возможность в увлекательной игровой форме познавать окружающий мир.

Друзья! Мы ждем ваши новые статьи! Делитесь с коллегами своим опытом, идеями, ставьте вопросы, инициируйте дискуссии на волнующие темы физического воспитания дошкольников. Материалы для публикации можно присыпать на наш адрес: [dou@tc-sfera.ru](mailto:dou@tc-sfera.ru). Оформляйте подписку на сайте [www.sfera-rodpiska.ru](http://www.sfera-rodpiska.ru). Используйте возможность оформления электронной подписки, не выходя из дома.

Парамонова М.Ю.,  
главный редактор журнала «Инструктор по физкультуре»



# Мультимедийные электронные пособия по физической культуре

Головлева Т.Н.,

инструктор по физкультуре СП д/с «Буратино» ГБОУ  
СОШ № 2, пгт Усть-Кинельский Самарской обл.

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ РОСТ

Процессы информатизации современного общества тесно связаны с процессами информатизации всех форм образовательной деятельности и характеризуются постоянным совершенствованием и массовым распространением информационных и коммуникационных технологий (ИКТ). Подобные технологии активно применяются для передачи информации и обеспечения взаимодействия педагога и воспитанника в современном образовании. На сегодняшний день педагог должен не только обладать знаниями в области ИКТ, но и быть специалистом по их применению в своей профессиональной деятельности.

Информационные и коммуникационные технологии — обобщающее понятие, описывающее различные устройства, механизмы, способы, алгоритмы обработки информации.

В работе педагога широкое распространение получили универсальные офисные прикладные программы и средства ИКТ: текстовые процессоры, электронные таблицы, программы подготовки презентаций, системы управления базами данных, органайзеры, графические пакеты и т.п.

В своей работе мы попытались найти применение мультимедийным презентациям.

Понятие «мультимедиа» тесно связано с компьютерной обработкой и представлением разнотипной информации и лежит в основе функционирования средств ИКТ, существенно влияющих на эффективность образовательного процесса.

В широком смысле термин «мультимедиа» означает спектр информационных технологий, использующих

различные программные и технические средства с целью наиболее эффективного воздействия на пользователя (ставшего одновременно и читателем, и слушателем, и зрителем).

Разработка мультимедийных учебно-методических пособий — сложная профессиональная задача, требующая знания предмета, навыков учебного проектирования и ознакомления со специальным программным обеспечением. Она включает несколько этапов: разработку структуры ресурса; отбор и структурирование материала; отбор иллюстративного и демонстрационного материала; техническую подготовку текстов, изображений, аудио- и видеоинформации, объединение подготовленной информации в один проект, создание системы меню, средств навигации и т.п.

Средства, используемые при создании мультимедийных продуктов, — системы обработки статической графической информации, создания анимированной графики, записи и редактирования звука, видеомонтажа, интеграции текстовой и аудиовизуальной информации в единый проект.

Конечно, возможности использования мультимедийного оборудования (экрана, проектора, ноутбука и т.п.) на занятиях по физической культуре ограничены из-за специфики деятельности,

но в нашем детском саду ведется активная работа по внедрению данной технологии.

За основу разработки мультимедийных пособий обычно берется сюжет сказки, рассказа, стихотворения, согласно тематическому планированию. По завершении работы над презентацией весь материал систематизируется в методических рекомендациях по использованию того или иного пособия. В последнем отражаются внешний вид слайда, словесное сопровождение к нему, описываются комплексы упражнений, какой музыкальный материал используется, какие манипуляции необходимо совершить, чтобы осуществилось воспроизведение аудио- или видеофрагмента. Сюда же прилагается диск с записью презентации в разных форматах. Это позволяет без труда воспользоваться пособием любому педагогу.

Такая работа поначалу кажется сложной, но процесс создания своего неповторимого, удобного в использовании пособия затягивает, увлекает. При создании мультимедийных пособий педагог постоянно находится в процессе саморазвития.

Возможности мультимедийных презентаций позволяют сделать образовательный процесс насыщенным, интересным, учесть индивидуальные и психологические особенности воспитанников. Ведь кому-то,



чтобы понять и запомнить материал, достаточно услышать, а кому-то необходимо увидеть. Наглядно-образное восприятие дошкольников гораздо легче удовлетворить, когда на экране появляются любимые сказочные герои. Гораздо проще рассказать про здоровый образ жизни, осанку, когда примером служит олимпийский чемпион, демонстрирующий упражнения на экране; эффективнее формировать положительные человеческие качества (доброту, взаимовыручку и т.п.), когда они показаны на примере бременских музыкантов, спасающих от разбойников принцессу.

Положительные стороны использования на занятиях по физической культуре мультимедийных пособий:

— позволяет четко планировать двигательную активность воспитанников, не перегружая их и в то же время давая физическую нагрузку согласно возрасту;

— тщательно подобранная музыка понятна детям и находит большой эмоциональный отклик, развивая не только эмоциональную сферу, но и чувство ритма, творчество и воображение;

— созданный при показе на слайде образ того или иного героя или действия связывается с определенным движением и после разучивания комплекса дошкольники с легкостью мо-

гут воспроизводить упражнения самостоятельно;

— использование мультимедиа повышает интерес к занятиям по физической культуре. Активнее и интереснее проходят подвижные игры и игры малой подвижности. Расширяется диапазон игр, их варианты придумываются детьми прямо в ходе занятия, новые герои привносят новые идеи;

— легко и непринужденно происходит процесс интеграции образовательных областей, что позволяет решать общепедагогические задачи, взаимодействовать со специалистами дошкольной организации, развивая гармоничную личность воспитанников;

— работа педагога облегчается. Ведь ход занятия, стихотворное сопровождение, информация об упражнениях проводятся в четкой последовательности. Диапазон действий педагога увеличивается, больше времени можно уделить оказанию помощи детям, действиям вместе с ними, импровизации, творчеству.

Конечно, мультимедийные пособия нельзя применять на занятиях бездумно и постоянно. Необходимо четко планировать такие занятия. Желательно взаимодействовать с другими педагогами и специалистами ДОО. Ведь может получиться так, что и воспитатель или лого-

пед в этот день тоже используют компьютер на занятии. Можно нанести вред ребенку, перегрузив визуальной информацией его зрительный анализатор. Также слишком частое использование мультимедиа на занятиях может привести к потере интереса детей.

Однако на физкультурном занятии негативное воздействие визуальной информации мультимедийной презентации на здоровье воспитанников минимально. Дети не обездвижены и не фокусируют на продолжительное время взгляд на экране. Восприятие происходит в постоянном двигательном режиме, на достаточном расстоянии от экрана. В течение всего занятия происходит диалог с инструктором или сверстниками, что формирует творческое и диалогическое мышление.

Современные дети требуют современного подхода. Педагоги обязаны соответствовать уровню наших воспитанников. Ведь уже в период дошкольного детства некоторые воспитанники опережают педагогов по уровню владения ИКТ, легко ориентируются в гаджетах, умеют без труда найти любимый мультфильм или песенки. Ну а мы, взрослые, должны развиваться, наверстывать, догонять стремительно несущийся технический прогресс, чтобы быть интересными, современными, грамотными.

## Методические рекомендации к использованию мультимедийного электронного пособия «Спасти планету Флорана»

**Цель:** активизация защитных сил организма.

**Задачи:**

- развивать физические качества: мышечную силу, ловкость, выносливость, гибкость;
- психические качества: внимание, память, воображение;
- закреплять умение выполнять гимнастику для глаз;
- формировать умение расслаблять мышцы тела после статического напряжения;
- закладывать основы здорового образа жизни;
- укреплять костно-мышечную систему, повышать функциональную деятельность органов и систем организма;
- воспитывать нравственные качества, побуждать к взаимопомощи, состраданию;
- создавать условия для положительного психоэмоционального состояния детей;
- расширять словарный запас.

**Оборудование:** мультимедийная презентация «Спасти планету Флорана»\*, ноутбук, колонки.

\* \* \*

Дети входят в зал, строятся в колонну по одному.

---

\* Презентацию вы можете найти на сайте [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru).



Педагог. Здравствуйте, дорогие ребята! Сегодня у нас необычная встреча. Почему? А потому что к нам в детский сад пришел сигнал из космоса. Послушайте! (Звучит аудиозапись космических звуков.) Ученые расшифровали сигналы и выяснилось, что злой волшебник Сириус побывал на планете Флорана. Когда-то эта планета считалась самой красивой во Вселенной. Вся ее поверхность была устлана ароматными цветами, моря наполнены теплым молоком, а мягкий песок напоминал лебяжий пух. Но после визита Сириуса деревья, цветы, воздух, вода изменились до неузнаваемости. Предлагаю заглянуть в неведомый космический мир и посмотреть, что там происходит.

Какая это планета?

### Упражнение «На планете Флорана» (пальминг)

Дети описывают планету, закрыв глаза ладонями, изогнутыми чашеобразно и наложенными на окологлазную область так, чтобы основания ладоней касались носа. Первые фаланги мизинцев наложены друг на друга, перекрещены на переносице под углом 90°, пальцы рук перекрещены на лбу, ладони не касаются глаз.

Дети. Планета темная, неуютная, холодная, мрачная.

### Упражнение «Маленькое солнце» (психогимнастика)

Педагог (медленно, таинственно). А сейчас положи-

те ладошки на сердце, послушайте, как оно бьется в груди: «Тук-тук-тук!» Представьте, что в сердечке зажглось маленькое солнышко, тепло от него разлилось по всему телу, рукам, ногам, светло стало в голове, глаза излучают яркий солнечный свет! Давайте возьмем небольшой кусочек солнышка и отправим его несчастной планете Флорана.

Дети и педагог сжимают ладони в кулаки и взмахом вверх «отправляют» энергию солнца в космос.

Ну что, нас ждут великие дела! Вы готовы? Кто отправится со мной?

Дети отвечают.

На месте цветущих садов остались сухие деревья с тонкими ветками.

Дети идут друг за другом, медленно поднимая руки вверх.

Повсюду выросли гигантские колючки.

Разводят руки и ноги в стороны, идут большими широкими шагами, наклоняясь из стороны в сторону.

Из воды появились толстые стволы огромных деревьев, которые поглощали воду, и ее становилось все меньше и меньше.

Выполняют ходьбу в полуприседе и далее поднимают корпус, имитируя рост деревьев.

В жилищах местных жителей пропал свет, и им пришлось пользоваться фонарями.

Поднимают руки вверх, кисти опущены.

А самые красивые и таинственные цветы-шары превратились в сухие сучки.

Ходят в полуприседе, ноги согнуты в коленях, спина прямая, руки согнуты в локтях, пальцы напряжены и скрючены.

Сириус выгнал всех жителей из домов и построил огромные заводы с высокими трубами, которые отравляли атмосферу ядовитыми газами.

Ходят на носках, руки вверх.

Он сливал отходы в реки, загрязняя их.

Ходят в наклоне, опираясь на ладони и ступни.

Построил небоскребы, которые закрыли солнце.

Ходят на носках, руки вверх.

А людей переселил в маленькие домишкі.

Ходят в полуприседе, руки на пояс.

Самые лучшие поля он засыпал зыбучими песками. Там нельзя стоять, иначе окажетесь в плена у этого песка.

Выполняют бег в прямом направлении, «змейкой» и т.п.

Проводятся упражнения на восстановление дыхания.

Мы прибыли на самое печальное место на планете, но постараемся его оживить теплым чистым дождем.

### **Упражнение «Дождинки»**

И.п.: о.с. 1 — шаг правой ногой вправо, правой рукой «поймать дождинку»; 2 — то же влево. Повторить по 3 раза, в конце сложить ладони «чашечкой», повернуться вокруг себя. Темп медленный.

Педагог. И вот после дождя стало выглядывать солнце.

### **Упражнение «Солнце»**

И.п.: ноги на ширине плеч, носок правой ноги развернут наружу и направлен вправо, руки разведены в стороны. Наклониться вправо, пока правая рука не коснется пола. Левая рука вытянута вверх. Повторить то же влево. По 3 раза в каждую сторону.

Педагог. Чудеса продолжаются, и вот уже появляются таинственные цветы.

### **Упражнение «Кракозябусы»**

И.п.: о.с., руки сомкнуты в «бутон» перед собой. На музыкальный акцент аудиосопровождения — выпад правой ногой вперед, руки вперед — «раскрыть бутон». Повторить 4 раза со сменой ног. Затем быстрые сжимания и разжимания пальцев в кулак и обратно. На экране автоматически на музыкальный акцент появляются изображения цветов.



**П е д а г о г.** Все вокруг расцветает, и на поляне вырастают голубые розы!

### **Упражнение «Розы»**

И.п.: сидя, ноги врозь, одна нога согнута в колене. 1 — поднять руки вверх; 2 — наклониться, коснуться носка выпрямленной ноги; 3 — выпрямиться, поменять ноги; 4 — то же к другой ноге.

**П е д а г о г.** На планету вернулись птицы.

### **Упражнение «Птицы»**

И.п.: лежа на животе, руки под подбородком. 1 — поднять корпус, руки развести в стороны, ноги вместе; 2 — и.п.

**П е д а г о г.** А по вечерам опять стала пролетать таинственная птица огня и света.

### **Упражнение «Птица огня и света»**

Взмах руками, сидя на коленях.

**П е д а г о г.** Диковинные животные вышли из своих нор и зажгли потомство.

### **Упражнение «Кот-олень»**

И.п.: сидя на коленях, руки лежат свободно. Наклоны головы вперед — в стороны.

### **Упражнение «Рукокрюк»**

И.п.: стоя на коленях и ладонях. Прогнуть спину вверх, голову опустить вниз. Затем выгнуть спину, голову поднять.

### **Упражнение «Жабокрыл»**

И.п.: сидя на коленях, руки перед собой, ладони и локти сомкнуты. 1 — напрячь мышцы

рук, сдавливая предплечья; 2 — встать на колени, руки развести в стороны, пальцы рук врозь.

### **Упражнение «Моль-лев»**

И.п.: то же. 1 — руки развести в стороны; 2 — правую руку завести за голову, левую — за спину; 3—4 — то же со сменой рук.

### **Упражнение «Котоглаз»**

И.п.: стоя на коленях. Повторить упражнение «Рукокрюк».

### **Упражнение «Птицепес»**

И.п.: сидя на коленях. 1 — руки вытянуть вперед; 2 — подняться на коленях, вынести корпус вперед, опираясь на руки.

### **Упражнение «Длинношей»**

И.п.: сидя на коленях. Вытянуть шею вперед вверх, вернуться в и.п.

### **Упражнение «Круглоглаз» (гимнастика для глаз)**

Выполнить движения глазами вправо-влево, вверх-вниз, по кругу. Быстро поморгать, сильно зажмуриться, широко открыть глаза.

При выполнении гимнастики для глаз голова должна оставаться на месте, двигаются только глаза.

### **Упражнение «Черепаходом»**

И.п.: сидя на коленях. 1 — наклон туловища вперед, коснуться лбом пола, руки отвести назад вдоль туловища; 2 — подняться на коленях, вытянуть шею вверх.

## Упражнение «Подводный мир»

И.п.: сидя на коленях, руки перед грудью, ладони вместе. Надавливать ладонью на ладонь, сжимать пальцы рук в кулак и разжимать; выполнять волнообразные движения руками вперед. Затем встать на колени, руки отвести за голову, расправить локти в стороны, выпрямить спину. Повторить 4 раза.

## Упражнение «Бабочка»

И.п.: сидя на полу, ноги согнуты в коленях, стопы вместе, руками держать стопы. Выполнить движения вверх-вниз согнутыми в коленях ногами.

Педагог. После теплого дождя и солнца выглянула радуга.

## Упражнение «Радуга»

И.п.: сидя на полу, руки в опоре сзади, ноги вместе, вытянуты вперед. 1 — поднять вверх корпус, опираясь на кисти и пятки; 2 — и.п.

Педагог. Горы окрасились в радужные цвета.

## Упражнение «Горы»

И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища, ноги согнуты в коленях. Поднять туловище вверх, опираясь на ноги и плечи, вернуться в и.п.

Педагог. И даже трава стала радужной!

## Упражнение «Радужная трава»

И.п.: лежа на животе, опора на локти. 1 — поворот головы вправо, ногу согнуть в колене; 2 — тоже в другую сторону.

## Релаксация «Лентяй»

Темп речи педагога медленный, тембр мягкий, спокойный.

Педагог. Ребята, мы сделали очень много добрых дел и немного устали. Я предлагаю вам немного полениться. Представьте, что вы — лентяи и нежитесь на мягкому травяном ковре. Вокруг тихо и спокойно, вы дышите легко и свободно. Ощущение приятного покоя и отдыха охватывает все ваше тело. Вы спокойно отдыхаете, вы лениитесь. Отдыхают ваши руки, отдыхают ваши ноги, отдыхают ручки, отдыхают ножки... (*Проходит между детьми, поглаживает их.*) Приятное тепло охватывает все ваше тело, вам лень шевелиться, вам приятно. Ваше дыхание совершенно спокойно. Ваши руки, ноги, все тело расслаблено. Чувство приятного покоя наполняет вас изнутри. Вы отдыхаете, вы лениитесь. Приятная лень разливается по всему телу. Вы наслаждаетесь полным покоем и отдыхом, который приносит вам силы и хорошее настроение. Потянитесь, сбросьте с себя лень и на счет «три» откройте глаза. Раз, два, три. Вы чувствуете себя хорошо отдохнувшими, у вас бодрое настроение.

Но, к сожалению, не обошлось без космических пиратов, которые замаскировали свой корабль под дерево и поджидают нас по



приказу Сириуса. Но мы обхитрим пиратов и уведем их в долину, откуда они никогда не выберутся.

### **Упражнение**

#### **«Космические пираты»**

И.п.: лежа на животе. 1 — сесть на колени; 2 — на корточки; 3 — опираясь на руки, выпрямить ноги в коленях, голову опустить вниз; 4 — поднять туловище, голова опущена; 5 — поднять голову.

#### **Упражнение «Кратеры»**

Бег на месте с прыжками-поворотами.

#### **Упражнение «Лужи»**

Бег с высоким подниманием коленей.

#### **Упражнение «Лабиринт»**

Бег «путающим» шагом (нога перед ногой).

#### **Упражнение «Соляные кочки»**

Ходьба приставным шагом правым и левым боком.

#### **Игра «Четыре стихии»**

На экране по очереди появляются изображения воды, земли, воздуха и огня.

Участникам необходимо быстро среагировать на смену картинки и выполнить соответствующие движения.

«Земля» — присесть, обхватить руками колени.

«Огонь» — вынести руки вперед, двигая кистями.

«Вода» — выполнить «волну» руками перед собой.

«Воздух» — сомкнуть руки над головой, выполнить наклоны вправо-влево.

Педагог. Ну что, ребята, наша спасательная операция подошла к концу. Надеюсь, вы поняли, насколько важны для человека и всего живого на Земле и в космосе чистый воздух, свежая вода, растения и животные! Без всего этого мы не сможем жить! Давайте беречь нашу Землю, а то может случиться так, что злой Сириус захочет захватить и ее!

От маленького кусочка солнца, который мы подарили планете, соседние планеты тоже расцвели и стали чище и красивее. На воздушных шарах стали летать друг к другу в гости жители разных планет, делиться своей радостью.

Дети берутся за руки, идут по кругу, выполняют танцевальные движения в соответствии с текстом.

А злого Сириуса закрыли в шар особой прочности и отправили в далекий космос. Он и по сей день летает в открытом космосе и ни одна планета не пускает его к себе. Давайте беречь и охранять нашу планету от визитов Сириуса!

Спасибо всем за помощь. До свидания!

Дети выходят из зала.

# Проект «Спорт любить – здоровым быть»

Кирток Ю.А.,

инструктор по физкультуре МДОУ д/с № 18 «Сказка»,  
г. Углич Ярославской обл.

ДОО создает условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья детей. Но не стоит забывать и о роли семьи в вопросах укрепления здоровья, организации ежедневных занятий физкультурой. Для повышения интереса детей к физкультуре необходимо тесное взаимодействие педагогов детского сада с семьями воспитанников.

Нужно использовать такие формы работы с родителями, в которых они выступают заинтересованными участниками педагогического процесса. Это позволяет повысить уровень физической культуры детей, использовать потенциал каждого ребенка. Особенность используемых нами форм работы заключается в том, что они носят не только консультативную, но и практическую направленность, мероприятия проводятся систематически с участием родителей, воспитателей и детей.

*Цель проекта:* привлечение участников воспитательно-образовательного процесса к занятиям физкультурой и спортом.

*Задачи:*

- развивать желание у детей и взрослых заниматься физкультурой и спортом;
- повышать роль семьи в физическом воспитании и оздоровлении детей;
- способствовать развитию творческой инициативы участников воспитательно-образовательного процесса в формировании у детей устойчивого интереса к физкультуре;
- формировать общественное мнение о значимости физкультуры в ДОО и семье;
- повышать уровень знаний педагогов в сфере физического развития.

*Вид проекта:* групповой, долгосрочный, информационно-практико-ориентированный.

*Ожидаемые результаты:*

- развитие физических качеств дошкольников;
- овладение детьми элементами движений некоторых видов спорта (лыжи, футбол, баскетбол, волейбол);
- повышение уровня компетенции в области физкультуры и



- спорта участников воспитательно-образовательного процесса;
- рост заинтересованности родителей к физкультурно-оздоровительной деятельности и спортивной жизни детей;
- разработка комплекса мер, обеспечивающих взаимодействие участников воспитательно-образовательного процесса.

При реализации проекта был разработан комплекс спортивных занятий, составлены консультации для родителей, воспитателей. Расширилась база нетрадиционного спортивного оборудования в физкультурных уголках групп.

**Длительность:** с сентября по июнь.

## Этапы реализации проекта

### Подготовительный этап

#### 1. Анкетирование родителей.

Анкетирование родителей помогло нам выявить следующие проблемы:

- многие родители не придают значения необходимости физического воспитания детей;
- в домашних условиях с детьми оздоровительные мероприятия не проводятся;
- в большинстве семей не соблюдается режим дня.

#### 2. Анкетирование педагогов.

Анкетирование педагогов выявило, что уровень знаний мно-

гих воспитателей в вопросах физической культуры и спорта недостаточен.

### 3. Диагностирование уровня развития физических качеств дошкольников.

На данном этапе были выявлены проблемы и определены направления работы с участниками воспитательно-образовательного процесса:

- непосредственно образовательная деятельность с детьми;
- совместные детско-родительские физкультурные мероприятия;
- информационный блок работы с участниками воспитательно-образовательного процесса;
- привлечение коллектива к спортивной жизни учреждения.

### Проектировочный этап

#### 1. Разработка плана мероприятий по взаимодействию участников воспитательно-образовательного процесса:

- подобраны консультации, памятки, конспекты совместных детско-родительских занятий;
- запланирована выставка «Физкультурное оборудование своими руками»;
- составлен график участия педагогов в муниципальных спортивных мероприятиях.

#### 2. Составление комплексно-тематического планирования в рамках работы с детьми по выбранной проблеме:

- непосредственно образовательная деятельность, спортивные праздники, развлечения, изготовление поделок, беседы;
- участие в муниципальных спортивных мероприятиях.

### **Практический этап**

Практический этап включал комплекс мероприятий с участниками воспитательно-образовательного процесса, направленных на формирование осознанного отношения к занятиям физкультурой и спортом.

Были проведены следующие мероприятия.

#### *С детьми:*

- занятия по ознакомлению с видами спорта, спортивными играми, включающие согласно возрастной группе теоретические знания (основные правила и цели игры) и практические умения (владение видами движений, правильное использование спортивного инвентаря);
- развлечения («Масленица», «Путешествие на планету здоровья», «Туристята» и т.д.);
- беседы на темы «Здоровым быть — физкультурой заниматься», «Зимние виды спорта», «Что такое Олимпиада?» и т.д.;
- участие в забеге Babycross в рамках региональных соревнований «Бегом по золотому кольцу»;
- выставка фотоколлажей «За здоровьем в детский сад»;

- тематическая неделя «Спорт — это важно»: беседы с детьми, выставка детских рисунков, развлечение «Туристята», физкультурный досуг «Здравствуй, лето красное!».

#### *С родителями:*

- консультации по темам «Необходимость закаливающих мероприятий, способы и принципы закаливания», «Спорт — это здоровый образ жизни», «Возрастные особенности приобщения детей к спорту», «Советы родителям по физическому воспитанию детей»;
- совместное детско-родительское спортивное развлечение «Аты-баты, мы солдаты!»;
- совместное участие педагогов, детей и родителей в муниципальном спортивном развлечении «Слет юных туристят»;
- выставка «Физкультурное оборудование своими руками».

Родители на данном этапе проявляли творческую инициативу в изготовлении спортивного оборудования, участии в конкурсах.

#### *С педагогами:*

- консультации и подготовка стендовой информации по темам «Возрастные особенности формирования у детей представлений о различных видах спорта», «Значение спортивных мероприятий в детском саду»;
- педагогический совет на тему «Спорт в детском саду», к которому были подготовлены памятка «Запрещенные



- физические упражнения для детей дошкольного возраста», консультация «Признаки и профилактика утомляемости дошкольников в ДОО»;
- участие в муниципальных соревнованиях «Спартакиада педагогов»;
- тренировки по волейболу;
- сдача нормативов ГТО.

### **Резульмативный этап**

На данном этапе были определены изменения уровня развития физических качеств детей, представления детей о спорте, физкультуре, отношение родителей и воспитателей к занятиям физкультурой и спортом.

Среди воспитанников проводилась исходящая диагностика физической подготовленности.

Дети принимали активное участие в тематических праздниках, соревнованиях, интересовались заданной темой, с интересом обучались навыкам спортивных игр и некоторым видам спорта. В результате бесед с детьми выявлено их желание вести здоровый образ жизни, посещать спортивные секции.

Воспитатели также активно участвовали в реализации проекта. С их помощью были разработаны консультации для родителей, в письменном виде размещенные в раздевальных комнатах групп и на стенде по физкультуре. Педагоги принимали участие в подготовке спортивных праздников, развлечений для детей на протяже-

нии учебного года. Увеличилось количество желающих участвовать в спортивной жизни детского сада, выступать в муниципальных соревнованиях «Спартакиада педагогов». Повысился интерес к творческой деятельности на тему физической культуры и спорта: воспитатели создавали фотоколлажи, заметки, советы для родителей; повысили уровень своей компетенции в вопросах физической культуры и спорта.

Родители узнали новые способы совместной деятельности детей и взрослых, возрастные особенности формирования у детей представлений о видах спорта. Помогали в проведении совместных мероприятий с детьми, проявляли творческий интерес при создании физкультурного оборудования своими руками, участвовали в спортивной жизни детского сада. Родители осознали необходимость прививать ребенку любовь к спорту и физкультуре с ранних лет. В результате работы над данным проектом детско-родительский коллектив сплотился.

Все вышеизложенное дает право подвести итог: поставленные задачи реализованы полностью.

В перспективе в данном направлении планируется расширение базы мероприятий (разработка картотеки спортивных игр, конспектов занятий по спортивной тематике, изготовление нестандартного физкультурного оборудования).



## Реализация системы мероприятий в рамках проекта

Содержание деятельности	Сроки проведения	Ответственные
Анкетирование участников воспитательно-образовательного процесса	Октябрь	Инструктор по физкультуре
Подготовка стендовой информации для педагогов «Возрастные особенности формирования у детей представлений о различных видах спорта»; для родителей — «К здоровью вместе»	Ноябрь	— // —
Консультация «Значение спортивных мероприятий в детском саду»	Декабрь	Воспитатели
Педсовет «Спорт в детском саду»; выставка «Физкультурное оборудование своими руками»; консультации для воспитателей	Январь	Воспитатели, инструктор по физкультуре
Спортивное развлечение, посвященное Дню защитника Отечества	Февраль	— // —
Физкультурный досуг «Масленица»	Март	— // —
Выставка фотоколажей «За здоровьем в детский сад!»	Апрель	Воспитатели
Тематическая неделя «Спорт — это важно»: беседы с детьми; оформление выставок детских рисунков; развлечения «Туристята» (в старших и подготовительных к школе группах); физкультурный досуг «Здравствуй, лето красивое!» (в младших и средних группах)	Май	Воспитатели, инструктор по физкультуре

### Приложение

#### Расчет темпа прироста показателей физических качеств

В большинстве работ по методике физического развития детей дошкольного возраста приводится формула определения темпов прироста показателей физических качеств:

$$W = \frac{100(V_2 - V_1)}{\frac{1}{2}(V_2 + V_1)} \%,$$

где: W — тренируемость в %;  
 $V_1$  — исходный уровень;  
 $V_2$  — конечный уровень.

Результаты, полученные в ходе расчета, оцениваются по шкале:



до 8% — за счет естественного роста ребенка;

8—10 — за счет естественных роста и двигательной активности;

10—15 — за счет естественного роста и целенаправленной системы физического развития;

свыше 15% — за счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений.

Оценивая эффективность занятий по приросту результатов, следует помнить, что различия в физической подготовленности дошкольников, как правило, значительные. Известно: чем лучше начальный результат, тем меньше может быть прирост. Если эта закономерность не учитывается, оценка результатов может оказаться необъективной.

Мы провели диагностику уровня физических качеств воспитанников.

Срез проводился по трехбалльной системе:

низкий уровень (1 балл) — ребенок не может выполнять все параметры оценки самостоятельно, выполняет некоторые параметры частично с помощью взрослого;

средний уровень (2 балла) — ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;

высокий уровень (3 балла) — ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно.

### **Анкета для педагогов «Привлечение ребенка к спорту в детском саду»**

1. Какие запрещенные упражнения для детей дошкольного возраста вы знаете? (Нужное подчеркнуть.)

Круговые вращения головой.

Сидение на пятках.

Наклоны головы назад.

Приседания.

Стойка на голове.

Кувырок.

Гусиный шаг.

«Велосипед».

2. Какие затруднения Вы испытываете при ознакомлении детей с видами спорта?

3. Какие виды упражнений проводятся в детском саду с целью ознакомления с баскетболом? (Возрастная группа на выбор.)

4. Какие виды упражнений проводятся в детском саду с целью ознакомления с футболом? (Возрастная группа на выбор.)

5. Дайте определение. Утомляемость — это \_\_\_\_\_

6. Признаки утомляемости:

7. Методы профилактики утомляемости: \_\_\_\_\_

8. Формы физического воспитания детей: \_\_\_\_\_

9. Какие зимние виды спорта вы знаете? \_\_\_\_\_

10. Расшифруйте аббревиатуру ГТО: \_\_\_\_\_

## Конспект сюжетно-игрового

### занятия

#### «Праздник всех мужчин»

(в средней группе)

##### *Задачи*

###### *Оздоровительные:*

- приучать детей к здоровому образу жизни;
- развивать интерес к физическим занятиям;
- проводить профилактику заболеваний.

###### *Образовательные:*

- учить прыгать с предмета на предмет, метать предмет в цель;
- совершенствовать умения перестроения в колонну по три, ползания через рукав, выполнения действий по команде.

###### *Воспитательные:*

- развивать у детей интерес к подвижным играм и физическим упражнениям;
- воспитывать организованность, активность в процессе двигательной деятельности;
- привлекать к совместным играм и упражнениям;
- воспитывать чувство патриотизма и любви к родине.

*Оборудование:* рукав, 8 брусков, мешочки с песком по количеству детей, 4 обруча.

\* \* \*

## ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Дети входят в зал, строятся в шеренгу.

Инструктор 23 февраля мы отмечаем праздник — День защитника Отечества. В этот день поздравляют всех военных, пап, дедушек. Мы проведем один день в армии и проверим, готовы ли вы служить. Утро у солдата начинается с зарядки!

#### Ходьба (1 мин)

- на носках;
- пятках;
- внешней стороне стопы.

#### Бег (1 мин)

- на носках;
- со сменой направления по сигналу.

Проводится дыхательное упражнение, дети перестраиваются в три колонны.

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### ОРУ без предметов

1. И.п.: ноги вместе, руки на поясе. 1—2 — руки к плечам; 3 — руки вверх, подняться на носки; 4 — и.п.

2. И.п.: ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1—2 — поворот туловища влево-вправо; 3—4 — и.п.

3. И.п.: то же. 1—3 — наклон туловища влево, правую руку поднять вверх; 4 — и.п. Повторить тоже вправо со сменой руки.

4. И.п.: то же. 1—2 — наклон туловища вперед; 3—4 — и.п.

Каждое упражнение повторить по 4—5 раз.

5. И.п.: ноги вместе, руки на поясе. Прыжки на месте. Повторить 12 раз.



**И н с т р у к т о р.** Солдаты постоянно тренируются и преодолевают полосу препятствий. Вот и перед нами полоса, где вы должны показать свою силу и ловкость.

### ОВД «Полоса препятствий»

1. Станция «Разведчики». Дети проползают в рукаве.
2. Станция «Минное поле». Проходят по брускам.
3. Станция «Снайпер». Бросают мешочки с песком в обруч.

### ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ Подвижная игра «Чей пост?»

Дети делятся на 4 команды. Каждой присваивается пост определенного цвета. Звучит музыка, дети танцуют врассыпную. По окончании музыки участники должны найти и занять свой пост.

**И н с т р у к т о р.** Один невнимательный солдат потерял автомат, надо помочь ему найти его.

### Малоподвижная игра «Потерянный автомат»

Дети ищут заранее спрятанный в зале игрушечный автомат.

### Литература

*Луконина Н.Н., Чадова Л.Е. Физкультурные праздники в детском саду. М., 2003.*

*Лысова В.Я., Яковлева Т.С., Засецкина М.Б. Спортивные праздники и развлечения для дошкольников. Младший и средний возраст. М., 1999.*

*Микляева Н.В. Физическое развитие дошкольников. В 2 ч. М., 2015.*

*Погадаев Г.И. Физкульт-Ура! Физическая культура дошкольников. М., 2003.*

*Полтавцева Н.В. и др. Приобщаем детей к здоровому образу жизни. М., 2012.*

*Силюк Н.А. Зимние физкультурные праздники для детей дошкольного возраста. М., 2006.*

*Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3—5 лет. М., 2016.*

*Филиппова С.О. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. СПб., 2005.*

*Харченко Т.Е. Спортивные праздники в детском саду. М., 2017.*

### Издательство «ТЦ Сфера» представляет



#### КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ПРОЕКТ С ДОШКОЛЬНИКАМИ

Авт.-сост. А.А. Сидорова

Материалы книги с одинаковым успехом могут быть использованы как специалистами методических служб для повышения педагогической компетентности педагогов дошкольного образования, так и воспитателями для самостоятельной работы при построении образовательного процесса с детьми дошкольного возраста на основе проектной деятельности. Каждый раздел содержит краткое описание, приложение из опыта работы и практикум для самостоятельной деятельности.

# Развитие у детей основных видов движения

## Мастер-класс по взаимодействию инструктора по физической культуре и воспитателей

Сечина О.Н.,

инструктор по физкультуре МБДОУ д/с «Лучик»,  
г. Болхова Орловской обл.

Данное мероприятие предназначено для воспитателей детей всех возрастных групп.

**Цель:** совершенствование знаний педагогов о постоянном взаимодействии инструктора по физкультуре и воспитателей ДОО по развитию у дошкольников основных видов движения.

**Задачи:**

- совершенствовать знания педагогов по подготовке детей и проведению занятий по физкультуре;
- знакомить педагогов с требованиями к воспитателю в совместной работе по вопросам физического воспитания;
- вызывать желание постоянно го сотрудничества педагогов с инструктором по физкультуре в ДОО.

*Оборудование:* мячи разноцветные, игрушка, гимнастическая скамейка, мешочки для ходьбы.

\* \* \*

Инструктор. Добрый день, уважаемые коллеги! Цель физического воспитания в детском саду — своевременное формирование двигательных навыков и умений, развитие физических качеств. Физическое воспитание неразрывно связано со здоровьем.

Тему сегодняшнего мастер-класса вы узнаете, разгадав кроссворд.

### Кроссворд

1. Способность человека быстро осваивать новые движения, а также перестраивать их в соответствии с меняющейся обстановкой. (*Ловкость.*)



2. Способность определять расстояние с помощью зрения и мышечных ощущений. (*Глазомер.*)

3. Способность сохранять устойчивое положение во время выполнения разнообразных движений на повышенной, пониженной и ограниченной площасти опоры. (*Равновесие.*)

4. Степень напряжения мышц при сокращении. (*Сила.*)

5. Стадия прыжка, следующая за стадией полета. (*Приземление.*)

6. Способность человека выполнять физические упражнения максимально долго. (*Выносливость.*)

7. Одно из первичных свойств нервной системы, заключающееся в способности быстро реагировать на изменения во внешней среде. (*Подвижность.*)

8. Хищное млекопитающее семейства кошачьих, талисман Олимпиады в Сочи. (*Леопард.*)

9. Предмет, который забивают в ворота при игре в хоккей. (*Шайба.*)

10. Страна, в которой состоялись зимние Олимпийские игры в 2014 году. (*Россия.*)

11. Способность человека выполнять движения за кратчайшее время. (*Быстрота.*)

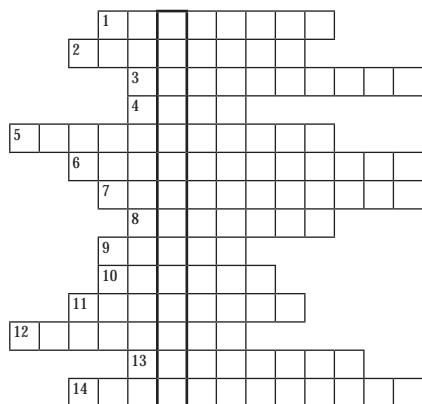
12. Расстояние между занимающимися. (*Интервал.*)

13. Способность достигать наибольшей величины амплитуды движений отдельных частей

тела в определенном направлении. (*Гибкость.*)

14. Изменение строя или размещение занимающихся. (*Перестроение.*)

Слово в выделенных клетках — *взаимодействие*.



**Инструктор.** Слаженность в работе — залог хорошего результата. Данное правило действует в любом коллективе, в том числе педагогическом, ведь деятельность всех педагогов и специалистов ДОО направлена на достижение единых целей развития, воспитания и обучения детей. Эффективность физкультурной работы в ДОО обеспечивается в результате сотрудничества инструктора по физкультуре и воспитателя.

Физкультурные занятия — основная форма организации физического воспитания в детском саду. Чтобы физкультурное занятие прошло эффективно, необходимы слаженные действия

инструктора по физкультуре и воспитателя.

Хочу напомнить функции инструктора по физкультуре и воспитателя в процессе организации физкультурной работы в ДОО.

### **Функции и обязанности инструктора по физкультуре**

1. Проводить диагностическое обследование детей, что позволяет определить уровень развития каждого ребенка и построить план работы.

2. Проводить занятия в каждой возрастной группе два раза в неделю в зале и один раз на улице.

3. Руководить работой воспитателя в области физкультурного развития детей с помощью консультаций, занятий и тетрадей взаимодействия.

Инструктор демонстрирует тетради взаимодействия.

В своей работе мы используем тетради по взаимодействию. В них прописана работа, которую воспитатели должны внести в свои планы и организовать на прогулке или в двигательной деятельности детей. Это игровые упражнения, направленные на совершенствование, закрепление ОВД; индивидуальная работа, коррекционные упражнения для профилактики плоскостопия и нарушения осанки и список подвижных игр, в которые дети должны поиграть в течение недели.

4. Составлять сценарии спортивных праздников и развлечений и проводить их.

5. Проводить индивидуальные консультации с воспитателями для ознакомления с планом работы, обращая внимание на умения, знания, навыки, которыми должен овладеть каждый ребенок.

6. Давать рекомендации по развитию ОВД, обсуждать затруднения детей, которым нужна индивидуальная помощь в дополнительном закреплении и отработке ОВД.

### **Функции воспитателя в развитии ОВД**

1. Перед физкультурным занятием следить за правильностью спортивной одежды и обуви детей.

2. Знать программу, в соответствии с которой необходимо развивать ОВД.

3. Активно участвовать в процессе обучения детей на физкультурных занятиях. В младших и средних группах выполнять вместе с детьми ОРУ, если необходимо корректировать и исправлять допущенные ошибки, активно участвовать в подвижных играх. В средних и старших группах помогать в выполнении ОРУ, различных ОВД (дополнительный индивидуальный показ, пояснение).

4. На занятиях физкультурой помогать инструктору контролировать правильность выполнения детьми движений, дыхания.



5. Следить за санитарным состоянием спортивной одежды и обуви.

6. Контролировать вместе с инструктором выполнение влажной уборки спортивного зала перед занятиями.

7. Способствовать организации самостоятельной физкультурной деятельности на прогулке.

8. Проводить индивидуальную работу с детьми, игровые и коррекционные упражнения, рекомендованные инструктором.

9. Обновлять спортивное оборудование для уголка физкультуры в группе в соответствии с возрастными и программными нормами.

10. Подбирать выносной материал для развития ОВД в зависимости от сезона.

11. Участвовать в праздниках и развлечениях с детьми.

12. Проводить работу с родителями, привлекать их к спортивным праздникам.

Воспитатель — активный участник воспитательно-образовательного процесса на физкультурном занятии, поэтому ему необходимо знать методику обучения движениям, общеразвивающим упражнениям, особенности выполнения движений, технику выполнения, педагогические требования при обучении.

Воспитатель должен накануне физкультурного занятия ознакомиться с его содержанием,

обговорить с инструктором по физической культуре организационные моменты, расстановку оборудования.

Давайте вспомним, что же такое ОВД?

ОВД (основные виды движений) — жизненно необходимые движения, которые ребенок использует в своей деятельности. Это ходьба, бег, прыжки, метание, ползание и все их разновидности. ОВД подразделяются на циклические и ациклические.

Для циклических движений характерно постоянное выполнение однообразных циклов, когда все его отдельные части возвращаются в исходное положение. К ним относятся ходьба, бег, ползание и лазанье. Эти движения быстро осваиваются и автоматизируются. Этому способствуют регулярное повторение циклов, которые закрепляют последовательность двигательных элементов цикла в систему.

В ациклических движениях повторных циклов нет. Каждое движение состоит из двигательных фаз, следующих в определенной последовательности. Движения этого типа дольше осваиваются, имеют более сложную координацию. К ним относятся метание, прыжки.

Обучение ОВД строится с учетом дидактических принципов.

- Сознательности и активности. Принцип сознательности предусматривает воспитание

у детей инициативы, самостоятельности, умения творчески решать поставленные задачи. Он связан с принципом активности, заключающимся в том, чтобы дети большую часть занятия выполняли различные виды движений и заинтересованно воспринимали двигательные задания.

- Доступности и индивидуализации. Этот принцип предусматривает обучение детей с учетом их возрастных особенностей и индивидуальных различий. Принцип доступности предполагает включение таких трудностей, которые могут быть успешно преодолены при выполнении ОВД, но без нарушения оздоровительного эффекта, т.е. при переходе к более трудным вариантам ОВД нужно соблюдать постепенность.

- Наглядности. У дошкольников мышление конкретное, а двигательный опыт еще мал. Поэтому при развитии ОВД нужно привлекать все анализаторы ребенка и применять разнообразные приемы: в младшем дошкольном возрасте — имитацию, зрительные и звуковые ориентиры, показ упражнений; для старших дошкольников — зрительные и слуховые ориентиры, наглядные пособия, показ упражнений с одновременным объяснением.

- Систематичности. При соблюдении данного принципа нужно совершенствовать ОВД

через такой промежуток времени, чтобы эффект последующего его совершенствования наслался, закрепляя и развивая вызванные усложнения в ОВД.

- Прогрессирования. Принцип предполагает возрастающий уровень сложности ОВД.

Существуют разные способы организации детей во время развития и обучения ОВД. Какие способы организации детей во время обучения и развития ОВД вам известны?

Участники отвечают.

Верно! Фронтальный, поточный, индивидуальный способы — для развития и совершенствования ОВД; групповой — для обучения.

При использовании группового способа организации обучения инструктор по физкультуре занимается с одной группой, а воспитатель — с другой. При организации поточного «станционного» способа воспитатель и инструктор по физической культуре делят «станции» между собой и следят на них за качеством выполнения упражнений.

Таким образом, при организации детей во время обучения и развития ОВД, вне зависимости от выбранного способа, важно, чтобы воспитатель знал свою роль в каждом виде деятельности. Он должен помочь детям лучше усвоить программное содержание.



Сейчас мы на практике рассмотрим особенности взаимодействия инструктора и воспитателя при выполнении ОВД — катании, ходьбе и развитии равновесия.

### ***Катание***

#### ***Младший***

#### ***дошкольный возраст***

Проводится фрагмент обученияющего занятия с воспитателями, которые работают с детьми младшего дошкольного возраста. Один из участников выполняет роль воспитателя, остальные — детей. Участники прокатывают мяч друг другу из положения сидя ноги врозь в прямом направлении на расстоянии 1—1,5 м.

#### ***Старший***

#### ***дошкольный возраст***

Проводится фрагмент обученияющего занятия с воспитателями, которые работают с детьми старшего дошкольного возраста. Участники прокатывают набитой мяч друг другу из разных и.п. на расстоянии 2—2,5 м.

### ***Ходьба и равновесие***

#### ***Младший***

#### ***дошкольный возраст***

Воспитатели, работающие с детьми младшего дошкольного возраста, ходят по гимнастической скамейке, за руку их придерживает один из участников.

#### ***Старший***

#### ***дошкольный возраст***

Воспитатели, работающие с детьми старшего дошкольного возраста, ходят по гимнастиче-

ской скамейке приставным шагом с мешочками на голове.

Инструктор. Какие еще два вида ОВД мы не рассмотрели?

Участники. Ползание, прыжки.

Инструктор. Давайте вспомним, как усложняется каждый вид движения в каждой возрастной группе?

Участники отвечают.

Воспитателю какой группы принадлежит самая активная роль на занятии?

Участники отвечают.

Наиболее активная роль принадлежит воспитателю младшей группы. Он помогает детям во всем, начиная со входа в зал и построения их в шеренгу и заканчивая выходом из зала. В средней, старшей и подготовительной к школе группах воспитатель помогает инструктору в перестроении детей, раздаче и сборе спортивного инвентаря. Во время выполнений ОРУ и ОВД воспитатель следит за и.п. детей и качеством выполнения движений, делает по необходимости замечания или поощряет тех, кто лучше справился с заданием.

Совершенствуются и закрепляются ОВД и во время проведения подвижных игр. Воспитатель разучивает игру во время прогулки детей или в их двигательной активности. На занятие по



физическому воспитанию дети приходят, уже зная правила игры. Картотеки подвижных игр и методика их проведения в каждой возрастной группе представлены на выставке.

### Задание «Подвижные игры»

Участникам необходимо вспомнить подвижные игры и ОВД, которые в них присутствуют. Инструктор называет игру, участники называют возрастную группу, в которой проводится эта игра, и ОВД.

• «Бегите ко мне». (2-я младшая группа; бег по сигналу.)

• «Наседка и цыплята». (2-я младшая группа; пролезание через шнур.)

• «Лошадки». (Средняя группа; ходьба с высоким подниманием коленей.)

• «Перелет птиц». (Средняя группа; влезание на гимнастическую стенку.)

• «Охотники и зайцы». (Старшая группа; метание.)

• «Медведь и пчелы». (Старшая группа; влезание на гимнастическую стенку.)

• «Лягушка и цапля». (Подготовительная к школе группа; прыжки-лягушки, ходьба с высо-



ким подниманием коленей и перешагивание-цапля.)

- «Ловишка с мячом». (Подготовительная к школе группа; бросание и ловля мяча.)

Инструктор. Во время подвижных игр воспитатель следит, чтобы дети правильно передавали игровой образ, не нарушили установленные правила.

Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей.

Постоянная совместная работа инструктора по физкультуре и воспитателя группы скорее приведет к желаемым результатам в решении задач общего физического воспитания дошкольников.

### **Руководство по распределению обязанностей при совместной работе инструктора по физкультуре и воспитателя в процессе НОД по физкультуре**

Части НОД	Действия инструктора	Действия воспитателя
Вводная	Обращает внимание детей на правильность выполнения ходьбы и бега; следит за правильностью выполнения перестроений	Наблюдает за поведением детей, контролирует соблюдение дистанции во время движения
Основная	Объясняет и показывает ОРУ, контролирует правильность выполнения; при выполнении ОВД объясняет методику выполнения, следит за правильностью его, дает необходимые указания для исправления ошибок; в подвижной игре сообщает название, объясняет правила игры и выполнения движений, требования к качеству, руководит процессом игры; проводит упражнение на расслабление детей	Участвует в оказании индивидуальной помощи при необходимости; помогает контролировать правильность выполнения ОРУ; помогает в расстановке необходимого спортивного инвентаря для выполнения ОВД; принимает участие в подвижных играх и игровых упражнениях, способствуя улучшению эмоционального настроя дошкольников
Заключительная	Подводит итог, уточняет, какие ОВД были выполнены и с какой целью	Может выразить свое мнение о том, как прошло мероприятие, кто из детей лучше справился с заданиями, кому что-то не удалось

Нужно стремиться, чтобы работа по физическому воспитанию не сводилась к набору неких показателей физического развития детей, а привила дошкольникам любовь к спорту и движению на всю жизнь, чтобы занятия физкультурой остались полезной и приятной привычкой, а здоровый образ жизни был насущной потребностью.

### Литература

*Вавилова Е.Н.* Развитие основных движений у детей 3—7 лет. М., 2007.

*Глазырина Л.Д.* Физическая культура — дошкольникам. Младший возраст. М., 1999.

*Глазырина Л.Д.* Физическая культура — дошкольникам. Старший возраст. М., 2001.

*Маханева М.Д.* С физкультурой дружить — здоровым быть! М., 2009.

*Пензулаева Л.И.* Физкультурные занятия в детском саду. Конспекты занятий. М., 2011.

*Рунова М.А.* Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5—7 лет (с учетом уровня двигательной активности). М., 2005.

*Токаева Т.Э.* Будь здоров, дошкольник. Программа физического развития детей 3—7 лет. М., 2016.

## Издательство «ТЦ Сфера» представляет



### ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ДОУ КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ВИДА

Под ред. Денисовой О.А.

В пособии обобщен опыт по организации взаимодействия специалистов в процессе формирования коммуникативной деятельности дошкольников с нарушением речевого развития. Представлены рекомендации по внедрению модели продуктивного взаимодействия специалистов ДОО и созданию многоуровневого пространства, обеспечивающего их соорганизацию, сотворчество и сотрудничество.



### ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ В ДЕТСКОМ САДУ

Методическое пособие

Под ред. Н.В. Микляевой

В пособии рассматриваются функции и содержание, свойства и качества педагогического взаимодействия детей, педагогов и родителей в условиях детского сада. Описываются эффективные методики диагностики педагогического взаимодействия, общаются основные модели управления качеством взаимодействия всех участников образовательного процесса и др.

**Сайты:** [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru), [www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru)

**Интернет-магазин:** [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)



# Игровое занятие с использованием русских народных подвижных игр «Весну встречай, весело играй!»

Татаринцева Л.В.,

инструктор по физкультуре д/с № 130 «Родничок»

АНО ДО «Планета детства «Лада»»,

г. Тольятти Самарской обл.

## ПЕДАГОГИКА ЗДОРОВЬЯ

Игра — потребность растущего детского организма. Народные подвижные игры приобщают детей к национальной культуре.

Данное игровое занятие направлено на укрепление физического и психического здоровья ребенка старшей группы. В конспекте представлены несколько русских народных игр для детей старшего дошкольного возраста, которые развивают у них физические качества и основные виды движений. Использование русских народных мелодий, стихов, считалок способствует расширению кругозора детей, приобщению к русской народной культуре.

*Цели:*

- расширение и углубление знаний детей о русских народных подвижных играх;
- повышение интереса к занятиям физкультурой.

*Задачи*

*Образовательные:*

- развивать внимание, коммуникативные способности;
- совершенствовать быстроту бега, увертливость, навык прыжков на одной ноге, умение выполнять метание в движущуюся цель способом от плеча, быстро реагировать на сигнал, двигаясь по предложенному заданию в беге и прыжках разными способами;
- углублять социальный опыт;
- развивать глазомер, сноровку, выдержку.

*Оздоровительные:*

- формировать навык сохранения правильной осанки;
- укреплять ступни;
- содействовать пропорциональному развитию всех мышечных групп;
- укреплять физическое и психическое здоровье детей.

*Воспитательные:*

- воспитывать ответственное отношение к правилам во время подвижных игр, взаимопонимание;
- прививать любовь к русским народным играм, желание самостоятельно организовывать народные игры.

*Оборудование:* письмо с текстом, костюм Весны, музыкальное сопровождение, лента; малые резиновые мячи — 20 шт.; веревки разной длины — 5 шт.; деревянная палочка, круглый пирог на подносе.

*Предварительная работа:* чтение стихов, рассказов о русском народном быте, рассматривание тематических иллюстраций, прослушивание русских народных песен, разучивание стихов, считалок, потешек, русских народных подвижных игр.

\* \* \*

И н с т р у к т о р . Здравствуйте, дети, гости дорогие!

Кто-то бросил мне в оконечко,  
Посмотрите, письмецо.  
Может, это лучик солнца,  
Что щекочет мне лицо?  
Может, это воробышко,

Пролетая, обронил?

Может, кот письмо, как мышку,  
На оконечко заманил? (*Открывает и читает.*)

«Очень хочется мне знать,  
Вы умеете играть?

Поиграйте, попляшите,  
Свою удачу покажите!

Посмотрю на вас в оконечко,  
Похвалю потом немножко!  
Чтобы я к вам пришла,  
Отворяйте ворота!»

Ребята, это письмо нам прислала Весна. Она хочет, чтобы мы поиграли, удачу свою показали. Вставайте в круг, покажем Весне, как мы умеем играть.

Весна просит, чтобы мы открыли для нее ворота. Вы знаете, как это сделать?

Дети. Да!

И н с т р у к т о р . Выберем считалочкой, кто будет выполнять роль ворот.

Инструктор с помощью считалки выбирает одного ребенка. Тот выходит вперед. С помощью другой считалки вызывает еще одного ребенка. Вместе они встают в центре зала и берутся за руки, изображая ворота.

### Игра «Ворота»

Дети, произнося текст игры, двигаются цепочкой через «ворота»:

Идет матушка-Весна,  
Отворяй ворота!  
Первым март пришел,  
Всех детей провел,  
А за ним апрель —



Отвори окно и дверь.  
А уж как придет май,  
Сколько хочешь гуляй!  
Первый раз прощается,  
Второй раз запрещается,  
А на третий навсегда  
Закрываем ворота!

На последние слова «ворота» опускают руки. Кто оказался запертым, становится «воротами» или идет в конец цепочки. Высоту ворот нужно менять. Игра повторяется 3 раза: первый раз дети идут обычным шагом, второй — с высоким подниманием коленей, третий — с небольшим приседом.

**Инструктор.** С приходом весны ярко светит солнышко. Чтобы оно горело ясно, мы поиграем в интересную игру.

### Игра «Горелки»

Дети выбирают «горелку» при помощи считалки. Он отходит от детей на 5—6 шагов и встает спиной. Остальные участники встают парами. Держась за руки и поднимая их вверх, образуют «ворота». Последняя пара проходит под «воротами» и становится впереди, за ней идет следующая пара, приговаривая слова. Можно просто стоять в парах и произносить слова:

Гори, гори ясно,  
Чтобы не погасло!  
Глянь на небо —  
Облака плывут,  
Жаворонков зовут!

Водящий смотрит на «небо». По окончании слов двое участников быстро пробегают вдоль колонны — один справа, другой слева — вперед, мимо водящего, а остальные говорят слова:

Раз, два, не воронь  
И беги, как огонь!

Двое выбежавших должны взяться за руки. Двое детей, осаленных «горелкой», встают впереди всех играющих. Оставшийся игрок занимает место «горелки».

**Инструктор.** А как можно созвать друзей на игру?

Дети

Приглашаю детвору  
На веселую игру!  
А кого не примем,  
За уши поднимем.

**Инструктор.** Хорошо. Вы знаете игры, в которых можно прыгать на одной ноге?

Дети называют их.

### Игра «Салки на одной ножке»

С помощью считалки выбирается водящий. Дети расходятся по площадке, останавливаются и закрывают глаза, держа руки за спиной. Водящий незаметно для других кладет одному из участников в руку какой-нибудь предмет. По команде «Раз, два, три — смотри!» дети открывают глаза. Тот, которому достался предмет, поднимает ру-

ки вверх и говорит: «Я — “салка”». Участники игры, прыгая на одной ноге, убегают от «салки». Игра повторяется.

И н с т р у к т о р. Молодцы! А теперь, ребятки, отгадайте загадку.

Не барашек и не кот,  
Носит шубу круглый год.  
Шуба серая для лета,  
Для зимы — другого цвета.

(Заяц.)

Я хочу посмотреть, какие выловкие и быстрые зайцы, и увидеть метких охотников.

### Игра «Охотники и зайцы»

Дети с помощью считалки или по назначению инструктора выбирают «охотников». Остальные участники — «зайцы». По сигналу начинается «стрельба» — метание и выбивание «зайцев»; последний оставшийся «заяц» — победитель. Дети, в которых «охотники» попали, выходят из игры и садятся на скамейку. Выбывшим участникам можно дать задания:

- перекаты гимнастической палки вперед, назад;
- массаж кистей рук.

Проводится дыхательная гимнастика.

И н с т р у к т о р. Эту загадку вы точно не отгадаете.

Разрисованный ремень  
От меня уполз под пень.

(Змея.)

На что, кроме ремня, похожа змея?

Д е т и. На веревочку.

### Игра «Змейка»

Дети встают в круг. Звучит веселая русская народная музыка, участники двигаются боковым галопом, далее с высоким подниманием коленей, выбрасыванием прямых ног вперед врассыпную, прыжками на двух ногах, вприсядку. Когда музыка останавливается, инструктор выбрасывает в круг веревку. Дети вскакивают на нее. По ходу игры веревка становится короче (с 2 м до 1,3 м). Игроки, не успевшие встать на веревку, выбывают и выполняют задания: приседания, наклоны к полу, отжимания.

Проводится дыхательная гимнастика.

И н с т р у к т о р. Молодцы! Ребята, в давние времена наши прабабушки и прадедушки любили играть в забавные игры, когда ждали прихода весны. Предлагаю поиграть в одну из них.

### Игра «Колпачок и палочка»

Дети становятся в круг, взявшись за руки. В центре стоит ребенок, на голове у которого колпак. Дети говорят слова:

Раз, два, три, четыре, пять —  
Будет палочка стучать.

Ребенок в колпаке стучит палочкой.

Скок-скок, скок-скок,

Дети, стоящие в кругу, прыгают.



Угадай, чей голосок?

Один из детей говорит, измения голос, а стоящий в центре угадывает, кто его позвал.

Игра повторяется несколько раз с разными водящими.

Под русскую народную мелодию входит Весна с пирогом на подносе.

**Весна**

Это я, это я,  
Не узнали вы меня?  
Как же вас не похвалить,  
Хочется вас угостить!  
Принесла я вам три угодья:  
Первое угодьюшко —  
Животинушка в полюшке;  
Второе угодьюшко —  
С сошечкой в полюшке;  
Третье угодьице —  
Пчелки в полете;  
Да еще угодьице —  
Миру на здоровьице,  
С теплым солнышком,  
С пшеничным зернышком!

Дети угощаются пирогом, благодарят Весну и уходят.

*Приложение*

### Русские народные считалки

Шла кукушка мимо сада,  
Поклевала всю рассаду.  
И кричала: «Ку-ку-мак»,  
Отжимай один кулак!

\* \* \*

Голубь, гусь и галка —  
Вот и вся считалка.

\* \* \*

Тучи, тучи, тучи, тучи.  
Скачет конь большой,  
могучий,  
Через тучи скачет он,  
Кто не верит — выйди вон.

\* \* \*

Трынцы-брынцы-буценцы,  
Раззвонились удальцы.  
Диги-диги-диги-дон,  
Выходи скорее вон!

\* \* \*

«Тили-тили», — птички пели.  
Взвились, к лесу полетели.  
Стали птички гнезда вить.  
Кто не вьет, тому водить!



### Издательство «ТЦ Сфера» представляет

#### ТРАДИЦИОННЫЕ ИГРЫ В ДЕТСКОМ САДУ

Авторы — Качанова И.А., Лялина Л.А.

В пособии представлено содержание традиционных игр, сценарий праздника, пестушки, песенки, считалки. Игры систематизированы в соответствии с возрастом детей.

Пособие предназначено для старших воспитателей и воспитателей ДОУ, преподавателей педагогических училищ и институтов, студентов, родителей.

Интернет-магазин: [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)

# Сюжетное занятие «Космический десант» В подготовительной к школе группе

Ткаченко М.Н.,

инструктор по физкультуре МАДОУ д/с № 173, г. Хабаровск

**Цель:** обогащение двигательного опыта детей в игровых ситуациях.

**Задачи:**

- совершенствовать физические качества (ловкость, гибкость, координационные способности);
- формировать навык правильного дыхания;
- развивать внимание и логическое мышление;
- воспитывать сплоченность, чувство товарищества, умение работать в группах.

**Оборудование:** по 2 туннеля, фитбола; по 2 мягкие змейки, звезды, стойки с флагштоками; по 6 конусов, «кочек»; по 4 замка, кристалла; 18 кубиков, воздушные шары, карточки, стойки, 10 ключей, сундук, карта, 5 обручей, звездолет.

**Предварительная работа:** беседы с детьми о космосе, прослушивание музыкальных произведений, разучивание игр и упражнений, рисование на тему «Космос».

\* \* \*

Под музыку дети входят в музикальный зал и строятся в одну шеренгу.

Инструктор. Космический десант «Олимпики», физкульт-привет!

Дети. Физкульт-привет!

Инструктор. Поприветствуем наших гостей.

Дети. Физкульт-привет!

Инструктор. Ребята, сегодня впервые наш Центр подготовки космонавтов принял инопланетный сигнал, вы готовы его услышать?

Дети. Да, готовы.

Инструктор. Тогда внимание на экран.

На экране демонстрируется видеообращение инопланетянина.

Инопланетянин. Всем, всем, всем, кто нас слышит. Наш звездолет потерпел бедствие в районе третьей планеты звездной системы «Медуза». Мы потеряли кристаллы энер-



гии, без них наш звездолет не полетит и мы не сможем вернуться на свою планету. Вам отправлена подсказка — карта. Она поможет вам в поисках этих кристаллов. Пожалуйста, помогите нам!

**И н с т р у к т о р.** Космический десант, вы готовы помочь ино-планетному существу?

**Д е т и.** Готовы!

**И н с т р у к т о р.** Тогда мы отправляемся в Центр подготовки космонавтов.

## ОВД

Ходьба в колонне по одному:

- скрестным шагом, руки на поясе;
- остановка по сигналу в стойке на одной ноге, руки в стороны;
- с высоким подниманием коленей, руки на поясе;
- ускоренная ходьба с постепенным переходом на бег.

Бег:

- с захлестом голени назад, руки за спиной;
- поднимая прямые ноги вперед, руки на поясе;
- приставной шаг правым (левым) боком, руки на поясе.

Ходьба с восстановлением дыхания.

**И н с т р у к т о р.** Космический десант, первый этап подготовки позади. Переходим ко второму этапу.

## ОРУ

1 . И.п.: стоя, ноги вместе, руки вдоль туловища. 1 — пристав-

ной шаг вправо, плечи поднять; 2 — и.п.; 3—4 — то же в другую сторону.

2. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. 1 — руки в стороны вбок, кисти раскрыты; 2 — в стороны вверх; 3 — вверх; 4 — и.п.

3. И.п.: стоя, ноги вместе, руки вдоль туловища. 1 — шаг вправо, ноги на ширине плеч, руки вверх; 2 — наклон туловища вправо; 3 — выпрямиться, 4 — и.п.; 5—8 — то же влево.

4. И.п.: о.с., руки на поясе. 1 — выпад правой ногой вперед; 2 — и.п.; 3—4 — то же левой ногой.

5. И.п.: стойка на коленях, руки вдоль туловища. 1 — сед на пятки влево, руки вперед; 2 — и.п.; 3—4 — то же вправо.

6. И.п.: сед ноги врозь, руки в упоре сзади. 1—2 — наклоны вперед, руки перед собой; 3 — стойка с упором на прямые руки; 4 — и.п.

7. И.п.: сидя на полу, руки в упоре сзади. 1—7 — поочередное сгибание и разгибание ног; 8 — и.п.

8. И.п.: о.с., руки на поясе. 1 — прыжок, ноги врозь; 2 — прыжком вернуться в и.п.

9. Упражнения на восстановление дыхания:

- ходьба на месте;
- наклоны в стороны.

**И н с т р у к т о р.** Космический десант «Олимпики» завершил подготовку и переходит

к выполнению основной задачи — поиску кристаллов энергии. А поможет в этом карта. На ней цифрами обозначены места, где предположительно могут находиться кристаллы. Дети, давайте посмотрим на карту и решим, куда мы отправимся в первую очередь.

Дети рассматривают карту, определяют маршрут.

Итак, наше путешествие начинается с равнины Падающих звезд. Но для начала каждому нужно занять свое место.

Дети получают карточки с номерами. По команде «По порядку становись!» выполняют перестроение в соответствии с номером, написанным на карточке.

Начинаем перемещение!

Дети по очереди подлезают в туннель.

Вот мы и на месте. Здесь прошел звездный дождь, при падении звезды повредились. Нам нужно найти осколки и собрать их в единое целое. Помогут нам в этом космические аппараты «Космоботы» (фитболы). Чтобы справиться быстрее, разделимся на два десанта.

Дети делятся на две команды.

### Эстафета «Космоботы»

По сигналу первые участники прыгают «змейкой» на фитболах

до места падения звезд, берут один осколок, бегом возвращаются к своей команде и передают эстафету следующему участнику. Из осколков каждая команда собирает звезду.

Инструктор. Пока вы собирали звезды, мне передали кристалл Единства. В нашей копилке появился первый кристалл.

Посмотрим на карту и определим следующий пункт нашего путешествия. Это ущелье космического пирата «Флинта». Выполняем перемещение через портал.

Дети по очереди подлезают в туннель.

Ребята, кристалл Отваги попал в руки пирата. Он спрятал его в своем сундуке. Чтобы открыть сундук, нам нужно достать ключи.

### Эстафета «Ищем ключи»

По сигналу первые участники прыгают на двух ногах по «кочкам» до ориентира, затем ползут по-пластунски до стойки с ключами, снимают один ключ и возвращаются бегом обратно.

Инструктор. Все ключи собрали? Ни одного не оставили в ущелье пирата? Молодцы! А теперь наша задача — подобрать ключ и открыть сундук.

Дети подбирают ключ и открывают замок.



Ребята, общими усилиями мы нашли кристалл Отваги. Мы справились с поставленной задачей, ура! В нашей копилке уже два кристалла, мы близки к цели!

Давайте внимательно посмотрим на нашу карту и определим, куда мы дальше отправимся.

Следующий пункт нашего путешествия — долина Газовых пузырей. Начинаем перемещение.

Дети по очереди подлезают в туннель.

В этом месте находится много вредного газа, который может разрушить эту планету. Чтобы ее спасти, необходимонейтрализовать газ, лопнув газовые пузыри. В одном из пузырей находится подсказка о местонахождении кристалла.

### Эстафета «Пузыри с газом»

По сигналу дети берут по одному шару и пытаются его лопнуть. В одном из шаров находят подсказку.

Инструктор. Ребята, мы нашли подсказку и сейчас отправляемся на поиск кристалла.

Дети передвигаются по залу в соответствии с подсказкой и находят кристалл.

Олимпики, вы нашли кристалл Заботы. Молодцы! Осталось найти последний кристалл. Карта подскажет, где его искать.

Он находится в кратере Космического беспорядка. Начинаем перемещение!

Дети по очереди подлезают в туннель.

Вот мы и на месте. Как вы думаете, почему это место так называется?

Дети. Здесь много мусора!

Инструктор. Может, мы пройдем мимо?

Дети. Нет, мы очистим эту планету от мусора.

Инструктор. Здесь можно передвигаться только на специальных устройствах — луноходах, потому что поверхность захламлена мусором. Наша задача — очистить это место от мусора. А правильно его собрать помогут знаки.

### Эстафета «Луноходы»

По сигналу дети садятся на фитболы, передвигаются по залу и собирают мусор. Строительные отходы складывают в одну емкость, прочие — в другую, ориентируясь по флагжкам.

Инструктор. Кратер от мусора очистили, молодцы! Чтобы узнать следующий пункт назначения, нужно расшифровать слово, которое закодировано на карточках. А выложить слово вы сможете с помощью кубиков.

Дети собирают из кубиков слово «звездолет».

Ребята, следующий кристалл надо искать рядом со звездолетом!

Дети подходят к звездолету и находят кристалл.

Вы нашли кристалл Чистоты. Космический десант, мы прошли все пункты, обозначенные на карте, собрали четыре кристалла энергии: Отваги, Единства, Заботы и Чистоты. Сейчас каждый кристалл мы поместим на свое место в звездолете, чтобы привести его в рабочее состояние.

Дети вместе с инструктором помещают кристаллы на места, на звездолете загораются огни.

Дети. Мы починили звездолет!

Инструктор. Космический десант, вы молодцы!

Под музыку в зал входит Инопланетянин.

Инопланетянин. Здравствуйте, земляне! Благодарю вас за то, что вы откликнулись на мою просьбу о помощи и смогли починить мой звездолет. Он готов к полету, я смогу вернуться домой. На прощание я хочу сыграть с вами в мою любимую игру.

### Игра «Космические тарелки»

По периметру зала разложены обручи разного диаметра. Дети свободно перемещаются по залу. Инструктор показывает карточку с цифрой, дети встают в обручи

в том количестве, которое указано на карточке. По сигналу дети выходят из обруча и продолжают свободно передвигаться по залу.

Инопланетянин. С вами очень интересно, вы дружные и веселые. После такой подвижной игры необходимо восстановить дыхание. Повторяйте за мной.

Дети повторяют за Инопланетянином упражнения на восстановление дыхания.

Меня ждут дома, мне пора улетать. Очень рад был с вами познакомиться. Прощайте, земляне!

Дети. Мы тоже были очень рады с тобой познакомиться, инопланетянин! До свидания!

Инопланетянин садится в звездолет.

Инструктор. Нам пора возвращаться домой, у нас сегодня был тяжелый, но интересный день. Вы готовы к перемещению?

Дети. Да!

Инструктор. Тогда отправляемся домой!

Дети по очереди подлезают в туннель.

Вот мы и дома. Наше путешествие закончено. Космический десант, вы молодцы, справились с поставленной задачей. Всё благодаря тому, что работали вы дружно и сплоченно!



# Физкультурно-познавательное занятие «Путешествие в город Мастеров» В подготовительной к школе группе

Лопатина В.Г.,

инструктор по физкультуре МДОУ «Суксунский детский сад «Колокольчик», пос. Суксун Пермского края

Во время занятия дети получат первичные представления о некоторых профессиях; научатся различать профессии взрослых и предметы, необходимые людям разных профессий; у воспитанников будет формироваться положительное отношение к обязанностям дежурных при расстановке и уборке физкультурного оборудования.

*Цель:* формирование двигательных умений и навыков с помощью различных видов деятельности.

*Задачи*

*Образовательная область «Физическое развитие»:*

- упражнять в прыжках слева и справа от гимнастической скамейки;
- закреплять ползание по-плакучински;
- совершенствовать ходьбу боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе;

— формировать навыки безопасного поведения при выполнении ОВД;

— содействовать развитию выносливости, силы, тренировке дыхательной системы.

*Образовательная область «Познавательное развитие»:*

- активизировать мышление детей с помощью упражнения на ориентировку в пространстве;
- упражнять в порядковом и количественном счете;
- развивать внимание, логическое мышление;
- формировать умение соотносить орудия труда с профессией людей.

*Образовательная область «Речевое развитие»:* обогащать словарный запас детей, расширяя их представления о труде взрослых разных профессий.

*Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»:*

- развивать навыки самоконтроля и самооценки, умение действовать по слову, команде инструктора;
- формировать положительное отношение к труду с помощью расстановки и уборки физкультурного оборудования;
- воспитывать уважение к людям разных профессий.

*Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»: развивать слуховое внимание и восприятие, чувство ритма, умение координировать речь с движениями.*

*Оборудование:* по 2 гимнастические скамейки, палки; 2 каната, 4 конуса; гантели, мешочки по количеству детей; мультимедийное оборудование.

*Предварительная работа:* разучивание речевок и текста подвижных игр.

\* \* \*

## ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Под музыку дети входят в зал и строятся в шеренгу.

И н с т р у к т о р. Ребята, пройдут года, вы будете взрослыми, и тогда настанет время задуматься над тем, как выбрать самую нужную и важную профессию? Какая профессия самая нужная и важная, как вы думаете?

Дети отвечают.

Чтобы узнать, какая же профессия самая важная, я приглашаю вас отправиться в интересное путешествие в город Мастеров.

Сначала мы поедем в сказочном поезде. Но чтобы сесть в поезд, мы должны подойти к кассе и купить билет. Как называется профессия человека, который продает билеты в кассе?

Д е т и. Кассир.

И н с т р у к т о р. Правильно! По порядку рассчитайся!

Дети рассчитываются по порядку, затем подходят к кассиру, роль которого исполняет воспитатель, и называют свой порядковый номер.

Билеты куплены и наш поезд отправляется.

Чух-чух, чух-чух,

Поезд мчится во весь дух!

Дети идут топающим шагом, руки согнуты в локтях.

А колесики стучат:

Тук-тук, тук-тук!

Выходим из поезда и садимся на лошадку.

Выполняют прямой галоп.

Идем пешком.

Идут на носках, в полуприседе, в полном приседе.

А чтобы быстрее добраться до города Мастеров, бегом марш!

Бегут с захлестыванием голени назад, с подскоками.



Подул ледяной ветер со снегом.  
Идут спиной вперед.

Ветер стих, подышил свежим  
весенним воздухом.

Восстанавливают дыхание.

На экране появляется изображение  
школьного стадиона.

Ребята, назовите место, где мы  
сделаем первую остановку в городе Мастеров.

Дети отвечают.

Правильно, это школьный стадион. Кто на нем занимается?

Дети отвечают.

Здесь у школьников проходит урок физкультуры. Как называется профессия человека, который проводит урок физкультуры?

Дети. Учитель физкультуры.

Иструектор. Как вы думаете, нужная ли профессия учитель физкультуры? А что было бы, если бы не было учителей?

Дети отвечают.

Правильно, если бы не было учителей, дети не смогли бы продолжить свое образование после детского сада.

Давайте вместе с учениками выполним полезные упражнения для укрепления мышц.

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### ОРУ с гантелями

1. И.п.: ноги вместе, руки с гантелями к плечам. 1 — руки

в стороны; 2 — и.п.; 3 — руки вверх; 4 — и.п. Повторить 8—10 раз.

2. И.п.: ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. 1 — наклон влево, левой рукой провести по левой ноге, правую руку согнуть; 2 — и.п.; 3—4 — то же в другую сторону. Повторить 8—10 раз.

3. И.п.: ноги на ширине плеч, руки перед грудью. 1 — поворот влево, правую руку вынести вперед; 2 — и.п.; 3—4 — то же в другую сторону. Повторить 8—10 раз.

4. И.п.: ноги вместе, руки с гантелями внизу. 1 — выпад левой ногой вперед, руки вперед; 2 — и.п.; 3—4 — то же в другую сторону. Повторить 8—10 раз.

5. И.п.: ноги вместе, руки внизу. 1 — прыжок ноги врозь, руки в стороны; 2 — и.п. Повторить 10 раз.

6. Дыхательное упражнение.

Иструектор

Чтобы не было насморка холдной порой,

Подышим ноздрей — сначала одной, потом другой.

Дети выполняют упражнение в соответствии с текстом.

Отправляемся дальше!

На экране появляется изображение пожарной части.

Ребята, как называется место, где мы совершим следующую остановку?

Дети отвечают.

Верно, на пути нам встретилась пожарная часть. Кто здесь работает?

Дети. Пожарные.

Инструктор. Как вы думаете, каким должен быть пожарный? Кому больше подходит эта профессия: мужчинам или женщинам?

Дети отвечают.

Дежурные размещают по залу оборудование.

## ОВД «Пожарные на учениях»

Инструктор. Чтобы быть крепкими и сильными, пожарные должны постоянно тренироваться, укреплять свое тело.

Дети выполняют упражнения по показу одного из детей:

- прыжки через гимнастическую скамейку справа, слева;
- ползание по-пластунски;
- ходьба по канату с мешочком на голове.

Инструктор. Ребята, что было бы, если бы не было профессии пожарного?

Дети отвечают.

Правильно, некому было бы тушить пожары и спасать людей из огня.

Раз, два, три, четыре,  
Если вдруг пожар в квартире,  
Ты без дела не сиди,  
«01» скорей звони!

Дежурные убирают оборудование.

Отправляемся дальше.

На экране появляется изображение сапожной мастерской.

Как называется следующее место, где мы сделаем остановку?

Дети отвечают.

Это, ребята, сапожная мастерская. Кто работает в мастерской?

Дети. Сапожник.

Инструктор. Правильно. А что он делает? Какие инструменты нужны ему для работы?

Дети отвечают.

## Подвижная игра «Дедушка сапожник»

Выбирается водящий — «сапожник». Участники встают в круг, «сапожник» стоит в центре. Участники произносят стихотворение, после каждого слова на шаг подходя к водящему:

— Дедушка сапожник,  
Сшей нам сапоги!  
— Погодите, дети,  
Потерял очки.  
— Дедушка сапожник,  
Сколько с нас возьмешь?  
— Три рубля с полтиной,  
Пятачок и грош.  
— Дедушка сапожник,  
Ты с ума сошел?  
— Погодите, дети,  
Я очки нашел!

После этих слов дети разбегаются, а «сапожник» пытается их осалить. По окончании игры «сапожник» подсчитывает коли-



чество осаленных детей. Игра повторяется несколько раз с разными водящими.

Проводится дыхательная гимнастика.

Инструктор. Ребята, что было бы, если бы не было сапожника?

Дети отвечают.

Правильно, люди ходили бы босиком.

### ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Инструктор. Мы прошли по городу Профессий, а сейчас пора отправляться домой. Чтобы быстрее добраться до детского сада, сядем в автобус.

На экране появляется изображение автобуса.

Кто поведет автобус?

Дети. Водитель, шофер.

Инструктор. Правильно. Что должен знать и уметь шофер?

Дети отвечают.

Прежде чем шоферу доверят возить людей или грузы, он должен многому научиться. Водитель обязан знать правила дорожного движения, уметь управлять автомобилем, при необходимости ремонтировать его. Что было бы, если бы не было водителей?

Дети отвечают.

Вот стоит автобус новый.

Дети указывают рукой.

Мы проверим тормоза,

Имитируют щелканье переключателем.

А теперь качаем шины —

Имитируют накачку шин насосом.

Раз-два, раз-два.

Сели, едем на машине,

«Крутят руль».

Нажимаем на педаль,

Ногу сгибают, вытягивают.

Газ включаем, выключаем,

Имитируют поворот ключа к себе, от себя.

Смотрим пристально мы вдаль.

Приставляют ладонь ко лбу.

«Дворники» счищают капли:

Руки сгибают в локтях перед собой, ладони раскрывают, двигают руками влево-вправо.

Вправо-влево, чистота!

Будем ехать осторожно.

Будем ехать не спеша!

«Крутят руль».

Мы — серьезные шоферы!

Мы — шоферы хоть куда!

Поднимают вверх большой палец.

Вот мы и приехали обратно в детский сад. Давайте вспомним профессии, которые встретились на нашем пути.

Дети. Водитель, шофер водит машину, учитель учит, пожарный тушит пожар, сапожник чинит обувь, кассир продает билеты.

Инструктор. Людей многих профессий мы повстречали на пути. Скажите, какая же профессия самая важная и нужная?

Дети отвечают.

Может ли стать ленивый человек хорошим пожарным, водителем, сапожником?

Дети. Нет!

Инструктор. На свете есть много профессий. Любое дело нужно делать хорошо, на совесть. Каждый человек должен

трудиться, чтобы жить. И каждый должен выполнять свою работу качественно. Я хочу пожелать, чтобы в будущем вы выбрали профессии, которые будут приносить пользу людям и удовольствие вам. До свидания, ребята!

Дети строятся в колонну по одному и выходят из зала.

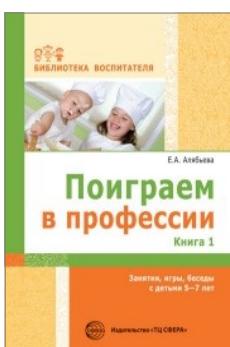
## Литература

Алябьева Е.А. Поиграем в профессии. Занятия, игры, беседы с детьми 5—7 лет: В 2 кн. М., 2016.

Шорыгина Т.А. Беседы о профессиях. М., 2017.

Шорыгина Т.А. Трудовые сказки. Беседы с детьми о труде и профессиях. М., 2016.

## Издательство «ТЦ Сфера» представляет

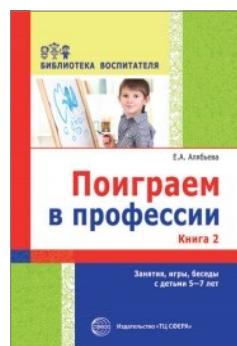


### ПОИГРАЕМ В ПРОФЕССИИ

Занятия, игры, беседы с детьми 5—7 лет В 2 кн.

Автор — Алябьева Е.А.

В книгах представлен дидактический познавательный материал для детей 5—7 лет о профессиях повара, строителя, ветеринара, фотографа, работников швейной промышленности и др. Содержание представленного материала базируется на положениях ФГОС ДО.



Занятия, игры, беседы с детьми 5—7 лет

Издательство «ТЦ СФЕРА»

Организованная образовательная деятельность, игры, загадки, подборка художественной литературы по теме, стихи и рассказы дают возможность воспитателю планировать материал на основе принципов комплексности и интеграции, осуществлять самообразование.

**Наш адрес:** 129226, Москва, ул. Сельскохозяйственная, д. 18, корп. 3.

**Тел.:** (495) 656-72-05, 656-73-00

**E-mail:** sfera@tc-sfera.ru

**Сайты:** [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru), [www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru)

**Интернет-магазин:** [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)



# Спортивный праздник «Игры доброй воли», посвященный Дню Победы Для старших дошкольников

**Церковная О.Е.,**  
инструктор по физкультуре МДОУ д/с № 45,  
г. Петропавловск-Камчатский Камчатского края

## *Цели:*

- воспитание чувства любви к Родине, гордости за героизм нашего народа;
- активизация детей.

## *Задачи:*

- укреплять физическое здоровье детей;
- формировать устойчивый интерес к физкультуре;
- закреплять знания детей о Дне Победы;
- развивать физическую активность, физические качества детей (силу, ловкость, быстроту, выносливость);
- учить согласовывать свои действия с действиями товарищей, подчинять личные интересы интересам коллектива;
- воспитывать взаимовыручку, смелость, решительность, чувство патриотизма и сострадания, дружелюбное отношение к людям.

*Оборудование:* по 3 ориентира, игрушечных автомата, буб-

на, обруча, пилотки, самоката, дуги, колокольчика, письма; мячи по количеству детей, детали конструктора «Лего», 24 кегли, мешки для прыжков, воздушные шары трех цветов по количеству детей.

*Предварительная работа:* рассматривание фотоальбома «Дети — участники войны»; чтение стихотворений, пословиц по теме; разучивание стихотворений и песен; беседа «9 мая мы победили в войне»; прослушивание песен о Великой Отечественной войне.

\* \* \*

Под аудиозапись марша «Прощание славянки» (муз. В. Агапкина) команды входят в спортивный зал.

1 - й ведущий. Дорогие ребята, скоро наша страна будет отмечать знаменательный день, великий праздник — День Победы. Мы много говорили о том да-

леком времени, когда наша армия боролась и победила в страшной войне.

**2 - й в е д у щ и й.** Со славной даты 9 мая 1945 года прошло уже много времени, но мы знаем и помним имя победителя — народ. Многие отдали свои жизни за Родину. И сейчас, спустя годы, мы вспоминаем о том времени, чтобы война не повторилась, чтобы люди помнили о тех, кто погиб, сражаясь за нашу счастливую жизнь.

### 1 - й ребенок

У нас сегодня день особый  
Российских жен, детей,  
мужчин:  
День великий, День Победы  
Знает каждый гражданин.

### 2 - й ребенок

За все, что есть у нас сейчас,  
За каждый наш счастливый  
час,  
За то, что солнце светит нам,  
Спасибо доблестным  
солдатам,  
Что отстояли мир когда-то,  
Спасибо армии Советской  
Спасибо, дедам и отцам!

### 3 - й ребенок

Пусть не будет войны никогда!  
Пусть спокойно спят города.  
Оглашают пусть наши леса  
Только птиц и детей голоса!  
И пусть мирно проходят года.  
Пусть не будет войны никогда!

**1 - й в е д у щ и й.** В 1941 году 22 июня гитлеровская Германия напала на нашу страну. Весь народ поднялся на защиту Родины. Советские спортсмены вступили в ряды Красной Армии, партизанские отряды и специальные воинские формирования. Маршал К.К. Рокоссовский писал в своих воспоминаниях: «Мы, военные люди <...> с первых боев поняли, каким великим оружием является физическая закалка. Поняли и другое: занятия физкультурой делали людей сильных не только телом, но и духом, людей мужественных, настоящих патриотов».

**2 - й в е д у щ и й.** Из лучших спортсменов состояли батальоны особого назначения. Их направляли на самые трудные задания. Многие из них отдали свои жизни в сражениях Великой Отечественной войны. Спортсменов-героев было много, не все вернулись с войны домой. Мы всегда будем помнить тех, кто отстоял нашу Родину.

**1 - й в е д у щ и й.** Сегодня в память о спортсменах-героях мы проведем самые добрые, самые мирные игры — «Игры доброй воли».

### 4 - й ребенок

День Победы сегодня  
отмечаем,  
Спорт и физкультуру  
ему посвящаем!



**2 - й ведущий.** Во времена войны спортсмены освоили множество военных профессий. Сегодня мы попробуем выполнить задания, которые проходили они.

**1 - й ведущий.** Сегодня в наших играх доброй воли участвуют три команды.

Он называет команды, их капитаны произносят девизы.

Как и в любых состязаниях, вас будет оценивать уважаемое жюри.

1-й ведущий представляет жюри.

«Тяжело в учении, легко в бою», — так говорится у военных. Нести тяготы службы и с честью выполнять воинский долг бойцам помогают регулярные тренировки и учения.

### **Эстафета «Учебная тревога»**

У первого ребенка в руках игрушечный автомат, на голове пилотка. Необходимо обежать кегли, пробежать до ориентира и обратно, передать автомат и пилотку следующему участнику. Побеждает команда, быстрее справившаяся с заданием.

**2 - й ведущий.** На войне была необходимость в большом количестве патронов и снарядов, поэтому во время боя наши бойцы помогали друг другу и подносили снаряды.

### **Эстафета**

#### **«Доставь товарищу снаряд»**

Участники берут «снаряды» (мячи) и переносят их в бубнах в «корзины» (обручи). Затем возвращаются к командам и передают эстафету. Побеждает команда, быстрее справившаяся с заданием.

**1 - й ведущий.** Во времена войны было заминировано очень много полей и дорог. Спортсменам, ставшим саперами, приходилось разминировать огромные площади земли, рискуя жизнью.

#### **Эстафета «Разминируй поле»**

По залу раскиданы детали конструктора «Лего» трех цветов. Участники собирают детали одного цвета и складывают их в обручи соответствующего цвета. Побеждает команда, быстрее справившаяся с заданием.

**2 - й ведущий.** Еще одна очень важная профессия во времена войны — шофер. Им приходилось передвигаться на военном транспорте очень аккуратно, чтобы не подорваться на мине.

#### **Эстафета «Смелые шоферы»**

Участники проезжают на самокате «змейкой» между кеглями. Побеждает команда, уронившая меньше кеглей.

**1 - й ведущий.** У солдат должна быть хорошая смекалка.

## Конкурс «Самая умная команда»

Ведущий задает участникам загадки.

Подрасту и вслед за братом  
Тоже буду я солдатом,  
Буду помогать ему  
Охранять свою ... (*страну*).

Брат сказал: «Не торопись!  
Лучше в школе ты учись!  
Будешь ты отличником —  
Станешь ... (*пограничником*).

Моряком ты можешь стать,  
Чтоб границу охранять  
И служить не на земле,  
А на военном ... (*корабле*).

Самолет парит, как птица,  
Там — воздушная граница.  
На посту и днем и ночью  
Наш солдат — военный ...  
(*летчик*).

Снова в бой машина мчится,  
Режут землю гусеницы,  
Та машина в поле чистом  
Управляется ... (*танкистом*).

Любой профессии военной  
Учиться нужно непременно,  
Чтоб быть опорой для страны,  
Чтоб в мире не было ...  
(*войны*).

2 - й ведущий. Случались и на фронте минутки отдыха. Мож но было посидеть у костра, спеть

любимую песню, написать письмо домой.

Каждая команда исполняет заранее подготовленную песню.

1 - й ведущий. А теперь очень ответственное задание. Успех зависит от каждого участника. Ведь недаром говорится: «Сам погибай, а товарища выручь».

### Эстафета «Взаимовыручка»

Участники делятся на пары. Дети в паре встают спиной друг к другу и, взявшись за руки, бегут до ориентира и обратно, передавая эстафету следующей паре. Побеждает команда, быстрее справившаяся с заданием.

2 - й ведущий. Спортсмены, занимающиеся стрельбой, во время войны были снайперами.

### Эстафета «Снайперы»

Игроки команд стоят в колонне друг за другом, у каждого в руках по теннисному мячу. На некотором расстоянии от них стоят кегли. Необходимо сбить кеглю мячом. Участники бросают мячи по очереди. Побеждает команда, сбившая больше кеглей.

1 - й ведущий. Самых быстрых, ловких и смелых брали в разведку. Их задача — раздобыть сведения о противнике и живыми с жизненно важной информацией вернуться в свою часть.



## Эстафета «Разведчики»

Участники по очереди выполняют задания с письмом в руках: перепрыгнуть через обруч; пролезть под дугой, не задев колокольчик. Последний ребенок доставляет письмо капитану, тот поднимает его вверх. Побеждает команда, быстрее справившаяся с заданием.

**2 - й ведущий.** На войне немцы брали солдат в плен. Но наши бойцы были очень отважными и предпринимали попытки к побегу, даже если их ноги были связаны.

## Эстафета «Побег»

Участники в мешках прыгают до ориентира, возвращаются к командам и передают эстафету. Побеждает команда, быстрее справившаяся с заданием.

**1 - й ведущий.** Весной 1945 года, когда наши войска вошли в Берлин, фашисты долго сражались за свой город, но отстоять его не смогли. 8 мая они подписали документ, в котором признали свое поражение в войне. 9 мая по радио объявили о нашей победе. В каждом городе был праздничный салют. С этого дня День Победы всегда отмечают ярким салютом.

## Эстафета «Салют»

На полу рассыпаны воздушные шары трех цветов. Команды собирают шары своего цвета в соответствующий обруч. Побеждает команда, быстрее собрав-

шая шары и построившаяся вокруг обруча.

**2 - й ведущий.** Вот и кончились наши «Игры добройволи», пора завершать праздник.

Подводятся итоги и награждаются участники.

### 1 - й ведущий

Еще когда нас не было  
на свете,  
Когда гремел салют из края  
в край.  
Солдаты наши подарили  
всей планете  
Великий май,  
победный май!

С праздником вас, дорогие друзья! С Днем Победы!

Звучит аудиозапись песни «День Победы» (муз. Д. Тухманова, сл. В. Харитонова), дети покидают зал.

## Литература

*Алябьева Е.А.* Стихи для занятий с детьми. М., 2017.

*Антонов Ю.Е.* Великой Победе посвящается. Праздники в детском саду. М., 2015.

*Картушина М.Ю.* Праздник Победы. Сценарии с нотным приложением. М., 2015.

*Ладыгина Т.Б.* Стихи к весенним детским праздникам. М., 2016.

*Харченко Т.Е.* Спортивные праздники в детском саду. М., 2017. *Шорыгина Т.А.* Беседы о детях-героях Великой Отечественной войны. М., 2015.

*Шорыгина Т.А.* Беседы о Великой Отечественной войне. М., 2016.

# Физкультурный праздник «Этот День Победы!» Для старших дошкольников

**Киселева О.В.,**

инструктор по физкультуре МДОУ д/с № 46 «Незабудка»,  
пос. Серебряный Бор Нерюнгринского р-на, Республика Саха (Якутия)

## Цели:

- активизация отдыха детей;
- воспитание уважения к защитникам Отечества, любви к Родине;
- закрепление знаний о Дне Победы;
- воспитание чувства гордости за свой народ, армию, желания защищать свою страну.

## Задачи:

- продолжать знакомить с историческим прошлым нашей страны;
- формировать чувство патриотизма, приобщая к песням и стихам о Великой Отечественной войне;
- вызывать у детей чувство со-переживания, сострадания к тем, кто не вернулся с войны, гордость за воинов, народ, стойко перенесивший невзгоды войны;
- закреплять знания детей о военных профессиях;
- развивать двигательные умения в условиях эмоционального общения со сверстниками;

- улучшать выдержку, ловкость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать внимание, целестремленность, чувство товарищества.

**Оборудование:** гвоздики (цветы) (40 шт.); 2 сумки почтальона; по 2 игрушечных автомата, грузовика, макета продуктов (молоко, хлеб, консервы), детских халата, туннеля, руля; бинты, кегли, гимнастические скамейки, обручи, ориентиры; по 2 бумажных голубя на каждого воспитанника.

**Предварительная работа:** создание видеоролика «Этот День Победы»; чтение рассказов, стихотворений о войне; слушание и разучивание песен на военную тематику.

\* \* \*

1 - й в е д у щ и й

Сегодня праздник —

День Победы!

Счастливый праздник —

день весны!

В цветы все улицы одеты,

И песни звонкие слышны.



## 2 - й в е д у щ и й

Там, где пушки не гремят,  
В небе солнце ярко светит!  
Нужен мир для всех ребят,  
Нужен мир для всей планеты!

Детям демонстрируется видеоролик о Великой Отечественной войне.

22 июня 1941 года фашистская Германия обрушила на нашу страну страшный удар. На тот момент немецкие войска уже захватили Европу: 190 дивизий, около 5 тысяч самолетов, свыше 3 тысяч танков двигались в направлении границ нашей Родины.

1 - й в е д у щ и й. Страна поднялась! Встали все, кто мог держать в руках оружие и защищать Родину! Вчерашние школьники осаждали военкоматы, просились на фронт, прибавляя себе год или два. И уходили, чтобы не вернуться...

Послушайте строки из дневника юной девушки, написанные в начале войны: «1941 год, 22 июня. Уже шесть часов. Пришла домой. Узнала, что началась война. Я очень расстроилась, даже поплакала. Ведь если папу возьмут на фронт, то я не буду учиться. Потом решила — учиться на медсестру, работать в лазарете и, если надо, идти туда. Все девчонки из нашего класса решили пойти в райком... Завтра пойдем... Настроение у меня такое, словно завтра иду на фронт. Весь день

по радио передают, что всюду в стране проходят митинги. Все готовы защищать Родину. Думала ли я когда-либо, что доживу до войны? Пожалуй, думала. Но в голове почему-то всегда мчались лихие эскадроны, и я впереди — в шлеме с шашкой наголо. А от нас убегают белые... Все было как в кино — легко и красиво. А какая она, война настоящая...».

Дети исполняют танец.

## 2 - й в е д у щ и й

«Никто не забыт и ничто  
не забыто!» —  
Горячая надпись на глыбе  
гранита.  
Потухшими листьями  
ветер играет  
И снегом сыпучим  
венки засыпает.  
Но, словно огонь, у подножья  
гвоздика...  
Никто не забыт и ничто  
не забыто!

1 - й в е д у щ и й. Мы вспоминаем сегодня тех, кто не вернулся с войны, оставшись вечно молодыми. Почтим их память минутой молчания.

Проводится минута молчания.

2 - й в е д у щ и й. Этот праздник радостный и грустный одновременно. Радостный, потому что наши солдаты отстояли мир на Земле. Грустный, потому что

многие из них погибли в боях за свободу нашей Родины. Они хотели, чтобы мы жили в хорошей, счастливой стране. Они навсегда остались в нашей памяти. Тех, кто пережил эту страшную войну, уже мало. В праздник Победы ветеранам всегда дарят цветы.

Под военную музыку дети выполняют ОРУ с гвоздиками.

Путь к победе был долгим и трудным. Солдаты шли в бой с мыслями о тех, кто верил в их возвращение и ждал их дома, как можно верить и ждать только на войне.

1 - й ведущий. Многие люди на войне трудились, чтобы приблизить День Победы. Они не были военными, не участвовали в боях. Но их работа также была очень важна для победы.

### 1 - й ребенок

Почтальоны возят вести  
По дорогам фронтовым,  
И лежат в их сумках вместе  
Письма к павшим и живым.  
С каждой нашаю победой,  
С каждым новым днем войны  
Письма дальше, дальше едут —  
К рубежам родной страны.

### Эстафета «Почтальон»

Участники по очереди берут сумку и преодолевают препятствия. Пройдя через все, возвращаются к своей команде, передают сумку следующим участникам. Препятствия: пройти через

болото (прыжки из обруча в обруч), обойти минное поле (бег между кеглями), перейти через речку (ходьба по гимнастической лестнице) и др.

1 - й ведущий. Молодцы почтальоны, хорошо справились с испытаниями!

Послушайте написанное в годы войны письмо сына к матери: «Мама! Ты, наверное, совсем устала! Сколько тебе выпало дел, дорогая!.. Мамочка, я прошу тебя, хоть не волнуйся за меня. У меня все хорошо. Дело простое, солдатское — воюем. Стаемся поскорее добить фашистов... Ты все пишешь мне, чтобы я был осторожнее. Я прошу простить, мам, но это невозможно. Я командир. А с кого будут брать пример солдаты, если их командир начнет в бою думать не о том, как бы выиграть бой, а как бы спасти свою шкуру? Ты, мама, понимаешь, что я не могу этого делать, хотя, конечно, очень хотел бы пройти всю войну и остаться живым, чтобы снова вернуться в родной город, встретиться со всеми вами».

А вот письмо матери: «Здравствуй, мой дорогой сыночек! Как ты там? Как товарищи твои? У нас здесь все хорошо, живем по-старому, хлеб есть, дрова есть, только насчет корму для скотины плохо... Крыша проходила немножко, но дед Игнат обещал помочь... Я верю, что ты вер-



нешься... Вернешься живым...  
Я знаю, что ты не щадишь своей жизни за благо и счастье людей, за нашу спокойную старость, за счастливую жизнь детей. Ты главное береги себя, сыночек! Я тебя очень жду...».

### 2 - й в е д у щ и й

Продукты на фронт  
доставить нам нужно,  
Давайте поможем  
солдатам дружно!

### Эстафета «Перевозка продуктов»

Каждая команда получает большой игрушечный грузовик. На столе лежат макеты продуктов: молоко, хлеб, консервы и др. Каждый ребенок берет один продукт и перевозит его в грузовике, проезжая между препятствиями (кеглями), затем складывает в корзину своей команды.

1 - й в е д у щ и й. Водители отлично справились с заданием, не оставили людей голодными.

В войну люди не только отважно воевали и трудились, но и отдыхали. Даже на войне люди смотрели выступления танцоров.

Дети исполняют танец «Яблочко».

2 - й в е д у щ и й. Спасибо танцорам, развлекли нас. Мы немного отдохнули, а теперь нам нужно построить крепость для защиты от врага.

### Эстафета «Крепость»

Дети берут мягкие модули. По сигналу участники по очереди подбегают к указанному месту и ставят мягкий модуль, строя крепость.

2 - й в е д у щ и й. А сейчас я предлагаю вам отгадать загадки.

Кто, ребята, на границе  
Нашу Землю стережет,  
Чтоб работать и учиться  
Мог спокойно наш народ?

(Пограничник.)

Он готов в огонь и бой,  
Защищая нас с тобой.  
Он в дозор идет и в град,  
Не покинет пост ... (солдат).

Снова в бой машина мчится,  
Режут землю гусеницы,  
Та машина в поле чистом  
Управляется ... (танкистом).

Гусеницы две ползут,  
Башню с пушкою везут.

(Танк.)

Петушок без глаз, а метко клюет. (Ружье.)

Летит — лается, упадет — рассыпается. (Снаряд.)

Стоят три старушки:  
Вздохнут они да охнут,  
Вблизи все люди глохнут.

(Пушки.)

1 - й в е д у щ и й. Отважно на фронте трудились санитары, врачи. Именно они оказывали

медицинскую помощь раненым солдатам.

### 2 - й ребенок

Солдат у вражеских высот  
Был ранен утром рано.  
Отважный военврач спасет,  
Он перевязывает раны!  
Врач извлечет из ран солдата  
Два небольших осколка  
И скажет: «Унывать не надо!  
Живи, братишко, долго!»

### Эстафета «Санитарки»

Выбираются девочки-«санитарки» и «раненые». Санитарки надевают халаты, берут бинты. По команде «санитарки» бинтуют «раненых» разные части тела (голову, ногу, руку).

**1 - й ведущий.** Молодцы наши санитарки, всем помогли, всех вылечили. Ну что ж, а сейчас наши ребята исполнят частушки.

### 3 - й ребенок

Что такое День Победы?  
Это утренний парад:  
Едут танки и ракеты.  
Марширует строй солдат.

### 4 - й ребенок

Что такое День Победы?  
Это праздничный салют:  
Фейерверк взлетает в небо,  
Рассыпаясь там и тут.

### 5 - й ребенок

Я в солдатики играю.  
У меня есть пистолет.

Есть и сабля, есть и танки.  
Я большой и мне пять лет!

### 6 - й ребенок

Я в солдатики играю.  
Это детская игра.  
Но я это знаю твердо —  
Создан мир наш для добра!

### 7 - й ребенок

Ветры в походные трубы  
трубили.  
Дождь отбивал барабанную  
дробь.  
Ребята-герои в разведку  
ходили,  
Сквозь чащу лесов  
и болотную топь.

### Эстафета «Разведка»

Капитаны команд берут в руки игрушечные автоматы и по очереди пролезают через туннель. Возвращаются назад, передают автоматы следующим участникам.

**1 - й ведущий.** Молодцы разведчики, хорошо справились с заданием! А сейчас мы немного поиграем.

Проводится подвижная игра.

### 8 - й ребенок

В девятый день ликующего мая.  
Когда легла на Землю тишина.  
Промчалась весть от края  
и до края:

Мир победил!  
Окончилась война!



Шоферу некогда дремать —  
Спешит изо всей силы.  
Военных с фронта доставлять.  
Туда, где дом любимый.

### Эстафета «Шофер»

Капитаны берут в руки рули.  
К ним присоединяются еще по два  
человека. «Тройка» должна обе-  
жать препятствия и оставаться на  
другой стороне, капитан возвраща-  
ется за следующими участниками.

**2 - й в е д у щ и й.** Водители  
замечательно справились с зада-  
нием, всех привезли домой.

### 1 - й в е д у щ и й

Уже нигде не затемняли света  
В продымленной Европе  
города.  
Ценою крови куплена Победа,  
Пусть мир запомнит это  
навсегда.

И на всей большой планете  
Счастливо смеются дети.

Дети исполняют песню «Пусть все-  
гда будет солнце!» (муз. А. Островско-  
го, сл. Л. Ошанина).

### 2 - й в е д у щ и й

Ради счастья и жизни на свете.  
Ради воинов павших тогда.  
Да не будет войны на планете.

**Д е т и (хором)** Никогда! Ни-  
когда! Никогда!

Под военную музыку дети испол-  
няют танец с голубями.

## Литература

*Антонов Ю.Е.* Великой Победе  
посвящается. Праздники в детском  
саду. М., 2015.

*Ефименко Н.Н.* Двигательно-  
игровая деятельность. Сценарии  
игр-занятий. М., 2014.

*Копылова С.Ф.* Физкультурные  
занятия с элементами логоритмики.  
Волгоград, 2016.

*Подольская Е.И.* Сценарии спор-  
тивных праздников и мероприятий  
для детей 3—7 лет. Волгоград, 2009.

*Шорыгина Т.А.* Беседы о Великой  
Отечественной войне. М., 2016.

*Шорыгина Т.А.* Беседы о де-  
тях-героях Великой Отечественной  
войны. М., 2015.

## Издательство «ТЦ Сфера» представляет



### ПРАЗДНИК ПОБЕДЫ

Сценарии с нотным приложением

Авт.-сост. — М.Ю. Картушина

В сборнике представлены сценарии проведения праздни-  
ков и досугов, посвященных Дню Победы: военно-спорт-  
ивных игр, КВН, познавательных игр, совместных празд-  
ников с родителями, концертов, театрализованных пред-  
ставлений и т.д. В приложении содержатся разработки  
танцевальных композиций и избранные песни.

**Сайты:** [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru), [www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru)

**Интернет-магазин:** [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)

# Музыкально-спортивный праздник «В поисках друга» к 110-летию со дня рождения Астрид Линдгрен

**Гойда Е.А.,**

инструктор по физкультуре МДОУ д/с № 49 «Колокольчик»,  
г. Подольск Московской обл.

*Задачи:*

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье;
- накапливать и обогащать двигательный опыт;
- формировать потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- развивать творческое воображение, память, чувство ритма, темпа;
- расширять знания детей о произведениях Астрид Линдгрен.

*Оборудование:* мячи, стойки, палки, обручи, туннели, маты, кегли, фитболы, музыкальный центр.

*Предварительная работа:* оформление зала, изготовление декораций и эмблем, пошив костюмов.

\* \* \*

Зал украшен воздушными шарами.

Звучит музыка, входят дети и исполняют танец. Появляется Карлсон.

**К а р л с о н**

Привет, друзья! А вот и я!  
Узнали, верно, вы меня?  
Я мимо сада пролетал  
И вас в окошко увидал!  
Я — Карлсон!

Самый веселый на свете,  
Поэтому любят меня  
очень дети.

Я самый красивый,  
воспитанный,  
Умный и в меру упитанный!  
1 - й ребенок. Здравствуй,  
Карлсон! Мы очень рады тебя видеть в нашем детском саду. Что привело тебя к нам?

К а р л с о н. Прилетел я к вам, ребята, чтобы найти себе друга. Мой малыш уже вырос, я так скучаю по нему!

1 - й ребенок. А какой тебе нужен друг, Карлсон?

К а р л с о н. Ну... (*чешет затылок.*) Он должен быть добрым, чтобы поддерживать меня в трудную минуту, веселым и озорным, чтобы мы могли с ним проказничать, запуская приведения на крыше домов, а еще он должен



быть щедрым, чтобы кормить меня каждый день вареньем. А у вас варенье есть? Нет? Ну, я так не играю! К вам прилетел лучший в мире Карлсон, а у вас нет варенья!

**1 - й ребенок.** Не расстраивайся, Карлсон, хоть варенья у нас нет, но друга мы тебе найдем. Посмотри, сколько ребят у нас в детском саду. Выбирай!

#### 2 - й ребенок

Много у меня друзей:  
Лена, Танечка, Сергей.  
С Леной песенки поем,  
С Таней мы гулять пойдем.

#### 3 - й ребенок

А Сережке целый день  
Нас дразнить совсем не лень!

В саду дружно мы живем:  
Вместе учимся, растем.

#### 4 - й ребенок

Узнаём про все на свете,  
О других таких же детях,  
Чем они живут и как,  
Не хотим попасть впросак.

#### 5 - й ребенок

Всем дружить необходимо —  
Ане, Вите, Насте, Диме.  
Все мы — лучшие друзья,  
Друг без друга нам нельзя!

**К а р л с о н.** Я все понял, ребята, нам надо провести соревнования, чтобы я мог выбрать самого лучшего друга на свете. В соревнованиях примут участие две команды. Это команда...



*Дети (хором). «Веселые!»*

*Карлсон.* Капитан команды — Пеппи Длинныйчулок. И команда...

*Дети (хором). «Дружные!»*

*Карлсон.* Капитан команды — Эмиль из Лённеберги.

Начинаем соревнования с эстафеты. Команды, готовы? На старт, внимание, марш!

### **Эстафета «Быстрые ребята»**

Первый участник перепрыгивает через препятствие, подлезает под планкой, обегает стойки, подбрасывает мяч вверх и кладет его в обруч. Затем возвращается обратно и передает эстафету следующему участнику своей команды. Побеждает команда,

которая быстрее справится с заданием.

*Карлсон.* Поскольку я страшный сластена, награждать вас буду конфетами.

Команда-победительница получает конфету.

А теперь я предлагаю отправиться на чердак, чтобы немножечко пошалить, попугать местных воришек, а то повадились таскать чужое белье. Но там очень темно. Не боитесь, ребята?

*Дети.* Не боимся!

*Карлсон.* Тогда в путь!

### **Эстафета «Смелые ребята»**

Первый участник пролезает в туннель, обегает стойку, возвращается обратно и передает эстафету следующему участнику команды.



Побеждает команда, которая быстрее справится с заданием.

Команда-победительница получает конфету.

**К а р л с о н.** А сейчас я попрошу всех присесть. Пеппи Длинныйчулок и ее команда подготовили нам сюрприз.

Участники команды «Веселые» исполняют музыкально-акробатический номер.

Какие вы быстрые и смелые, я увидел, а вот какие вы меткие, мы сейчас и посмотрим.

### Конкурс «Меткие ребята»

Дети по очереди сбивают кегли. Побеждает команда, которая собирает все кегли.

Команда-победительница получает конфету.

**К а р л с о н.** Прошу всех присесть. Эмиль из Лённеберги с

друзьями исполнят шведскую польку.

Участники команды «Дружные» исполняют шведскую польку.

Ребята, вы все такие хорошие, что я даже не знаю, кого мне выбрать в друзья. Но у нас есть еще одна эстафета. Надеюсь, она поможет мне сделать правильный выбор и у меня появится настоящий друг.

### Эстафета «Ловкие ребята»

Дети прыгают на фитболах до стойки, бегом возвращаются обратно и передают мяч следующему участнику команды. Побеждает команда, которая быстрее справится с заданием.

Команда-победительница получает конфету.

**К а р л с о н.** Вот и закончились наши соревнования. Мне очень

хочется узнать, кто же победил, кто станет моим другом.

Карлсон вместе с детьми подсчитывает заработанные конфеты. Дети поздравляют друг друга, жмут руки.

Смотрю я на вас, ребята, и радуюсь, что вы такие дружные и веселые. Вы настоящие друзья, сегодня победила дружба! У меня появился не один друг, а много хороших друзей. Это все вы, ребята.

### 5 - й ребенок

Друг — это тот, кто тебя понимает.

Друг — это тот, кто с тобою

страдает.

Друг не покинет тебя никогда,

Друг остается с тобой навсегда!

И тот, у кого есть много друзей,  
Намного богаче всех королей!

Дети исполняют песню о дружбе, Карлсон дарит им воздушные шары.

## Спортивное развлечение «Космическое путешествие»

### Для старших дошкольников

**Чугунова Л.Е.,**

инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 42 «Малинка»,  
г. Старый Оскол Белгородской обл.

**Задачи:**

- закреплять знания детей о планете Земля, первом космонавте;
- активизировать словарный запас по теме;
- развивать воображение, фантазию, творческую и двигательную активность;
- создавать положительный эмоциональный фон, атмосферу доброжелательности;
- воспитывать патриотические чувства, любознательность;

- формировать элементарные представления о космосе;
- воспитывать смелость и доброту, дружеские взаимоотношения.

\* \* \*

Под музыку дети входят в зал, строятся в две шеренги.

Ведущий. Здравствуйте, ребята! Каждый год 12 апреля наша страна отмечает День космонавтики. В этот день в 1961 году наш



соотечественник совершил первый в мире космический полет. Кто это был, знаете?

Дети. Юрий Алексеевич Гагарин!

Ведущий. Верно! А сейчас давайте представим себе, что мы юные космонавты. Какую подготовку должен пройти космонавт перед полетом?

### 1 - й ребенок

Космонавтом чтобы стать,  
Надо многое узнать:  
Быть проворным и умелым,  
Очень ловким, очень смелым.

### 2 - й ребенок

Чтобы космонавтом стать,  
Надо потрудиться:  
День с зарядки начинать,  
Хорошо учиться!

### 3 - й ребенок

На корабль могут взять  
Только сильных, ловких.  
И поэтому нельзя  
Здесь без тренировки.

### 4 - й ребенок

Настанет день, когда мы  
подрастем,  
Ракеты в космос смело  
поведем.  
Отважными и стойкими  
ребята быть готовы,  
Мы будем космонавтами —  
даем вам это слово!

Ведущий. Ребята, а вы хотите стать космонавтами, побывать на неизвестной планете и

совершить другие космические путешествия?

Дети. Хотим!

Ведущий. Сегодня, в День космонавтики, мы полетим на фантастические планеты. Что нам нужно для космического путешествия?

Дети. Нужна ракета.

Ведущий. Верно! Чтобы совершить полет, нам нужно построить ракету.

К строительству ракеты приступить!

Капитаны команд строят ракету из мягких модулей.

Вот мы к полету и готовы, пора отправляться в путь. Внимание, внимание! Приглашаем команды совершить путешествие в открытый космос.

Дети встают в два круга и по очереди приседают вокруг ракеты. Затем под музыку идут по кругу, взявшись за руки.

Экипажи, готовы? Пристегнуть ремни безопасности! Начинаем обратный отсчет: 3, 2, 1...

Дети (хором). Пуск!

Ведущий. Полетели!

Под музыку проводится разминка.

Команды, по местам!

Команды строятся в две шеренги напротив друг друга.

Садимся на планету Марсинка!

Звучит музыка, в зал входит И н о -  
п л а н е т я н и н с глобусом в руках.

И н о п л а н е т я н и н . Здрав-  
ствуйте, люди Земли! Я рад вас  
приветствовать на планете Мар-  
синка. Это правда, что вы живете  
на планете Земля? (*Показывает  
глобус.*)

В е д у щ и й . Правда.

И н о п л а н е т я н и н . Мне  
говорили, что люди Земли очень  
дружелюбны.

В е д у щ и й . Это так.

Инопланетянин показывает рисун-  
ок с изображением планеты Мар-  
синка.

И н о п л а н е т я н и н . На мо-  
ей планете живет совершенно  
мирный народ. Мы хотим по-  
знакомиться с вами, жителями  
планеты Земля, и подружить-  
ся. Для этого мы хотим как  
можно больше узнать о вас.  
Как вы проводите свободное  
время, в какие игры любите  
играть?

В е д у щ и й . Наши ребята сей-  
час покажут тебе, чем они любят  
заниматься и что умеют. Садись  
и смотри.

Ребята, покажем нашему ино-  
планетному другу, что мы умеем  
делать?

Д е т и (хором) . Да!

В е д у щ и й . В нашем со-  
ревновании принимают участие  
два экипажа: «Спутник» и «Со-  
звездие». Прошу экипажи попри-  
ветствовать друг друга.

Экипажи приветствуют друг  
друга.

К а п и т а н      к о м а н д ы  
«С п у т н и к»

Чтобы в космос и к звездам  
далеким летать,  
Мы готовы сейчас вам себя  
показать,  
И в заданьях веселых будем  
лишь побеждать!

К а п и т а н      к о м а н д ы  
«С о з в е з д и е»

Нам космические звезды  
Гарантируют успех,  
За победу, за рекорды!  
Мы всегда сильнее всех!

В е д у щ и й . Космонавты,  
готовясь к полету, проходят  
сложные испытания, трениру-  
ются. А вы готовы пройти ис-  
пытания?

Д е т и . Мы готовы!

В е д у щ и й . Тогда начнем на-  
ши испытания. Желаю вам, ребя-  
та, успехов в соревнованиях!

Вы будете соревноваться в си-  
ле, ловкости и смекалке. А оце-  
нивать соревнования будет наше  
жюри.

Ведущий представляет жюри.

### Игра «Космическая команда»

Команды, взявшись за руки,  
образуют два круга. По команде  
«Гуляем!» дети свободно пере-  
двигаются по залу. По команде  
«В ракету!» вновь встают в кру-  
ги, взявшись за руки.



## **Игра «Погружение в ракету»**

Один участник катит обруч, другой должен ловко проскочить через него.

## **Эстафета «Прыжки на фитболах»**

По сигналу ведущего участники по очереди прыгают на фитболах до ориентира и обратно. Затем передают фитболы следующим игрокам. Выигрывает команда, которая быстрее справится с заданием.

## **Эстафета «Не урони мяч»**

Играющие, зажав мяч между ногами и стараясь не уронить его, прыгают до ориентира и бегом с мячом в руках возвращаются обратно. Затем передают мяч следующему участнику.

## **Игра «Космический мусор»**

Капитаны команд собирают рассыпанные по залу разноцветные шары в корзины.

## **Эстафета «Лунотопы»**

Один ребенок обегает «змейкой» ориентиры, возвращается к команде по прямой, берет следующего участника и уже вместе с ним бежит «змейкой» и т.д., пока не соберутся все игроки.

## **Эстафета «Космические кратеры»**

На полу лежат обручи. Участники прыгают из обруча в обруч до ориентира, оббегают его, возвращаются к команде по прямой и передают эстафету.

## **Эстафета «Возвращение на Землю»**

Участники пролезают в воротца, добегают до ориентира, оббегают его, возвращаются к командам и передают эстафету.

Ведущий. Дорогой Инопланетянин, понравилось тебе, как наши ребята соревновались?

Инопланетянин. Мне очень понравился ваш праздник! Вы такие дружные, быстрые, ловкие и сильные!

Ведущий. Наступило время вернуться на Землю.

Инопланетянин. До свидания, дорогие ребята, я надеюсь, что вы все будете так замечательно заниматься спортом, что, когда вырастете, сможете покорить космические просторы!

Ведущий. Начинаем отсчет: 3, 2, 1, пуск!

Звучит музыка.

Вот мы и дома, на Земле. Наше космическое путешествие закончилось.

Председатель жюри

Молодцы, ребята!

Очень все старались!

Вы с большим успехом

спортом занимались.

И я твердо верю:

если захотите,

Все вы, без сомненья,

в космос полетите!

Победила дружба!

Под музыку дети уходят из зала.

## ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ О МЫШЦАХ\*

• Всего в человеческом организме насчитывается от 640 до 850 мышц. Во время простой ходьбы организм задействует до 200 мышц. Мышечная ткань на 15% плотнее и тяжелее жировой, поэтому тренированный человек может превосходить в весе полного, но неспортивного человека такого же роста. На мышцы приходится в среднем до 40% массы тела.

• Самая выносливая мышца человека — сердце, самая короткая — стременная (она напрягает барабанную перепонку в ухе), ее длина — 1,27 мм. Самая длинная мышца человеческого тела — ягодичная (до 20 см). Самая быстрая — моргающая. Часто говорят, что самая мощная мышца — язык, но он состоит из нескольких мышц, поэтому эта точка зрения ошибочна. Очень сильны жевательные мышцы (сила их давления может достигать 100 кг), а также икры и ягодичные мышцы.

• Мышцы человека не одинаковые, поэтому и тренировать их нужно по-разному. Время на восстановление мышц разных групп отличается. Быстрее всего восстанавливаются трицепсы, медленнее всего — мышцы спины. Это необходимо учитывать при тренировках, отдых нужен мышцам не меньше, чем нагрузка, поскольку рост мышечных волокон происходит благодаря эффекту суперкомпенсации. Полностью же мышцы восстанавливаются только через 48 ч после интенсивных нагрузок.

• Известно, что движение лицевых мышц напрямую связано с эмоциями человека. Еще в начале прошлого века русский ученый И. Сикорский составил классификацию лицевых экспрессий: мышцы вокруг глаз отвечают за выражение умственных явлений, вокруг рта — за экспрессию актов воли, а чувства выражают все мышцы лица. В 2011 г. ученым удалось установить, что мимика человека возникает задолго до его рождения. Уже во внутриутробный период ребенок способен двигать лицевыми мышцами, улыбаться, удивленно поднимать брови или хмуриться. Лицевые мышцы составляют 25% от общего числа мышц, во время улыбки задействованы 17 групп мышц, во время гнева или плача — 43.

Источник: [www.doseng.org](http://www.doseng.org)

\* Начало. Окончание на с. 95.



# Роль семьи и общества в формировании представлений у ребенка о здоровом образе жизни

**Корцова О.С.,**

инструктор по физкультуре и плаванию МБДОУ д/с № 69  
«Веточка», го Тольятти Самарской обл.

Будьте добрыми, если захотите;  
Будьте мудрыми, если сможете;  
Но здоровыми вы должны быть всегда.

Конфуций

**Р**ешающая роль в формировании здорового образа жизни ребенка принадлежит семье. Сегодня взрослым важно формировать и поддерживать интерес к оздоровлению себя и своих детей. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка.

*Внутренняя картина здоровья* — система представлений человека о том, что такое здоровье, какова его ценность, а также знание и понимание методов его поддержания и формирования (Ю.Б. Некрасова).

При исследовании оказалось, что дети, находящиеся на лечении от кардиологических заболеваний, в пять раз чаще, чем здоровые, говорили, что нужно заниматься спортом, дышать свежим воздухом, соблюдать режим дня и т.д. Оказалось, что именно врачи, а не родители формировали у детей внутреннюю картину здоровья. Такой результат можно объяснить тем, что родители, пока ребенок здоров, не разговаривают с ним на эту тему, не учат поддерживать здоровье.

Зачастую родители плохо представляют, как же необходимо приобщать ребенка к здоровому образу жизни. Мы должны не только охранять детский организм от вредных влияний, но и создавать условия, которые

способствуют повышению защитных сил организма ребенка, его работоспособности.

Важно правильно организовать режим дня, который будет оптимально сочетать периоды бодрствования и сна, удовлетворять потребности детей в пище, отдыхе, двигательной активности и др. Режим дисциплинирует детей, способствует формированию многих полезных навыков, приучает их к определенному ритму.

Необходимо формировать интерес детей к оздоровлению собственного организма. Чем раньше ребенок получит представление о строении тела человека, узнает о важности закаливания, движения, правильного питания, сна, тем раньше он будет приобщен к здоровому образу жизни. Если же ребенка насиливо принуждают заниматься физкультурой, а также соблюдать правила гигиены, он быстро теряет к этому интерес. Семья должна служить примером основ ЗОЖ.

При поступлении ребенка в школу важно учитывать не только интеллектуальное, но и уровень его физического развития. Подготовка к школе в детском саду осуществляется как на занятиях по математике и развитию речи, так и на физкультурных. У детей формируются необходимые для успешного обучения в школе внимание, мышление, память, речь, воображение, моторика

рук, координация движений. Для укрепления здоровья и нормализации веса эффективны ходьба и бег, которые предохраняют организм человека от возникновения болезней. Они обладают выраженным тренирующим эффектом и способствуют закаливанию организма.

Смысл закаливания: со временем с помощью специальных процедур повысить устойчивость человека к охлаждению за счет того, что организм при этом всякий раз будет реагировать целесообразными защитными реакциями, увеличением выработки тепла и уменьшением теплопередачи. При закаливании одновременно повышается иммунитет. Поэтому было бы здорово, если бы закаливание стало общим семейным делом.

Что должны сделать взрослые, чтобы каждый день жизни ребенка вел к укреплению его здоровья? Велика роль примера самих родителей и старших членов семьи: если взрослые регулярно занимаются физкультурой и спортом, соблюдают режим, правила гигиены и закаливания, дети, глядя на них, систематически будут делать утреннюю зарядку, заниматься физическими упражнениями и играть в спортивные игры. Также родителям следует ознакомиться с комплексами упражнений, которые дети выполняют в детском саду.



Полезно вводить в режим дня «минутки здоровья». За одну минуту можно успеть:

- подышать, медленно выдыхая;
- потянуться, улучшить кровообращение;
- сесть или встать ровно, выпрямив голову и спину;
- выполнить пальчиковую гимнастику;
- облиться водой или обтереть тело мокрым полотенцем;
- выпить стакан воды;

- сделать 1—2 физических упражнения;
- улыбнуться.

### Литература

*Ананьев В.А.* Основы психологии здоровья. СПб., 2006.

*Иванова Т.Е.* и др. Семейный и родительский клубы в детском саду. М., 2012.

*Латохина Л.И.* Оздоровительные минутки. М., 2009.

*Николаева Е.И., Федорук В.И., Захарина Е.Ю.* Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада. СПб., 2015.

## Спортивно-интеллектуальное развлечение «Путешествие в страну Сенсорики» Для старших дошкольников и их родителей

**Овсянникова З.А.,**

воспитатель;

**Бикметова Н.Я.,**

инструктор по физкультуре МАДОУ д/с «Чебурашка»,

пос. Алябьевский Советского р-на Тюменской обл., ХМАО—Югра

В нашем детском саду уже не первый год функционирует клуб по работе с родителями и детьми «Вместе с мамой, вместе с папой с физкультурой я дружу!», созданный с целью вовлечения родителей в активный воспита-

тельно-образовательный процесс. В течение года организуются спортивные развлечения, праздники, как на свежем воздухе, так и в физкультурном зале, походы в осенний лес, зимние прогулки на лыжах, совместная утренняя гим-

настика с родителями и детьми, спортивно-интеллектуальные праздники.

Для повышения знаний родителей о сенсорном развитии дошкольников было проведено спортивно-интеллектуальное развлечение «Путешествие в страну Сенсорики» с использованием спортивных игр и заданий, направленных на развитие сенсорных качеств старших дошкольников.

Сенсорное воспитание — неотъемлемая часть полноценного развития личности ребенка, познающего окружающий мир с помощью взрослого. И чем ярче и красочнее взрослый покажет наш мир ребенку, тем богаче и ярче сложится его восприятие действительности.

Понятие «сенсорика» имеет латинский корень — «сensus» (чувство, чувствовать), поэтому сенсорное воспитание ребенка подразумевает воздействие обучающей и развивающей среды на его органы чувств.

#### *Задачи:*

- закреплять знания о свойствах предметов: цвете, форме;
- развивать чувства (обоняние, слух, осязание и вкус);
- воспитывать волевые качества в подвижных играх, соревнованиях, эстафетах;
- создавать положительный эмоциональный настрой у детей и родителей, веселое, бодрое настроение.

*Оборудование:* лепестки «Цветика-семицветика» (7 комплектов); «Парашют» — нестандартное оборудование; кубики и цилиндры разного размера, 2 мольберта, фломастеры; свежие фрукты и сваренные овощи на зубочистках.

\* \* \*

**В о сп и т а т е л ь.** Добрый вечер, уважаемые родители, гости и ребята!

Уважаемые родители! Что такое сенсорное развитие, что к нему относится?

Родители отвечают.

Психологи доказали, что сенсорное, сенсомоторное развитие не только составляет фундамент умственного развития, но и имеет самостоятельное значение, поскольку полноценное восприятие необходимо для успешного обучения ребенка в детском саду, школе и для многих видов труда.

Что такое сенсорные эталоны?

Родители отвечают.

Сенсорные эталоны — устойчивые, закрепленные в речи представления о цветах, геометрических фигурах и отношениях по величине между несколькими предметами, умение произвести последовательный осмотр и описание формы.

Сегодня мы приглашаем вас посетить увлекательную страну



Сенсорики. В путешествие мы отправимся на паровозик.

Взрослые и дети встают друг за другом и имитируют движение паровоза.

Включается аудиозапись звуков движения паровоза. Участники повторяют слова за воспитателем.

#### Воспитатель

Солнышко светит,  
Облака плывут.  
Паровозик едет:  
Тук-тук-тук!  
Тук-тук-тук колеса,  
Мчится паровоз,  
Он в страну Сенсорики  
Всех гостей привез.

Участники садятся на стулья.

Внимание! Внимание! Наш поезд прибыл на станцию. А как она называется, вы узнаете, отгадав загадки.

Он в яйце есть и в цыпленке,  
В масле, что лежит в масленке.  
В каждом спелом колоске.  
В солнце, в сыре и песке.

(*Желтый цвет.*)

Он с лягушкой может квакать.  
Вместе с крокодилом плавать.  
Из земли с травой расти,  
Но не может он цвести.

(*Зеленый цвет.*)

Всех быков он возмущает,  
Ехать дальше запрещает.



Вместе с кровью он течет,  
Щеки всем врунам печет.

*(Красный цвет.)*

Им треть флага занята.  
Он в названии кита,  
И в букете васильковом,  
И на ящике почтовом.

*(Синий цвет.)*

Догадались, как станция называется?

Участники. Станция «Цветная».

### Игра «Цветик-семицветик»

На полу разложены цветные лепестки. Играет музыка, па-

ры — родитель и ребенок — собирают «цветик-семицветик».

### Подвижная игра «Карусель»

Участвуют пять пар (родитель и ребенок). Участники строятся по кругу, взявшись за петельки парашюта, соответствующие секции определенного цвета. По команде участники, стоящие у секций названного цвета, приседают, меняются местами и т.д.

Воспитатель. Пора продолжить путь!

Взрослые и дети встают друг за другом и имитируют движение паровоза.



Мы прибыли на следующую станцию. Как же она называется? Давайте отгадаем!

Ни угла, ни стороны,  
А родня — одни блины.

(Круг.)

Кубик в краску окунь,  
Приложи и подними.  
Вася десять раз так сделал —  
Отпечатались они.

(Квадраты.)

Злая рыба — хвост лопата,  
Откусила полквадрата.  
Целый угол, верь не верь!  
Ну и кем он стал теперь?

(Треугольником.)

Нас встречают фигуры разной формы. Догадались, как называется станция?

**Участники.** Станция «Геометрические фигуры».

### **Игра «Волшебный мешочек»**

Участники по очереди опускают руку в мешочек и на ощупь определяют форму попавшейся в руку фигуры, достают ее, называют и говорят, какого она цвета.

### **Игра «Построим башню»**

Из кубиков пары родителей с детьми строят башню заданного цвета. Ребенок приносит кубики нужного цвета, родитель складывает из них башню.

### **Игра-эстафета «Дорисуй»**

На ватмане изображены разные геометрические фигуры. Участникам необходимо дорисо-

вать предметы соответствующей формы.

**В о с п и т а т е л ь.** Наш веселый паровоз снова зовет всех в дорогу. Едем дальше!

Взрослые и дети встают друг за другом и имитируют движение паровоза.

Мы приехали на удивительную станцию, которая называется «Вкусняшкино».

### Игра «Вкусняшкино»

Участники с закрытыми глазами пробуют фрукт или овощ и стараются угадать, что именно они съели.

**В о с п и т а т е л ь.** Все молодцы, отлично справились! Отправляемся дальше.

Взрослые и дети встают друг за другом и имитируют движение паровоза.

Наш паровозик прибыл на станцию «Величинная».

### Игра «Кто быстрее построится»

Родители строятся в одну шеренгу, дети — в другую. По команде участники выполняют задания:

- построиться по росту;
- чередуясь: большой — маленький — большой;
- маленький — большой — большой;
- большой — большой — маленький.

**В о с п и т а т е л ь.** Паровоз зовет нас в путь. Отправляемся дальше, на конечную станцию!

Взрослые и дети встают друг за другом и имитируют движение паровоза.

**В о с п и т а т е л ь.** Наш паровоз прибыл на станцию «Танцевальная».

**И н с т р у к т о р.** Танец мы посвящаем морякам, защитникам Отечества.

Мальчики выполняют танец на стенах, девочки — ритмическую композицию с обручами.

**В о с п и т а т е л ь.** Уважаемые дети и родители! Наша встреча подошла к концу. Мы надеемся, что путешествие в страну Сенсорики стало для вас интересным и познавательным.

Родители вручают детям подарки на память. Участники все вместе фотографируются.

### Литература

*Белая К.Ю., Сотникова В.М. Разноцветные игры.* М., 2007.

*Ехевич Н.* Развивающие игры для детей. М., 1990.

*Лупандин В.И., Сурнина О.Е.* Основы сенсорной физиологии. М., 2006.

*Пилиогина Э.Г.* Занятия по сенсорному воспитанию. М., 1983.



# Физкультурно-логопедическое занятие «Загадочный мир тундры» В подготовительной к школе группе

**Икаева Б.З.,**

инструктор по физкультуре;

**Крапивко Е.В.,**

учитель-логопед МБДОУ д/с № 25 «Серебряное копытце», г. Норильск  
Красноярского края

**Цель:** закрепление и активизация словарного запаса по теме «Животный мир тундры».

**Задачи:**

- закреплять умение образовывать притяжательные прилагательные и согласовывать их с существительными в роде, числе, падеже;
- учить употреблять антонимы и образовывать слова, обозначающие детенышей животных;
- имитировать движения лесных животных;
- развивать связную речь, фонематический слух, память, общую и мелкую моторику, воображение, внимание, ориентировку в пространстве;
- упражнять в ходьбе по ограниченной площади с сохранением равновесия, ползании по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием с помощью рук;

- развивать ловкость, координацию, прыгучесть;
- умение работать в коллективе, помогать друг другу;
- воспитывать любовь к родному краю.

**Оборудование:** предметные картинки, фотографии, пазлы с изображением животных, дорожки с их следами, гимнастическая скамейка, 2 дуги, «кочки», «бревно».

\* \* \*

**Логопед.** Здравствуйте, ребята! Сегодня я предлагаю вам отправиться на фотоохоту в наш лес. Как он называется?

**Дети.** Тундра.

**Логопед.** Верно. Мы встретим сегодня зверей, обитающих в тундре, ставшей их домом, они приспособились здесь жить. Мы не будем охотиться за животными, а будем наблюдать за ними, фотографировать и любоваться. Интересно, кого же мы можем

встретить в тундре? Отгадайте загадки.

Косолапый и большой,  
Спит в берлоге он зимой.  
Любит шишки, любит мед,  
Ну-ка, кто же назовет?

(Медведь.)

Трав копытами касаясь,  
Ходит по лесу красавец,  
Ходит смело и легко,  
Рога раскинув широко.

(Лось.)

У косого нет берлоги,  
Не нужна ему нора.  
От врагов спасают ноги,  
А от голода — кора.

(Заяц.)

День и ночь по лесу рыщет,  
День и ночь добычу ищет.  
Ходит, бродит он молчком,  
Уши серые торчком.

(Тундровый волк.)

Хитрая плутовка,  
Рыжая головка,  
Хвост пушистый — краса!  
А зовут ее ... (лиса).  
Возит нарты он весь день.  
Транспорт тундры кто?

(Олень.)

Кто на ветке шишки грыз  
И бросал обедки вниз?  
Кто по елкам ловко скакет  
И влезает на дубы?  
Кто в дупле орехи прячет,  
Сушит на зиму грибы?

(Белка.)

Молодцы, всех животных отгадали. Но перед тем как отправиться на фотоохоту, нам надо размять пальцы рук.

### Пальчиковая гимнастика «Животные Севера»

Кто на Севере живет?

Дети хлопают в ладоши.

Кто там ест и кто там пьет?

Попеременно ударяют кулаками.

Звери необычные, к холоду привычные.

Соединяют пальцы «в замок».

Вот песец из норки смотрит,

По очереди дотрагиваются большими пальцами до подушечек остальных пальцев.

Бурый мишка важно ходит,  
«Шагают» пальцами.

Горный северный олень

Скрещивают кисти, раздвигают пальцы.

Грузы возит целый день.

Растирают ладони движениями вверх-вниз.

Затем дети изображают, что прицепляются, глядя в объектив фотоаппарата, показывают руками большую фотографию. Поднимают руки вверх, сжимают и разжимают пальцы.

Вот и сфотографировали мы зверей в тундре.

И н с т р у к т о р. Ребята, а вы умеете двигаться, как эти животные?



## Имитация движений животных

• «Заяц». Прыжки на двух ногах с продвижением вперед из обруча в обруч, с сохранением положения рук перед грудью.

• «Медведь». Ходьба на внешней стороне стопы. Носки поджаты, руки согнуты в локтях, подняты на уровень плеч.

• «Лиса». Ходьба мягкая, плавная, с носка на всю ступню, имитация движений «хвостом». Руки согнуты в локтях, ладони опущены.

• «Волк». Бег широким шагом, полусогнутые руки чуть вытянуты вперед.

Л о г о п е д. Осторожно, перед нами заколдованная тропа! Здесь совсем недавно побывали таежные звери и оставили свои следы. Чтобы пройти по этой тропе, нужно узнать, чьи следы на ней изображены.

### Игра «Чьи следы?»

Дети рассматривают дорожки со следами животных и стараются отгадать, где чьи следы.

И н с т р у к т о р. Ребята, в тундре во время фотоохоты мы можем встретить разные препятствия: болота, ручьи, горы. Поэтому нам надо быть очень внимательными, ловкими, оказывать помощь друг другу.

Впереди болото, которое нужно пройти, густой лес и поваленное дерево. Готовы преодолеть лесные трудности?

Д е т и. Да!

Дети проходят полосу препятствий: ходят по «кочкам»; проползают по скамейке на животе, подтягиваясь руками; перепрыгивают через бревно правым и левым боком.

## Игра «Закончи предложение»

Л о г о п е д. Ребята, закончите предложения:

- У волчицы родились ... (*волчата*).

- У медведицы родились ... (*медвежата*).

- У оленя родился ... (*олененок*).

- У лисицы родились ... (*лисята*).

- У лосихи родились ... (*лосята*).

Все животные, особенно их детеныши, любят играть. Давайте еще поиграем.

## Игра «Скажи наоборот»

• У зайца уши длинные, а у медведя ... (*короткие*).

- Волк злой, а заяц ... (*добрый*).

- Лось высокий, а белка ... (*низкая*).

- Медведь большой, а медвежонок ... (*маленький*).

- Волк — хищное животное, а заяц — ... (*травоядное*).

И н с т р у к т о р. Давайте поиграем в игру, связанную с таежным животным — лисой.

## Подвижная игра «Хитрая лиса»

Дети встают в круг, ведущий ходит за кругом.

Все говорят слова:

Мы по тундре все идем  
И зверюшек узнаем.

Ну, скорее, раз, два, три:  
Быстро зверя назови  
и изобрази!

По окончании слов ведущий останавливается около ребенка, который должен назвать любого лесного зверя. Кто не смог назвать животное и изобразить его, выходит из игры.

### Игра «Назови животное»

Логопед. Ребята, назовите животных, названия которых начинаются с твердых звуков [б], [л].

Дети. Барсук, лось.

Логопед. Назовите животных, названия которых начинаются с мягких звуков [б'], [л'].

Дети. Белка, лиса.

Логопед. Ребята, пока мы играли, шустрая белочка вытащила наши фотографии и порвала их. Теперь придется разбираться, кто на них изображен.

### Игра «Собери животное»

Дети собирают пазлы с изображением животных.

Логопед. Вот и закончилась наша фотоохота. Что вам запомнилась больше всего в нашем путешествии? В какие игры вы играли?

Дети делятся впечатлениями.

На память мы дарим вам фотографии животных тундры.

Инструктор. А придя в группу, вы можете нарисовать животных Севера.

### Литература

Аксенова З.Ф. Войди в природу другом. Экологическое воспитание дошкольников. М., 2012.

Алябьева Е.А. Детям о самом важном. Природа. Беседы и сказки для детей. М., 2015.

Волобуев А.Т. 500 загадок и стихов о животных для детей. М., 2017.

Шорыгина Т.А. Беседы о том, кто где живет. Метод. рекомендации. М., 2016.

Шорыгина Т.А. Беседы о русском севере. Метод. рекомендации. М., 2017.

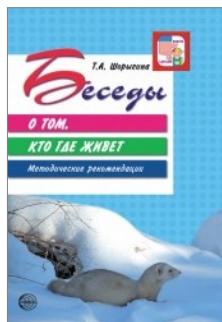
### Издательство «ТЦ Сфера» представляет

#### БЕСЕДЫ О ТОМ, КТО ГДЕ ЖИВЕТ

#### Методические рекомендации

Автор — Шорыгина Т.А.

В пособии представлены конспекты занятий-бесед, посвященных различным жилищам. В доступной и интересной форме описываются жилища насекомых, птиц, животных и людей. Авторские сказки, загадки и стихотворения, подкрепленные научными фактами, помогают расширить познавательную сферу, память, воображение и речь дошкольников и младших школьников.



Интернет-магазин: [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)



# Интегрированное развлечение «Большое космическое путешествие» В старшей группе

**Данилова Т.Ю.,**  
воспитатель;  
**Варламова Н.В.,**  
инструктор по физкультуре МДОУ ЦРР — д/с № 6 «Синяя птица»,  
г. Малоярославец Калужской обл.

Космос интересен детям. В нашем детском саду ежегодно проводятся мероприятия, посвященные космосу и Дню космонавтики. Для нас, педагогов, это важная тема, ведь калужская земля именуется в России «колыбелью космонавтики» и связана с великими именами ученых К.Э. Циолковского, А.Л. Чижевского. В нашем детском саду есть свой мини-музей космоса. Кто знает, может быть, среди наших воспитанников растут будущие герои России — космонавты?

*Цель:*

- развитие представлений о космосе, его структуре, космических исследованиях, жизни и работе космонавтов;
- формирование навыков здорового образа жизни.

*Задачи*

*Образовательная:* формировать представление о космосе,

космических исследованиях, профессии космонавта.

*Развивающие:*

- развивать познавательную, мыслительную и речевую деятельность, зрительно-пространственное восприятие и зрительно-моторную координацию, творческое воображение, общую и мелкую моторику;
- физические качества, быстроту реакции, сообразительность.

*Воспитательные:*

- воспитывать активность, инициативу, навыки сотрудничества;
- учить побеждать и проигрывать;
- создавать положительный эмоциональный фон, атмосферу доброжелательности.

*Оборудование:* мультимедиа (ноутбук, проектор, экран,

презентация «Звездное небо»); подборка музыки на тему «Космос»; модель ракеты, ватман, тонированный в цвета космоса, рисунки космических аппаратов и космических тел; дидактическая игра «Собери планету»; по 2 футбола, крутящихся стула, скафандра; спортивные модули для составления двух ракет, шнур с закрепленной в середине моделью луны и палочками на концах; тюбики из-под кремов и зубной пасты, оформленные как «продукты питания для космонавтов»; «космическое» угождение для детей.

*Предварительная работа:* беседы «В гости к Солнышку», «Моя Земля — моя планета»; отгадывание загадок, наблюдение за вечерним небом, звездами, ознакомление с космическими объектами, показ видеоматериалов о космосе.

\* \* \*

Дети входят в зал, где их встречает Звездочет (инструктор по физкультуре).

Звездочет. Здравствуйте, ребята! Я звездочет, а по современному — астроном. Я изучаю космос. Космос — это бескрайнее пространство с миллиардами звезд, планет, комет и астероидов... Давайте поприветствуем друг друга космическим приветом.

Дети представляют свои команды, проходят и садятся на стулья.

Сегодня мы поговорим о космосе, звездах и Солнечной системе. Наблюдали ли вы за вечерним небом? Что вы увидели?

Дети. Наблюдали. Мы увидели звезды.

### Звездочет

Что такое звезды?  
Если спросят вас —  
Отвечайте смело:  
Раскаленный газ.  
И еще добавьте,  
Что притом всегда  
Ядерный реактор —  
Каждая звезда!

*Р. Алдонина*

А сколько их, вы смогли бы сосчитать?

Дети. Звезд очень много, сосчитать их невозможно.

Звездочет. Да, их много.

Звездочет демонстрирует детям презентацию «Звездное небо».

Сосчитать звезды невозможно, их бесчисленное множество. Глядя в звездное небо, люди всегда мечтали полететь в космос и узнать: а что там? Нет ли далеко в звездной вышине планет, таких как наша. Может, на них обитают удивительные создания?

И вот наступило время, когда стал возможен полет в космос. 12 апреля 1961 года впервые в космос полетел человек. Кто это был, ребята?



**Дети.** Юрий Алексеевич Гагарин.

**Звездочет.** Верно, это был Юрий Гагарин — очень смелый человек. Он поднялся высоко над землей на космическом корабле «Восток». С тех пор 12 апреля отмечают День космонавтики.

Сегодня нас ждет большое космическое путешествие. Вы станете юными космонавтами и узнаете, какая это сложная и удивительная профессия. Команды, приготовились, отправляемся на космическую экскурсию в гости к космонавтам!

Все готово для полета?  
Пристегнулись все? Пилот!  
Мало времени для взлета,  
Начинаем мы отсчет:  
5, 4, 3, 2, 1!  
Мы стартуем и летим!

Звездочет демонстрирует детям видеоролик «Космос дошкольникам».

Мы побывали на космической орбите, посмотрели, как живут космонавты, насколько удивителен космос. Космонавт много тренируется и многое знает. А скажите, вы уже многое знаете о космосе?

**Дети.** Да!

**Звездочет.** Как называется звезда, которая нам дает тепло и свет?

**Дети.** Солнце.

**Звездочет.** Правильно! Благодаря Солнцу возможна

жизнь на планете Земля. Но Солнце дает тепло и свет не только Земле, а всем планетам Солнечной системы. А сейчас мы совершим космическую разминку и вспомним планеты Солнечной системы.

По порядку все планеты  
Назовет любой из нас:  
Раз — Меркурий,  
Два — Венера,  
Три — Земля,  
Четыре — Марс.  
Пять — Юпитер,  
Шесть — Сатурн,  
Семь — Уран,  
За ним — Нептун.

*A. Хайт*

Дети выполняют разминку по показу.

Молодцы! Вспомнили все планеты. А теперь поиграем!

### Дидактическая игра «Парад планет»

Участникам необходимо расположить макеты планет Солнечной системы по порядку.

**Звездочет.** Вы отлично справились с заданием. А вот сумеете ли отгадать космические загадки?

Звездочет задает детям загадки, написанные Н. Шемякиной.

Океан бездонный,  
Океан бескрайний,  
Безвоздушный, темный  
И необычайный,

В нем живут Вселенные,  
Звезды и кометы,  
Есть и обитаемые,  
Может быть, планеты.

(Космос.)

Самый первый в космосе,  
Летел с огромной скоростью  
Отважный русский парень —  
Наш космонавт ... (Гагарин).

Посчитать совсем не просто  
Ночью в темном небе звезды.  
Знает все наперечет  
Звезды в небе ... (звездочет).

Освещает ночью путь,  
Звездам не дает заснуть,  
Пусть все спят, ей не до сна,  
В небе не заснет ... (Луна).

Галактика молочная,  
В которой мы живем,  
Рассыпалась космическим  
Сверкающим дождем.  
Мы облететь сумеем  
Ее когда-нибудь,  
Зовем свою галактику  
Мы просто — ... (Млечный  
путь).

На корабле воздушном,  
Космическом, послушном,  
Мы, обгоняя ветер,  
Несемся на ... (ракете).

З в е з д о ч е т. Молодцы!  
А сейчас покажите нам, какие вы  
сильные, ловкие и смелые, наши  
юные космонавты!

### Игра на внимание «Четыре стихии»

По команде «Земля» дети опускают руки вниз, по команде «Вода» — вытягивают их вперед, по команде «Воздух» — поднимают вверх, по команде «Огонь» — врашают руками в лучезапястных и локтевых суставах.

1 - й ребенок

Летит в космической дали  
Стальной корабль вокруг  
Земли.

И хоть малы его окошки,  
Все видно в них,

как на ладошке.

B. Орлов

З в е з д о ч е т. Пора начинать наши соревнования!

### Эстафета «Мы построим звездолет»

Участвуют по 5 человек от каждой команды. Их задача — построить из мягких модулей зездолет. Побеждает команда, быстрее справившаяся с заданием.

2 - й ребенок

Звездолет — стальная птица,  
Он быстрее света мчится.  
Познает на практике  
Звездные галактики.

O. Емельянова

### Эстафета «Центрифуга»

Участники команд по очереди садятся на крутящийся стул, делают оборот вокруг, встают, добе-



гают до ориентира, возвращаются к команде и передают эстафету следующему.

### 3 - й ребенок

Мы сквозь самый дальний  
космос

Дальше полетим!

Дальше полетим!

Мы, пока еще не поздно,  
Все увидеть в космосе хотим!

*O. Емельянова*

### Эстафета

#### «Тренируйся, космонавт!»

Каждый участник надевает скафандр, идет в нем до ориентира, возвращается к команде и передает скафандр следующему участнику.

### 4 - й ребенок

И вновь в неведомые дали

Корабль космический

взлетит...

Пусть сбудется, о чём

во сне мечтали,

Летите, дети, в небо,

путь открыт!

*T. Ларина*

Звездочет. Молодцы! Какие вы ловкие и быстрые! А сейчас мы проверим, что же вы знаете про космос? И если вы правильно ответите на вопрос, вы увидите свой ответ на экране.

### Интеллектуальная викторина «Космические исследователи»

- Что находится в космическом пространстве? (*Звезды*,

планеты, астероиды, метеориты.)

- Почему Земля самая необычная планета? (*На ней есть жизнь.*)

- Как звали первых четвероногих космонавтов? (*Белка и Стрелка.*)

- Назовите имя и фамилию первого космонавта. (*Юрий Гагарин.*)

- С помощью какого аппарата ученые исследовали поверхность Луны? (*С помощью лунохода.*)

- Откуда стартуют космические корабли? (*С космодрома.*)

- Что надевают космонавты, выходя в открытый космос? (*Скафандр.*)

Звездочет. И снова вы показали, что уже немало знаете о космосе! Молодцы!

А теперь мы побываем в Центре подготовки космонавтов, где будем воспитывать в себе силу, ловкость смелость. Ведь именно этими качествами должны обладать космонавты!

### Эстафета «Полет на Луну»

Выходят капитаны команд. У каждого в руках конец веревки. Необходимо быстрее намотать ее на палку, чтобы добраться до Луны.

### 5 - й ребенок

Мы летим к другим  
планетам! —

Объявляем всем об этом.

Весь игрушечный народ

С нами просится в полет!

## 6 - й ребенок

Даже плюшевый медведь  
Хочет к звездам полететь  
И с Большой Медведицей  
В синем небе встретиться.

*Г. Бойко*

## Эстафета «Невесомость»

Участники прыгают на фитболах до ориентира и обратно. Затем передают фитболы следующим игрокам.

## 7 - й ребенок

Звезды высипали вдруг,  
В круг зовут своих подруг.  
Раз, два, три, четыре, пять —  
Нужно Солнце нам искать.

## 8 - й ребенок

Солнце, Солнце, наш дружок,  
Выходи играть в кружок!  
А не выйдешь, мы пойдем,  
Все равно тебя найдем!

**Звездочет.** Юные космонавты! Наше космическое путешествие подходит к концу, и сейчас мы его отобразим в коллективной композиции.

Дети создают коллективную композицию «Большое космическое путешествие».

Черный бархат неба  
Звездами расшит.  
Светлая дорожка  
По небу бежит.  
От края и до края  
Стелется легко,  
Как будто кто-то пролил

По небу молоко.

Так видим мы Галактики  
Родной далекий свет —  
Простор для космонавтики  
На много тысяч лет.

*P. Алдонина*

Вот и закончилось наше большое космическое путешествие. Где мы побывали сегодня?

Дети отвечают.

Вам понравилось? Было интересно?

Дети делятся впечатлениями.

Космонавты прислали вам космическое угождение, ведь они очень рады, что у них растет такая смена — сильные, крепкие, здоровые юные космонавты!

Звездочет раздает детям угождение и прощается.

## Литература

*Анферова В.И.* Физкультурные сюжетные занятия с детьми 3—4 лет. М., 2012.

*Бодраченко И.В.* Игровые досуги для детей 2—5 лет. М., 2012.

*Зацепина М.Б., Быстрокова Л.В., Липецкая Л.Б.* Интегрированные развлечения в детском саду. М., 2013.

*Паникова Е.А., Инкина В.В.* Беседы о космосе. Метод. пособие. М., 2017.

*Сажина С.Д.* Технология интегрированного занятия в ДОУ. Метод. пособие. М., 2009.

*Шорыгина Т.А.* Детям о космосе и Юрии Гагарине — первом космонавте Земли. Беседы, досуги, рассказы. М., 2016.



# Физкультурное занятие по сказке «Красная Шапочка» В старшей группе

**Кузнецова С.В.,**

инструктор по физкультуре МДОУ ЦРР — д/с «Ладушки»,  
г. Подольск Московской обл.

*Задачи:*

- упражнять детей в ходьбе с перешагиванием через предметы, беге с изменением темпа движения;
- учить сохранять равновесие при ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейки;
- продолжать учить ползать на четвереньках с переползанием через мягкие модули;
- развивать быстроту, ловкость, воспитывать дружелюбие.

*Оборудование:* 5 шнурков, 6 кубиков (высотой 20 см), скамейка гимнастическая, мягкие модули, «камешки» (кольца от пирамиды, нашитые на коврик), искусственные елки.

\* \* \*

Дети входят в зал.

И н с т р у к т о р. Здравствуйте, ребята! Приглашаю вас отправиться в сказку. Отгадайте в какую?

Инструктор показывает иллюстрацию из сказки «Красная Шапочка», дети отгадывают.

Жила-была Красная Шапочка. Однажды пошла она к своей бабушке через лес. Пойдем в лес вместе с ней по тропинке, между елками, по камешкам, перешагивая через веточки.

Дети выполняют обычную ходьбу, идут по «камешкам», перешагивая через шнурки, расположенные на одинаковом расстоянии друг от друга.

Красная Шапочка торопится! Побежала она сначала медленно, затем быстрее.

Бегают с изменением темпа движения, ходят.

Увидела она бельчат и пошла тихо, чтобы не спугнуть их.

Идут на носках, выполняют обычную ходьбу.

**ОРУ**

Инструктор. Пришла Красная Шапочка на полянку, огляделась по сторонам.

И.п.: о.с., руки на поясе. Повернуть голову вправо-влево. Повторить 3 раза.

Увидела орехи и потянулась за ними.

И.п.: о.с., руки внизу. 1 — поднять руки через стороны вверх, сделать вдох; 2 — и.п., выдох. Повторить 8 раз.

Увидела Красная Шапочка цветы и стала их собирать.

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч. 1 — наклон вперед; 2 — и.п. Повторить 6 раз.

Среди цветов и грибы растут. Встала она на колени и собрала грибы.

И.п.: стоя на коленях, руки на поясе. 1 — сесть на пятки; 2 — повернуться вправо, коснуться руками носков ног; 3 — то же влево; 4 — и.п. Повторить по 3 раза в каждую сторону.

Развязались шнурки, нужно их завязать.

И.п.: ноги на ширине ступни, руки на поясе. 1—3 — присесть, сымитировать завязывание шнурков; 4 — и.п. Повторить 4 раза.

Устала, решила отдохнуть. Услышала треск веток и испугалась.

И.п.: сидя, ноги вместе, руки в упоре сзади. 1 — согнуть ноги в коленях; 2 — подтянуть их к себе; 3 — голову наклонить к коленям; 4 — и.п. Повторить 6 раз.

Увидела зайчиков, решила прыгать с ними.

И.п.: ноги вместе, руки на поясе. Выполнять прыжки на месте в чередовании с ходьбой.

Пошла Красная Шапочка дальше. На дороге лежали поваленные деревья, через которые пришлось переползать.

Ползание на четвереньках с переползанием через мягкие модули.

Пошла она дальше, через речку, по мостику.

Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки.

Перепрыгнула через кочки.

Прыжки через кубики с продвижением вперед.

Увидела Красная Шапочка волка и предложила ему поиграть.

Проводятся подвижная игра, затем упражнение на восстановление дыхания.

Инструктор благодарит детей и желает им здоровья.



# Занятие по физкультуре «Как дети помогали коту Леопольду» С детьми младшего дошкольного возраста

**Нагаева Н.Ф.,**  
инструктор по физкультуре МАДОУ д/с № 13,  
г. Снежинск Челябинской обл.

## Задачи:

- упражнять в выполнении определенных двигательных действий с опорой на зрительные ориентиры;
- упражнять в метании в горизонтальную цель;
- закреплять ОВД: подлезание и перелезание через препятствия, влезание на гимнастическую стенку с переходом с пролета на пролет, ходьбу по гимнастической скамейке с сохранением равновесия, ползание «змейкой» с опорой на ступни и ладони;
- совершенствовать умение выполнять действия в соответствии с текстом;
- развивать физические качества: ловкость, выносливость;
- воспитывать доброжелательное отношение к окружающим, желание помочь товарищу;
- вызывать у детей эмоциональный отклик;
- создавать положительный эмоциональный фон на занятии.

*Оборудование:* мягкие модули, обруч с цветными лентами; гимнастические скамейка и стенка; туннель, по 2 гантеля на каждого ребенка, сухой бассейн, «горка», маты, воздушные шары, накаченные гелием, обруч, «рыбки» и «удочки» по количеству детей, коробки для заданий.

\* \* \*

Под спокойную музыку дети входят в зал вслед за воспитателем.

Держась за ленточки на обруче, «кружатся на карусельке».

**В е д у щ и й.** Ребята, какое сейчас время года?

**Д е т и.** Весна!

**В е д у щ и й.** Правильно! Ярко светит солнышко и дарит нам тепло своими лучиками. А весной солнышко какое?

**Д е т и.** Яркое, веселое, задорное, теплое, лучистое.

**В е д у щ и й.** Посмотрите, какое у нас солнышко получилось с разноцветными лучиками. (*Указывает на обруч с лентами.*)



Затем ведущий спрашивает детей по очереди, какого цвета «лучик» у них в руках. Дети отвечают.

К нам сегодня пришли гости, надо с ними поздороваться.

Здравствуй, солнце золотое!

Дети скрещивают ладони.

Здравствуй, небо голубое!

Показывают на «небо».

Здравствуй, вольный ветерок!

Имитируют «ветерок».

Здравствуй, маленький дубок!

Поднимают руки, качают ими из стороны в сторону.

Здравствуй, утро!

Отводят правую руку в сторону.

Здравствуй, день!

То же левой рукой.

Нам здороваться не лень!

Скрещивают руки на груди, затем разводят их в стороны.

Бегает кот Леопольд.

Леопольд. Здравствуйте, гости! Здравствуйте, дети!

Дети. Здравствуйте!

Ведущий. Дети, вы узнали, кто это?

Дети. Да! Это кот Леопольд!

Ведущий. Леопольд, что случилось? Куда ты так бежишь?

Леопольд

Мыши опять надо мной  
пошутили —  
Шляпу оставил, они утащили.





Как отыскать? Подскажите, ребята!

Мне надоели эти мышата!

Ведущий. Ребята, поможем Леопольду?

Дети. Да!

Ведущий. Конечно, поможем! Вы же у меня добрые, дружные детки!

Леопольд. А сил-то у вас хватит?

Ведущий. А мы сейчас тебе покажем!

Дети берут по две гантели, выстраиваются в круг.

### ОРУ с гантелями (под музыку)

1. И.п.: стоя, руки с гантелями опущены. 1 — поднять руки в

стороны, вдох; 2 — опустить руки, выдох, произнести «Ух!».

2. И.п.: стоя, руки на поясе. 1 — наклон вперед, руки в стороны, взгляд вперед; 2 — и.п.

3. И.п.: стоя, ноги вместе, руки на поясе. 1 — присесть, руки вытянуть вперед; 2 — и.п.

4. И.п.: сидя на полу, ноги вместе, руки к плечам. 1 — наклон вперед, потянуться к носкам; 2 — и.п.

5. И.п.: стоя, ноги вместе, руки на поясе. 1—8 — прыжки на месте с поворотом вокруг себя.

6. Упражнение на восстановление дыхания по выбору инструктора.

Леопольд (*указывает на короб*)



Смотрите! Там короб,  
Вот-вот упадет!  
Кто меткий, ребята?  
Кто короб сбьет?

Проводится метание в цель.  
Дети сбивают короб, внутри находят карту-схему выполнения задания.

Здесь заданье, посмотрите,  
Так куда же нам идти?  
Как нам, детки, поскорее  
Шляпу для меня найти?

Дети изучают карту-схему.

Ребята, препятствия здесь на пути,

Их непременно нужно пройти.

Дети перелезают через «поваленные деревья», ходят по гимнастической скамейке, держа руки в стороны, пролзают в туннель.

Леопольд. Молодцы, ребята! Какие вы смелые, ловкие, внимательные!

Ведущий. Леопольд, посмотри, здесь еще одна коробка! Надо узнать, что в ней.

Дети открывают коробку, оттуда вылетает воздушный шар, к которому прикреплена карта-схема выполнения следующего задания.



Шляпу Леопольда, возможно,  
найдете,  
Если овраг вы обойдете!

Л е о п о л ь д. Ой, какое трудное задание! Ребята, пожалуйста, не бросайте меня, повторяйте за мной!

Дети по показу Леопольда влезают на гимнастическую стенку, переходя с пролета на пролет произвольным способом.

Шарик встретился нам на пути,  
Поможет ли он шляпу найти?

К гимнастической стенке привязан воздушный шар со следующим заданием.

Дальше смело вы шагайте,  
Сороконожку изображайте.

Дети выполняют упражнение на координацию слова и движения «Сороконожка», затем ползают «змейкой» с опорой на ладони и стопы.

В е д у щ и й. А вот еще одна коробочка. Посмотрим, что внутри.

Дети заглядывают в коробку, находят карту-схему игры «Ловишки с хвостиками».

Проводится подвижная игра «Ловишки с хвостиками».



### Леопольд

В игру мы поиграли,  
Заданье отыскали.

Из большой коробки вылетают  
воздушные шары, к одному из них  
привязано задание.

С горочки крутой спуститесь,  
В травке кубики найдите.  
Шляпу быстро соберите.

Дети скатываются с «горки» в су-  
хой бассейн, достают кубики, соби-  
рают изображение шляпы. Ведущий  
достает настоящую шляпу.

Вам спасибо, детвора,  
На рыбалку нам пора!

В центре зала расположен об-  
руч — «озеро», в нем раскладывают-  
ся «рыбки». Дети с помощью «удо-  
чек» их вылавливают.

Выйдем за ворота,  
Поглядим далеко,  
Озеро глубоко.  
Удочку закинем,  
Много рыбы вынем.

А я попробую сети закинуть и  
сразу много рыбы поймать!

Леопольд закидывает сеть, доста-  
ет сюрприз для детей.

Дети прощаются с Леопольдом и  
выходят из зала.

## ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ О МЫШЦАХ\*

- Выносливость — способность мышцы сохранять работоспособность на протяжении времени. Самая выносливая мышца человеческого организма — сердце. По подсчетам врачей, «запас прочности» среднестатистического сердца не меньше 100 лет. Мышцы начинают уставать, когда в них заканчивается гликоген, также усталость объясняется большим количеством в мышцах кальция. Раньше же считалось, что главная виновница усталости — молочная кислота.
- Простой человек не в силах установить контроль за всеми мышцами организма, поэтому несознательные мышечные сокращения могут служить для знающих людей индикатором скрытых мыслей или задуманных действий. Психологи высокого уровня и «телепаты» могут пользоваться знаниями об этих процессах. В. Мессинг, один из самых известных «телепатов», объяснял свои феноменальные способности не магией, а доскональным знанием работы мышц человека. Он говорил: «Это не чтение мыслей, а, если так можно выразиться, «чтение мускулов» <...> Когда человек напряженно думает о чем-либо, клетки головного мозга передают импульсы всем мышцам организма».
- Только у одного из шести человек на Земле сохранились на обеих руках длинные ладонные мышцы. У некоторых они есть только на одной из рук. Эти мышечные волокна отвечают у животных за выпуск когтей. Человеку эта функция не нужна. Длинные ладонные мышцы —rudимент, используемый хирургами в случае необходимости в качестве материала при трансплантации мышц.
- Как ни странно, один из самых полезных продуктов для сердца и мышц в целом — горький шоколад. Исследования, проведенные в Университете Уэйна в Детройте, выявили влияние содержащегося в горьком шоколаде вещества эпикатехина на рост митохондрий в мышечных клетках. Ученые Аквильского университета также проводили исследование, в ходе которого давали испытуемым по 100 г шоколада в течение 15 дней и замеряли их кровяное давление. В ходе эксперимента у людей нормализовалось давление, улучшилось кровообращение. Соответственно умеренное потребление горького шоколада можно рассматривать как профилактику болезней сердца и атеросклероза.

Источник: [www.doseng.org](http://www.doseng.org)

\* Окончание. Начало на с. 67.



# Интерактивная игра «Юные следопыты» Поход по экологической тропе

**Левагина И.М.,**

инструктор по физкультуре СП № 463 ГБОУ  
«Школа № 324 «Жар-птица»», Москва

Одним из методов развития экологически грамотного поведения в природных условиях может быть интерактивная игра, по ходу которой детям предоставляется возможность участвовать в процессах наблюдения, обсуждения, познания, действия.

Многие методические инновации связаны сегодня с применением интерактивных форм работы с детьми. Их преимущество состоит в том, что все дошкольники оказываются вовлеченными в процесс познания, имеют возможность наблюдать, обсуждать, обмениваться своим опытом и знаниями, ориентироваться на местности, действовать.

Лучше всего дошкольнику запоминается то, что он выполнил сам. Взрослый лишь побуждает к творческой активности ребенка, ставя перед ним задачу.

Особое внимание при проведении интерактивной игры мы уделяем организации деятельности детей.

Перед нами стоят цели: всестороннее воспитание и гармоничное развитие детей в игре, развитие их логического мышления и активности. Мы стараемся подвести детей к пониманию экологически грамотного и безопасного поведения в окружающей среде.

Многие специалисты по экологическому воспитанию отмечают, что проблема формирования экологической культуры у детей решается не столько за счет передачи знаний, сколько за счет духовно-нравственного развития личности.

Физическое воспитание — составная часть общего воспитания. Его цель состоит не только в оздоровлении учащихся, передаче им определенных знаний, вы-

ЭТО ИНТЕРЕСНО

работке двигательных умений, навыков и развитии физических качеств, но и, прежде всего, гармонизации физического и духовного развития в соответствии с гуманистическим идеалом физически современной личности.

В трудах прошлого и настоящего подчеркивается роль игры в жизни детей как формы деятельности, создающей условия для всесторонней подготовки и гармоничного развития личности.

Игры с экологической направленностью — сравнительно новый метод в педагогике, возникший с появлением проблем организации экологического воспитания и решения задач, связанных с формированием у дошкольников экологической культуры. Через игровую форму дети успешно усваивают экологические знания, перевоплощаясь в различные образы живой и неживой природы, моделируют экологически целесообразные действия и поступки, которые формируют у них экологические чувства, отношение к себе и ко всему, что их окружает.

Двигательная деятельность и связанная с ней педагогическая задача (развитие определенных физических качеств) являются в подвижной игре ведущими. Поэтому применяемые в практике физической культуры подвижные игры уже сами по себе выступают как средства экологического воспитания, поскольку

развивают те качества и стороны личности дошкольника, которые органически входят в экологическую культуру личности.

С целью формирования у детей интереса к жизни животных и растений, особенностям их приспособления к месту обитания, воспитания умения правильно вести себя в лесу, на лугу и бережно относиться к природе мы проводим игры-путешествия «Летний поход», «В гости к осени» и др. Дошкольники посещают новые места, знакомятся с природными явлениями.

Одной из форм работы по экологическому воспитанию стала разработанная нами интерактивная игра «Юные следопыты» (путь по экологической тропе).

#### Цели:

- сообщение новых знаний, закрепление и обогащение имеющихся;
- руководство чувственно-эмоциональными, интеллектуальными реакциями детей на окружающую среду;
- воспитание привычки заботиться о природе и ее обитателях, при необходимости оказывать действенную помощь.

#### Задачи:

- учить видеть взаимосвязь явлений природы, делать соответствующие выводы;
- воспитывать эстетические чувства;
- укреплять дружеские отношения между детьми.



## Сценарий интерактивной игры «Юные следопыты»

*Порядок организации игры.* Составляется маршрут. Заранее подбираются необходимое оборудование, материалы, пособия, атрибуты. Игра проводится на территории детского сада с использованием всех игровых и спортивных площадок. Участвуют дети старшего дошкольного возраста. В начале игры дошкольники получают от взрослого план экологической тропы, инструкцию с правилами.

### Маршрут и содержание игры

Ведущий. Уважаемые ребята! Сегодня мы отправляемся в интересное и познавательное путешествие по экологической тропе. В пути вам пригодятся знания и смекалка, дружба и находчивость, быстрота и аккуратность. Как и в любом походе, вы должны помогать друг другу. Суть игры — совершая путешествие по станциям, наблюдать, рассуждать, действовать, выполнять задания. Во время следования по экологической тропе мы будем изучать экологию. Приглашаю вас войти в лес!

### Игра «Полоса препятствий»

*Оборудование:* спортивное оборудование «АСКО», конусы, гимнастические палки, веревка длиной 30 м.

\* \* \*

Дети, проходя полосу препятствий, ищут карточки с изображением птиц. После прохождения полосы дети называют птиц, рассуждают, чем они питаются в лесу, какую помочь ему оказываются, как человек может помочь птицам.

### Станция «Лес»

Дети останавливаются и рассматривают информационный стенд «Лес».

Ведущий задает вопросы:

- Какой у леса главный враг? (*Пожар.*)
- Почему опасен пожар в лесу?
- Кто чаще всего виноват в возникновении пожаров в лесу?
- Как можно помочь дереву, если на стволе рана? (*Замазать рану глиной.*)
- Почему в лесу нельзя рвать цветы?
- Почему зимой нужно делать кормушки для птиц и подкармливать их?
- Почему в лесу нельзя уничтожать даже ядовитые грибы? (*Они являются кормом и лекарством для многих животных.*)
- Какие вы знаете правила экологического поведения в лесу?
- Каковы правила безопасного поведения в лесу?

### Экологическая игра «Пожар»

*Цели:*

- развитие скорости двигательной реакции, ориентировки в пространстве;

— ознакомление детей с правилами обращения с огнем в лесу.

\* \* \*

Ведущий начинает игру с вопроса: «Дети, а вы знаете, как надо обращаться с огнем в лесу?» Затем, прослушав ответы детей, делает обобщение: «Костер следует разжигать на старых кострищах или на открытом месте, свободном от растительности и сухости в радиусе 2—4 м. Перед уходом огонь нужно полностью засыпать песком или залить водой. Помните, на месте кострища несколько лет ничего не будет расти, а оставленный без присмотра огонь может стать причиной пожара, особенно страшного в лесу. Он безжалостно уничтожает все живое на своем пути, оставляя после себя черную пустоту».

Выбирается водящий, который становится в центре круга, образованного игроками. Водяющий выбирает любого игрока и, начиная с него, по очереди каждому игроку задает вопрос и получает ответ:

- Кто был в лесу?
- Туристы.
- Что они делали?
- Костер разводили.
- А как огонь тушили?
- Никак не тушили.
- А что-нибудь случилось?
- Пожар.

Игрок, давший последний ответ, выполняет роль «огня»: дого-

няет остальных игроков, которые разбегаются в разные стороны. Игрок, до которого дотронется «огонь», «загорается» и сам начинает догонять оставшихся игроков. Игра продолжается до тех пор, пока не останется один неосаленный игрок, который становится водящим, игра начинается заново.

Дети переходят на следующую станцию.

### Станция «Болото»

Дети останавливаются и рассматривают информационный стенд «Болото».

Ведущий задает вопросы:

- Какова роль болот в природе?
- Назовите причины заболачивания.
- Какие растения можно встретить на болотах?
- Какие животные обитают на болотах?
- Почему нельзя ловить стрекоз? (*Они уничтожают много вредных насекомых.*)
- Каковы правила экологического поведения на болоте?
- Каковы правила безопасного поведения на болоте?

### Экологическая игра «Не намочи крылья»

*Цели:*

- развитие точности движения рук, скорости двигательной реакции, внимания;
- активизация неуверенных детей, развитие уверенности.



\* \* \*

Ведущий активизирует внимание детей: «Дети, вы когда-нибудь видели, чтобы насекомые летали под дождем?» Вместе с детьми выясняет причину отсутствия активности насекомых во время выпадения осадков: «Насекомые не летают во время дождя, чтобы не намочить крылья. Мокрые, они становятся тяжелыми и скручиваются. Поэтому стрекозы, пчелы в дождь прячутся в свои домики».

Выбирается водящий. Остальные игроки — «стрекозы» — встают в обруч — «домик». Водящий с мячом становится в стороне от игроков и, сказав «Солнышко светит», подбрасывает мяч вверх. В это время «стрекозы» должны «вылетать» и меняться домиками, «перелетая» из обруча в обруч. Поймав мяч со словами «Дождик начинается», водящий бросает его в «стрекозу», которая не успела «залететь» в свой «домик». Если «дождик» (мяч) попадает в «стрекозу», она приседает и больше не участвует в игре. Игра продолжается, пока не останется одна «стрекоза».

### Станция «Луг»

Дети останавливаются и рассматривают информационный стенд «Луг».

Ведущий задает вопросы:

- Каких насекомых вы знаете? Какие из них живут на лугу?
- Какую пользу они приносят природе?
- Можно ли ловить насекомых?
- Какие растения растут на лугу? Можно ли их рвать?
- Какую пользу приносит луговое сообщество человеку, животному?
- Какие растения называют «зеленой аптекой»? (*Лекарственные растения*.)
- Каковы правила экологического поведения на лугу?

### Экологическая игра «Бабочки»

*Цели:*

- развитие наблюдательности, ориентировки в пространстве, самостоятельности, произвольности;
- формирование восприятия красоты природы (на примере бабочек), понимания роли бабочек в природе.

\* \* \*

Ведущий сообщает: «Бабочки украшают поля и луга. Эти изящные и грациозные насекомые часто привлекают наше внимание красотой своих крыльев. Их размер и окраска разнообразны. Но у всех бабочек крыльшки очень нежные и хрупкие. Дотронувшись до них

руками, мы стираем окраску и можем повредить хитин (скелет крыла), после чего бабочки уже не способны летать, не могут добывать себе пищу и погибают. Бабочки не только красивы, но и полезны: питаясь пыльцой растений, они опыляют их. Кроме того, многие бабочки уже очень редко встречаются и занесены в Красную книгу. Запомните, если вы встретили красивую бабочку, постойте, не спешите ловить ее и брать в руки, это не принесет вам радости. Лучше полюбуйтесь ее естественным полетом и натуральной живой красотой».

Для проведения игры выбирают водящего, остальные участники — «бабочки». У каждой, кроме одной, свой круг — «цветок». По команде водящего «Бабочки летают!» каждый игрок изображает летающую бабочку. По команде «Бабочки цветки опыляют и от опасности улетают!» «бабочки» занимают «цветки». Как только остается одна «бабочка», водящий в роли «опасности» начинает погоню за ней. Убегая, она может передавать эстафету другой «бабочке»: забежав в ее «домик», она меняется с ней ролями. Если водящий рукой настигает «бабочку», она «погибает» и меняется ролями с водящим. Новый водящий начинает игру со слов: «Бабочки летают!»

## Приложение

### Примерный перечень игр экологической направленности

#### «Правильно — неправильно»

*Цели:*

- развитие скорости двигательной реакции, внимания, наблюдательности, сосредоточенности на выполнении задания;
- расширение знаний о разнообразии видов животных и растений.

*Оборудование:* картинки с изображением животных и растений.

\* \* \*

Участники образуют круг, в центре которого становится ведущий. Он показывает карточки с изображением животных, растений и называет их. Все участники внимательно следят. Когда картинка названа правильно, дети хлопают в ладоши. Если названное не соответствует картинке — подпрыгивают на месте. Тот, кто ошибся или не сразу выполнил действие, выбывает из игры.

#### «Кукушка»

*Цели:*

- развитие произвольности, наблюдательности, инициативы;
- расширение круга знаний об образе жизни птиц;



— ознакомление детей с необычным способом выкармливания птенцов кукушки.

*Оборудование:* мяч для настольного тенниса.

\* \* \*

Ведущий загадывает детям загадку:

Гнезда не строит никогда,  
Соседкам яйца оставляет  
И о птенцах не вспоминает.

(Кукушка.)

Затем рассказывает детям об образе жизни кукушки: «Кукушка — очень интересная птица. Она не вьет гнезда и не растит своих птенцов. Поэтому откладывает яйца в гнезда других птиц, которые затем и выкармливают кукушонка, принимая его за своего птенца. Кукушки очень прожорливы и полезны тем, что поедают многих вредных насекомых».

Игроки располагаются в центре большого круга или одной из половин зала. Выбирается водящий — «кукушка». У него в руках мяч. Остальные участники — «птицы» — становятся вокруг «кукушки», вытягивают руки вперед, округляя ладони — «гнезда». «Кукушка» идет по кругу и каждому как будто кладет яйцо в «гнездо». При этом говорит:

Бот по кругу я лечу,  
Всем яйцо в гнездо кладу.  
Гнезда крепче закрывайте  
Да смотрите не зевайте!

В ладонях одного из игроков «кукушка» незаметно оставляет «яйцо», быстро выходит из круга и говорит: «Ку-ку, ку-ку!» Та «птица», у которой осталось яйцо, должна успеть выбежать из круга, а остальные — ее поймать. Пойманная «птица» становится «кукушкой». Если же она успевает выбежать из круга, «кукушка» не меняется, и игра продолжается с теми же ролями.

### «Ласточка»

*Цели:*

- развитие внимания, сосредоточенности, инициативы и самостоятельности;
- формирование интереса к жизни птиц.

\* \* \*

Ведущий беседует с детьми: «Дети, кто знает, какую пользу приносят птицы? Птицы очень полезны, многие из них ловят назойливых и вредных насекомых, как это делает, например, хорошо знакомая вам ласточка».

Выбирается водящий — «ласточка», остальные играющие — «мошки». Они разбегаются («разлетаются») по площадке, а «ласточка» их догоняет, стараясь дотронуться до кого-нибудь рукой. Пойманная «мошка» выбывает из игры. Каждые 2—3 мин выбирается новая «ласточка». Побеждает та, которая поймает больше «мошек».

## «Жаворонки и насекомые»

*Цели:*

- развитие внимания, наблюдательности;
- активизация неуверенных детей;
- формирование уверенности в своих силах, инициативы, сотрудничества;
- воспитание честности, справедливости при оценке действий товарищей.

\* \* \*

Ведущий рассказывает: «Птицы — одна из многочисленных и разнообразных групп живой природы. Поэтому их влияние на природу весьма велико. Они регулируют численность насекомых, грызунов и других животных, вредных для человека. Многие птицы питаются плодами, растениями и ягодами, тем самым распространяя их семена по всему земному шару. Хищных птиц называют «санитарами природы» — поедая слабых и больных животных, они уберегают здоровых от заражения. Многие птицы очень красивы и певучи. Пение птиц радует слух любого человека. Жаворонок — певчая птица, живущая в поле. Она очень полезна тем, что поедает вредных для посевов насекомых. Как и многие другие птицы, жаворонок украшает и оживляет луг своей чудесной песней».

Для игры определяется площадка (ковер) — поле с посева-

ми, за которым располагаются 2—3 водящих — «жаворонка». В поле находятся игроки — «насекомые». «Жаворонки» объявляют:

Мы — жаворонки певчие,  
К посевам полетим,  
Там вредных насекомых  
Отыщем и съедим!

После этих слов они догоняют «насекомых» и пытаются их схватить. Пойманные дети выходят из игры. Через 1—2 мин водящие меняются. Выигрывают «жаворонки», поймавшие большее количество «вредных насекомых».

## Литература

*Аксенова З.Ф.* Войди в природу другом. Экологическое воспитание дошкольников. М., 2012.

*Воронкевич О.А.* Добро пожаловать в экологию! СПб., 2002.

*Грехов Л.И.* В союзе с природой. Эколого-природоведческие игры и развлечения с детьми. М., 2000.

*Егоренков Л.И.* Экологическое воспитание дошкольников и младших школьников. М., 2000.

*Зверев А.Т.* Экологические игры. М., 1998.

*Молодова Л.П.* Игровые экологические занятия с детьми. Учеб.-метод. пособие для воспитателей детских садов и учителей. Минск, 1996.

*Новицкая А.И., Минаева В.М., Новицкий П.И.* Экологическое воспитание. Подвижные игры. Минск, 2003.

*Шорыгина Т.А.* Познавательные сказки. Беседы с детьми о Земле и ее жителях. М., 2016.



# Районные спортивные соревнования «Будь здоров, педагог!»

**Козлова Ю.В.,**

инструктор по физкультуре МБОУ С(К)НШ — д/с № 2, г. Нерюнгри;

**Киселева О.В.,**

инструктор по физкультуре МДОУ д/с № 46 «Незабудка»,

пос. Серебряный Бор Нерюнгринского р-на,

Республика Саха (Якутия)

**Цель:** вовлечение педагогических работников в систематические занятия физкультурой и спортом, приобщение к активному и здоровому образу жизни.

**Задачи:**

- популяризировать комплекс ГТО среди работников образовательных организаций;
- повышать двигательную активность, укреплять и сохранять здоровье педагогов;
- создавать условия, мотивирующие к занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни;
- укреплять дружеские связи между работниками и коллективами ДОО;
- возрождать традицию проведения массовых спортивных праздников.

\* \* \*

**В е д у щ и й.** Внимание, внимание! Начинаем наш праздник!

На спортивную площадку Приглашаем всех сейчас, Праздник спорта и здоровья Начинается у нас!

Под торжественную музыку команды работников ДОО проходят круг почета и строятся по периметру спортивного зала.

Слово предоставляется ведущему специалисту отдела информационно-методического обеспечения Управления образования!

С п е ц и а л и с т. Дорогие педагоги! Сегодня у нас необычное событие — не педсовет, не совещание и даже не утренник, а настоящие спортивные соревнования среди работников дошкольных образовательных организаций! Районные соревнования «Будь здоров, педагог!» проводятся в соответствии с планом спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий в рамках декады Всероссийского физкультурно-спортивного

комплекса «Готов к труду и обороне», посвященной 85-летию со дня образования комплекса ГТО, с целью вовлечения педагогических работников в систематические занятия физкультурой и спортом и приобщения к активному и здоровому образу жизни.

Все мы прекрасно знаем, насколько важно здоровье для любого человека — от нашего здоровья зависит настроение, качество работы с детьми. Собственным примером и энтузиазмом мы зажигаем любовь к спорту и ЗОЖ у наших воспитанников. Неважно, кто станет победителем в наших соревнованиях, главное, чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника, доброжелательности, взаимного уважения и понимания. Поприветствуем наших педагогов — любителей здорового образа жизни! Здоровых, смелых, ловких участников спортивных соревнований «Будь здоров, педагог!».

Ведущий. Желаем успехов всем участникам соревнований! Поприветствуйте наше жюри!

Ведущий представляет жюри.

А сейчас участники представляют свои команды. Капитанам команд — шаг вперед!

Капитаны представляют свои команды.

Предлагаю наши соревнования считать открытыми!

Звучат фанфары, все аплодируют.

Уважаемые участники соревнований, мы желаем всем вам удачи! Пусть победит сильнейший!

### Эстафета «Перемени предмет»

*Оборудование:* теннисные мячи, кубики, обручи по количеству команд.

Команды строятся в колонны по одному на линии старта. В руках у первого участника теннисный мяч, через 12 м в обруче на полу находится кубик.

По сигналу первый участник добегает до обруча, кладет в него мяч и берет кубик, возвращается к команде и передает кубик следующему участнику. Второй участник должен поменять кубик на мяч, также пробежать всю дистанцию, передать мяч следующему участнику и т.д. Побеждает команда, которая выполнит задание быстрее и без нарушений.

### Эстафета «Донеси, не урони»

*Оборудование:* кубики, теннисные ракетки по количеству команд; по 5 ориентиров для каждой команды.

В руках у первого участника теннисная ракетка, на ней лежит кубик. На расстоянии 2 м друг от друга расположены 5 ориентиров.

По команде первый участник обегает «змейкой» ориентиры, удерживая кубик на ракетке, и возвращается обратно к команде бегом по прямой. Затем передает ракетку с кубиком следующему



му участнику. Если кубик упал с ракетки, его нужно поднять и продолжить движение. Побеждает команда, которая выполнит задание быстрее и без нарушений.

### Эстафета «Меткий стрелок»

**Оборудование:** корзины, контейнеры по количеству команд; по 20 пластмассовых мячей для каждой команды.

На линии старта находится один игрок, рядом с ним в контейнере лежат пластмассовые мячи. Остальные игроки стоят напротив, на расстоянии 3 м друг от друга, у последнего в руках корзина.

По сигналу первый игрок берет мяч из контейнера и перебрасывает его второму, тот — третьему и т.д. Предпоследний игрок должен попасть в корзину, которая находится в руках последнего игрока. После того как последний мяч попал в корзину, все участники бегут к линии старта, последний игрок оставляет корзину с мячами там, где стоял изначально.

Побеждает команда, которая выполнит задание быстрее и без нарушений. При подведении итогов эстафеты учитывается количество мячей, попавших в корзину.

### Эстафета «Выбери сам»

**Оборудование:** обручи, мячи (баскетбольные, футбольные и малые), скакалки, мешочки с

песком по количеству команд, по 5 конусов для каждой команды.

Команды строятся в колонну по одному на линии старта. Через 12 м в большом обруче находятся мешочек с песком, футбольный, баскетбольный и малый мячи и скакалка.

Первый игрок бежит «змейкой» до обруча, берет мешочек с песком, кладет его на голову, стараясь не уронить, обегает конусы «змейкой», передает эстафету следующему игроку. Мешочек руками придерживать нельзя. Если мешочек упал, игрок должен поднять его, положить на голову и продолжить движение. Бег без мешочка на голове или придерживание его рукой — нарушения.

Второй игрок также обегает «змейкой» конусы, берет баскетбольный мяч, обратно ведет его «змейкой», ударяя о пол одной рукой, передает эстафету следующему игроку. Если мяч был потерян по пути, можно взять его и продолжить с того же места. Бег без мяча — нарушение.

Третий игрок обегает «змейкой» конусы, берет футбольный мяч, обратно ведет его ногой «змейкой», передает эстафету следующему игроку. Если мяч был потерян по пути, можно взять его и продолжить движение с того же места. Бег без мяча — нарушение.

Четвертый игрок обегает «змейкой» конусы, берет малый мяч, зажимает его между ногами и обратно прыгает «змейкой», передает эстафету следующему игроку. Если мяч был потерян по пути, можно взять его и продолжить движение с того же места. Бег без мяча — нарушение.

Пятый игрок обегает «змейкой» конусы, берет скакалку, обратно прыгает на ней «змейкой», передает эстафету. Пробегание без прыжков через скакалку — нарушение.

Шестой игрок оббегает «змейкой» конусы, берет обруч, обратно передвигается, крутя его на талии, обегая «змейкой» конусы. Бег без вращения обруча — нарушение.

Побеждает команда, которая выполнит задание быстрее и без нарушений.

**Ведущий.** Пока жюри подводит итоги соревнований, предлагаем всем участникам поиграть в игру-пантомиму. Эмоции можно не сдерживать!

### Игра «Покажи и назови вид спорта»

Капитаны команд подходят к ведущему и вытягивают карточки с названиями видов спорта, которые нужно изобразить с помощью пантомимы. На подготовку участникам дается 5 мин.

**Ведущий.** Просим команды построиться для представления результатов соревнований «Будь здоров, педагог!».

Команды строятся по периметру спортивного зала.

Председатель жюри объявляет результаты соревнований.

Участники получают дипломы за участие в соревнованиях.

**Специалист.** В спорте надо уметь мечтать! Спорт убеждает, требует, приказывает, он зовет людей померяться силой, преодолеть себя. Он принимает лишь того, кто борется за победу честно, открыто, бескорыстно. И мы верим, что, полюбив спорт, вы останетесь верны ему на всю жизнь. До новых встреч, до новых побед, друзья!

**Ведущий.** На этом районные соревнования среди работников ДОО «Будь здоров, педагог!» подошли к концу.

Вот настал момент прощанья,  
Будет краткой моя речь:  
Я желаю вам здоровья.  
До счастливых новых встреч!

Поздравляем всех победителей и участников! Приглашаем участников соревнований и членов жюри сфотографироваться на память.

Под торжественный марш участники выходят из зала.

### Литература

Микляева Н.В. Педагогическое взаимодействие в детском саду. Метод. пособие. М., 2013.

Харченко Т.Е. Спортивные праздники в детском саду. М., 2017.



# Спортивно-игровой практикум «Сохраним традиции наших предков» Для детей подготовительной к школе группы и их родителей

**Деревянко О.А.,**

инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 8, станица

Старощербиновская Щербиновского р-на Краснодарского края

*Цели:*

- создание игровой ситуации, активизирующей мыслительную деятельность детей с использованием развивающих приемов обучения;
- содействие интеграции двигательной и познавательной деятельности детей.

*Задачи:*

- развивать двигательную активность, память, творчество;
- вызывать положительные эмоции, ощущение радости в процессе общения детей и родителей;
- воспитывать любовь и уважение к малой родине в процессе физического воспитания.

\* \* \*

В музыкальном зале стилизованно оформлен уголок казачьего быта. Родители и дети рассматривают представленные в нем атрибуты. Звучит аудиозапись песни в исполнении Кубанского казачьего хора. На экране демонстрируется презен-

тация «Кубань, ты наша Родина!». В зал входит Ка за ч ка.

Ка за ч ка. Здравствуйте, гости дорогие! Рада вас видеть в нашей избе! Давно вас ждали-поджидали, развлеченье без вас не начинали. Припасли мы для вас разные забавушки, на всякий вкус. Коли пришли к нам на посиделки, не скучайте, во всех начинаниях нам помогайте!

Край у нас замечательный! Мы любим свою малую родину и учимся бережно относиться к ее прошлому. Сегодня мы поближе познакомимся с кубанскими народными подвижными играми. Узнаем игры, в которые играли наши дедушки и бабушки, когда были маленькими, как вы. А поможет нам совершить путешествие в прошлое... платок. Да-да, именно платок. Но не простой, а из бабушкиного сундука, волшебный! (*Достает и показывает детям платок.*)

Платком ярким махнем —  
В прошлое мы попадем.

В платке ярком, расписаном  
Входит старина в наш дом.  
И раздвинутся вдруг стены —  
Вся земля видна вокруг,  
Вдалъ бегут степные тройки,  
Тая в дымке голубой.  
Это старина торопит  
И ведет нас за собой!

Звучит музыка. На экране демонстрируется панорама Кубани. Останавливается на изображении «Убранство казачьей хаты».

Вот и свершилось чудо, мы попали в казачью хату. Посмотрите, как жили люди много лет назад. (*Обращает внимание на названия старинных предметов.*) Но что-то хозяев не видно!

Появляется домовенок Прощка.

Прощка. Апчхи! Апчхи!

Казачка (*испуганно*). Ой, кто это?

Прощка. Кто, кто! А то не знаете? Это я, домовенок Прошка. В этом доме живу-поживаю, про все на свете знаю. А вы кто такие?

Казачка. Я казачка, а это дети из детского сада. Мы хотим посмотреть, как люди раньше жили, как трудились, во что играли.

Прощка. Играли во что? Много разных игр было в ту пору... Ну вот хотя бы игра «Дозор». Давайте все вместе в нее и поиграем!

### Игра «Дозор»

Участники двигаются друг за другом под музыкальное сопровождение или удары бубна. По

команде ведущего «Засада!» все должны быстро присесть, по команде «Парад!» — имитировать езду на лошади, «Дозор!» — изобразить, что пробираются сквозь кусты, слегка наклонившись вперед и разводя руки в стороны.

Прощка. Молодцы! Внимательно охраняете свои границы! Ой, смотрите, я нашел подкову! (*Показывает.*) В старину считалось: кто найдет подкову — тому счастье прибудет. А я вам предлагаю поиграть в старинную игру «Передай подкову».

### Игра «Передай подкову»

Участники стоят в кругу и под веселую кубанскую мелодию передают подкову друг другу. Как только музыка замолкает, участник, у которого в руках осталась подкова, выходит в круг и танцует.

Прощка. А ну-ка, кто мне ответит, как в старину назывался забор?

Дети. Плетень!

Прощка. Правильно! Плелись он из ивовых прутьев или старого камыша. Давайте и мы попробуем сплести плетень.

### Игра «Плетень»

Участники делятся на четыре команды и строятся в шеренги друг напротив друга, взявшись за руки крест-накрест (*«заплели плетень»*). По сигналу дети первой шеренги подходят к стоящим напротив и кланяются, затем отходят спиной на свое место. Движение повторяют дети второй,



третьей и четвертой шеренг. По сигналу играющие расходятся по всей комнате, выполняя определенные движения под звуки бубна (подскоки, легкий бег, галоп и т.д.). По следующему сигналу или остановке бубна все бегут на свои места и строятся в шеренги, взявшись за руки крест-накрест. Выигрывает команда, первой построившаяся в шеренгу.

**К а з а ч к а.** А я тоже знаю интересную игру. Давайте и вас всех научу. Игра называется «Платок».

### Игра «Платок»

Участники ходят по кругу, выполняя любые танцевальные движения под кубанскую музыку. В центре круга стоит водящий, держа гимнастическую палку с платком на конце. По сигналу или по окончании музыки участникам нужно подпрыгнуть и достать платок. Тот, кому это удалось, становится водящим. Игра повторяется несколько раз.

**П р о ш к а.** Что-то я проголодался. Вот бы сейчас каунчика поесть!

**К а з а ч к а.** Сейчас, Прошка, мы тебя накормим! Ребята знают, что кауны — это арбузы. Сейчас мы сходим за ними на огород.

### Игра «Кауны»

На одном конце площадки проводится черта, это «бахча». За чертой на расстоянии 2—3 шагов — «шалаш сторожа». На противоположной стороне площадки линией обозначается «дом детей».

Выбирается сторож. Остальные играющие — дети. Когда «сторож засыпает», дети направляются к бахче со словами: «Крадем, крадем кауны, деда не боимся. Дед нас палкой — мы его каталкой!» «Сторож просыпается», дети бегут «домой», а он их догоняет. Пойманного сторож отводит к своему шалашу, игра повторяется.

**П р о ш к а.** Ох, какие раньше были хозяйки! Какие пироги пекли!

**К а з а ч к а.** Наши хозяйочки ничуть не хуже. Я приглашаю мам с дочками показать свое мастерство.

Проводится игра «Испеки пирог» (заготовка теста).

Вот и заканчивается наше путешествие в прошлое, пора возвращаться домой. До свидания, Прошка!

**П р о ш к а.** На Кубани народ живет хлебосольный. Я хочу на память о нашей встрече преподнести вам сладкий каравай.

Прошка выносит на рушнике каравай, показывает его детям, дарит Казачке.

### К а з а ч к а

Есть много станиц  
на Кубани родной,  
В них добрые люди живут.  
Но отдано сердце  
только одной,  
Что Староцербиновкой  
милой зовут!

Звучит песня «Казачий край». Участники уходят в группу на чаепитие.

# Физкультурный досуг «В школе чародейства и волшебства» Для детей подготовительной к школе группы

Клементьева Е.В.,

инструктор по физкультуре МБДОУ ЦРР — д/с № 1 «Радуга»,  
г. Новороссийск

*Задачи:*

- совершенствовать приобретенные ранее двигательные умения и навыки;
- развивать физические качества (координацию движений, двигательную инициативу, быстроту реакции, ловкость, умение ориентироваться на действия других), инициативность, самостоятельность и ответственность;
- формировать основы праздничной культуры;
- удовлетворять потребность детей в движении, совершенствовать функции организма, способствовать психоэмоциональной разрядке.

*Оборудование:* мультимедийное оборудование, игрушка сова, шляпа, кубок, свидетельства об окончании школы; по 2 ведра, сачка, воздушных шарика, обруча, ориентира; по 2 метлы, разрезные картинки с изображением кубка; листы бумаги по количеству детей, 8—10 кеглей, парашют.

\* \* \*

Дети входят в спортивный зал, видят игрушечную сову с письмом.

В о сп и т а т е л ь . Какая знакомая сова, где-то я ее видела. Ребята, вы не знаете, чья это сова? Откуда она прилетела и зачем?

Дети отвечают.

Правильно. Такая же сова Букля была у Гарри Поттера. И она обычно прилетала к нему с почтой. А вот и письмо!

Дети открывают конверт, воспитатель читает письмо.

«Дорогие ребята! Я рад сообщить вам, что объявляется набор в школу чародейства и волшебства «Хогвартс». Скорый поезд «Хогвартс-экспресс» отправляется ровно в 9.00 с платформы 9 и  $\frac{3}{4}$ . Ваш Гарри Поттер».

Какая неожиданная новость, нас приглашают в школу, где учится сам Гарри Поттер! Хотите туда отправиться? А зачем?



Дети отвечают.

А как же попасть на платформу 9 и  $\frac{3}{4}$ ?

Дети слышат гудок поезда и перестраиваются в две колонны.

### **Подвижная игра «Музикальный поезд»**

Под музыку дети ходят двумя колоннами в разных направлениях.

По показу сверстника выполняют ОРУ.

На экране появляется изображение школы «Хогвартс» из фильма «Гарри Поттер». Детей встречает волшебник Гарри Поттер (инструктор по физкультуре).

Гарри Поттер. Добро пожаловать в школу чародейства и

волшебства Хогвартс! Меня зовут Гарри Поттер. Я выпускник этой школы и ищу новых учеников-волшебников. Великие учителя-маги научат вас, как варить зелье, летать на метле, защищаться от темных сил. Вы будете распределены на два факультета. Это очень важная церемония! Когда я назову ваше имя, вы подойдете ко мне, сядете на стул, опустите руку в шляпу и вытяните записку с названием факультета: записка синего цвета — факультет Слизерин, красного — факультет Гриффиндор.

Гарри Поттер по очереди называет имя каждого ребенка. Дети достают из шляпы записки и распределяются по «факультетам» — командам.



Ребята, я надеюсь, вы не забыли приобрести набор банок для зельеварения, сову, жабу или крысу, три мантии, ну и, конечно, волшебную палочку?

Дети отвечают.

Как, у вас даже нет волшебной палочки? Тогда отправляемся за ней в магазин!

### Эстафета «Волшебная палочка»

Каждый ребенок получает по листу бумаги формата А4. Первый участник зажимает лист бумаги между ногами и, выполнив прыжки до обруча, скручивает лист бумаги в рулончик — «волшебную палочку». С ней возвращается к команде и

передает эстафету следующему участнику.

По окончании эстафеты одна команда получает игрушечную жабу и кладет ее в банку для зельеварения, другая — крысу.

Г а р р и П о т т е р . Теперь, когда у вас есть волшебные палочки, я смогу научить вас самому простому в искусстве магии — левитации, то есть подъему и удержанию предмета в воздухе. Но сначала надо взмахнуть волшебной палочкой и произнести заклинание: «Вингардиум Левиоса!»

### Эстафета «Удержи воздушный шарик»

Первые участники команд должны донести воздушный



шарик до ориентира, подбрасывая его волшебной палочкой. Обратно возвращаются бегом в команду, передав шарик следующему участнику.

Гарри Поттер. Настала пора научить вас игре в квиддич. Вы знаете, что это за игра?

Дети отвечают.

Верно, квиддич — игра, чем-то похожая на футбол. Но в ней не бегают по земле, а летают на метле. У меня есть в запасе несколько метел, устоим тренировку. Но прежде чем начать игру, превратите свою волшебную палочку в золотой летающий мяч.

Дети комкают бумагу в шар.

### Эстафета «Квиддич»

Необходимо «долететь» на метле с бумажным шаром до линии и закинуть его в сачок.

Гарри Поттер. Вы отлично справились, порекомендую ваши кандидатуры в школьную команду по квиддичу. А теперь я научу вас варить зелье, поднимающее настроение и наполняющее энергией. Для этого вам понадобятся волшебные листья и корешки растений. Превратите свой летающий мяч в корень Мандрагоры.

Дети расправляют скомканный лист бумаги и складывают несколько раз, чтобы получился небольшой прямоугольник.

### Эстафета «Зельеварение»

Первый участник несет на деревянной ложке сложенный лист бумаги к «котлу» (ведерку), огибая предметы «змейкой», кладет лист в ведерко, произнеся заклинание: «Редукто!», и возвращается обратно в команду. Затем передает ложку следующему участнику.

Гарри Поттер. А вы знаете, кто такие Корнуэльские пикси?

Дети отвечают.

Это маленькие человечки ярко-синего цвета. Их рост — 20—40 см. Пикси необыкновенно проказливы и обожают всевозможные зловредные шуточки и проделки. Они умеют летать. Часто хватают неосторожных людей за уши и поднимают на верхушки деревьев или крыши домов. Пикси боятся заклинания заморозки «Иммобилиус».

### Подвижная игра «Корнуэльские пикси»

Дети превращаются в «пикси». По команде «Мувман!» дети начинают бегать, выполняя хаотичные движения. Через некоторое время ведущий произносит заклинание «Иммобилиус!». Все должны замереть на месте. Кто сдвинулся с места или рассмеялся, выбывает из игры.

На экране появляется изображение профессора Альбуса Дамблдора.

**Альбус Дамблдор (в аудиозаписи).** Мои маленькие волшебники, вы прекрасно знали уроки чародейства и магии. Вам осталось лишь сдать выпускной экзамен и получить дипломы об окончании школы «Хогвартс».

### Малоподвижная игра «Мантия-невидимка»

Дети идут по кругу и произносят слова:

Будем чудо в гости звать —  
Раз, два, три, четыре, пять.  
Палочкой взмахнем сейчас,  
Кто под мантией у нас?

Ведущий накрывает играющих парашютом, а дети должны отгадать количество игроков под ним и назвать их имена.

### Игра «Волшебный рисунок»

Ведущий предлагает детям отгадать, что нарисовано на листе бумаги. Команды складывают картинки из частей и получают изображения кубков.

**Гарри Поттер.** Я совсем забыл... В конце каждого года факультет, набравший наибольшее количество очков, выигрывает кубок школы. А какой факультет набрал наибольшее количество очков?

Подводятся итоги эстафет. Гарри Поттер вручает кубок лучшему «факультету» и дипломы об окончании

школы волшебства всем участникам.

### Рефлексия

**Гарри Поттер.** А теперь, юные волшебники, попрошу вас оставить свои впечатления о школе магов вот в этом фланконе.

Дети передают фланкон по кругу и составляют рассказ «В школе чародейства и волшебства».

Скорый поезд «Хогвартс-экспресс» ждет вас! Вам пора возвращаться в детский сад. До свидания! До скорой встречи!

### Литература

*Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для занятий с детьми 3—7 лет.* М., 2014.

*Лисина Т.В., Морозова Г.В. Подвижные тематические игры для дошкольников.* М., 2016.

*Сочеванова Е.А. Игры-эстафеты с использованием традиционного физкультурного инвентаря.* СПб., 2010.

*Сулум Е.В. Детский фитнес. Физическое развитие детей 5—7 лет.* М., 2017.

*Сулум Е.В. Занятия физкультурой. Игровой стретчинг для дошкольников.* М., 2017.

*Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5—7 лет. Конспекты занятий и развлечений.* М., 2009.

*Харченко Т.Е. Спортивные праздники в детском саду.* М., 2017.



# Спортивный микс «Как Ёма баба к Яг-Морту на день рождения собиралась»

**Мийна Т.В.,**

воспитатель по физическому развитию МАДОУ д/с № 83,  
г. Сыктывкар, Республика Коми

*Цель:* развитие физических качеств детей.

*Задачи:*

- продолжать формировать правильную осанку при выполнении упражнений на стенах и фитболах;
- расширять знания о традициях коми народа;
- развивать чувство ритма, умение согласовывать движения с музыкой;
- продолжать развивать ловкость, глазомер, выносливость, быстроту, творческие способности;
- учить применять полученные знания на практике.

*Оборудование:* повязки на головы для девочек, кепки для мальчиков; степ-платформы и фитболы по количеству детей; карточки-схемы (в том числе с коми орнаментом); по 2 «удочки», дуги, гимнастические палки; по 2 обруча, «ружья», мягких модуля цилиндра, больших платка; 4 корзины; шишки, грибы.

*Предварительная работа:* разучивание танца на стенах под ремикс песни «Марья Моль», изучение орнамента коми и упражнений на фитболах.

\* \* \*

Под музыку дети входят в зал и строятся в шеренгу

Воспитатель. Здравствуйте, ребята!

Раздается шум и крик: «Пропустите, пожалуйста!» В зал вбегает Ёма.

Здравствуйте, проходите, пожалуйста! А вы кто такая?

Ёма. Здравствуйте! А вы что, меня не узнали? Я — Ёма баба из коми народных сказок, а пришла я к вам с одной проблемой. Скоро день рождения у Яг-Морта и назначил он нас с Кикиморой аниматорами гостей развлекать, а мы не знаем как. Знаем только, что Яг-Морт и жители лесные любят охоту,



рыбалку, прыгать на пенечках да сидеть на кочках.

**Воспитатель.** Ребята, что будем делать?

Дети отвечают.

Хотите побывать в роли аниматоров и показать Ёме, что можно придумать? Тогда наденьте кепки и повязки на головы и превратитесь в веселых организаторов праздника!

Дети надевают атрибуты.

Прыгать на пенечках, говоришь? А вот у нас есть тоже свои «пенечки», называются они сте́пы. Сейчас мы с ребятами покажем, что мы умеем на них делать под коми песню «Марья Моль». А вы с Кикиморой сможете повторить эти движения с лесными гостями на пенечках.

Дети берут степ-платформы и расставляют их в шахматном порядке.

Ёма, вот и тебе степ, ребята покажут танец, а ты повторяй за ними.

Дети танцуют на стенах под песню «Марья Моль» в исполнении А. Орлова.

Ну что, пригодится ли тебе этот танец, чтобы развлекать гостей?

Ёма. Да, заводной танец, обязательно попробуем.

**Воспитатель.** Что еще любят твои лесные гости?

Ёма. Сидеть на кочках.

**Воспитатель.** Ребята, а что мы можем предложить Ёме вместо кочек, их же у нас нет?

Дети отвечают.



Правильно, у нас вместо кочек есть фитболы.

Дети берут фитболы и садятся на них, образуя круг.

Вот мы сели в кружок, выпрямили спинки, молодцы! Как вы думаете, ребята, сидеть на дне рождения интересно?

Дети. Нет!

Воспитатель. Мы предлагаем тебе, Ёма, поиграть в спортивные загадки.

Ёма. А как это?

Воспитатель. Мы покажем тебе упражнения на фитболах о том, что встречается в лесу коми края, а ты отгадай, кого или что мы изобразим. А чтобы Ёма

не услышала, о чём загадка, мы будем использовать карточки-схемы. Я вам буду их показывать, а вы выполняйте упражнение.

Ёма отворачивается, воспитатель показывает карточки, среди которых встречаются изображения коми орнамента, дети выполняют упражнения, Ёма отгадывает.

### **Упражнения на мячах**

1. «Лиса». И.п.: сидя на мяче, спина прямая, ноги на ширине плеч, стопы параллельно друг другу, руки на бедрах.

1—4 — круговые движения тазом в одну сторону; 5—8 — тоже в другую сторону.



2. «Мостик». И.п.: лежа на полу на спине, руки вдоль туловища, ладонями вниз, ноги прямые на мяче.

1 — поднять таз и поясницу, напрягая мышцы ног, и удерживать равновесие; 2 — и.п.

3. «Дерево». И.п.: сидя на мяче, спина прямая, ноги на ширине плеч, стопы параллельно друг другу, руки вверх.

1 — наклон вправо; 2 — и.п.; 3—4 — то же в другую сторону.

4. «Гусеница». И.п.: лежа на мяче на животе, упор ладонями и носками в пол.

1—4 — продвижение вперед руками по полу так, чтобы колени оказались на мяче; 5—8 — и.п.

5. «Лось». И.п.: сидя на мяче, спина прямая, ноги на ширине плеч, стопы параллельно друг другу, руки скрещены над головой, пальцы рук широко расставлены.

1—8 — отрывание пяток от пола с легким покачиванием на мяче.

6. «Заяц». И.п.: сидя на мяче, спина прямая, ноги на ширине плеч, стопы параллельно друг другу, кисти приставлены к голове в виде ушек.

1—8 — подпрыгивание на мяче.

**В о с п и т а т е ль.** Ну что, Ёма, возьмешь наши спортив-



ные загадки на день рождения к Яг-Морту?

Ё ма. Обязательно! И правда, не сидеть же просто так на кочках. С загадками интереснее и польза какая! Ну а что делать с другими интересами лесных жителей: рыбалкой, охотой?

В о сп и т а т е л ь. Ребята, какие игры про рыбалку и охоту вы знаете?

Д е т и . Эстафеты!

В о сп и т а т е л ь. Правиль-но! Знаешь, Ёма, как эти игры позабавят гостей! Вам скажут, что вы с Кикиморой замечательные аниматоры. Давай вместе поиграем.

Дети делятся на две команды.

### Эстафета «Рыбалка»

По сигналу дети с «удочкой» бегут к обручу с «рыбами». Магнитом на «удочке» ловят одну «рыбку» и несут ее в корзину. Затем передают «удочку» другому игроку.

### Эстафета «Охота»

На леске, натянутой поперек зала, развесаны шишки, грибы. По сигналу дети берут «ружье», перепрыгивают через «бревно» (модуль цилиндр), пролезают через «кусты» (дугу), заряжают «ружье», сгибают его пополам, делают «выстрел» вверх, снимают шишку, возвращаются к команде, передают «ружье» дру-



гому игроку. Трофей складывают в корзину.

Воспитатель. Мы хотим тебя, Ёма, научить еще одной забавной коми игре.

### Игра «Построй чум»

Под музыку дети ходят по залу, как только музыка смолкает, дети «строят чум» (несколько детей берут в руки концы платка, несколько — просовывают палки под платок). Поскольку игра рассчитана на 10 игроков, а их больше, дети заранее договариваются, что будут делать остальные участники. *Варианты:* изобразить оленя, зайти в чум. Игра повторяется 3 раза со сменой ролей.

Ёма. Какие замечательные и веселые игры-эстафеты вы мне показали! Все, чему вы меня научили, пригодится мне для развлечения гостей на дне рождения Яг-Морта. Спасибо вам огромное! Побегу готовиться, еще же Кикимору научить надо, а времени мало осталось. До свидания, ребята!

Воспитатель проводит рефлексию. Под музыку дети возвращаются в группу.

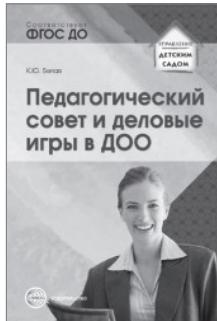
### Литература

Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет. М., 2017.

Лисина Т.В., Морозова Г.В. Подвижные тематические игры для дошкольников. М., 2016.



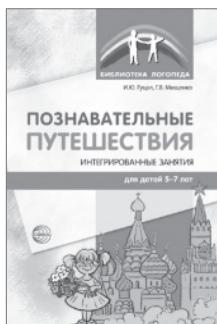
## Издательство «ТЦ Сфера» представляет книжные новинки



### ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ СОВЕТ И ДЕЛОВЫЕ ИГРЫ В ДОО

*Автор — Белая К.Ю.*

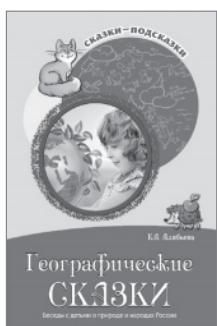
В системе методической деятельности педагогическому совету отводится важная роль в решении качества образовательного процесса и формирования профессиональной компетентности воспитателей. Автор пособия дает рекомендации по организации и проведению педагогических советов с использованием методов активизации их участников. В пособии рассматривается деловая игра как одна из эффективных форм методической работы; даются практические советы по составлению сценария деловой игры. На примере модели деловой игры «Педагогический пробег» показано, как можно наполнять одну модель разным содержанием.



### ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ПУТЕШЕСТВИЯ: ИНТЕГРИРОВАННЫЕ ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5–7 ЛЕТ

*Авторы — Гуцал И.Ю., Мищенко Г.В.*

В книге представлены сценарии интегрированных занятий, которые помогут в игровой форме решать задачи социально-нравственного и патриотического воспитания. Они разработаны с учетом речевых возможностей детей старшего дошкольного возраста с ОВЗ. На занятиях используются психологические и логопедические игры и упражнения, дошкольников знакомят с нормами и правилами поведения в социуме, прививают любовь к Родине, развивают у них коммуникативные навыки, расширяют грамматический строй речи, обогащают лексику новыми понятиями. Дети узнают себя, свои возможности и возможности своих сверстников.



### ГЕОГРАФИЧЕСКИЕ СКАЗКИ

#### Беседы с детьми о природе и народах России

*Автор — Алябьева Е.А.*

В книге представлены сказки для детей 6—9 лет, посвященные природе и народам России. Через образы и сюжеты сказки дают возможность зародить в детях интерес к познанию родного края, воспитывают гордость за свою страну и любовь к ней, вызывают желание сохранять природные и национальные богатства, преумножать их. Методическое сопровождение сказок поможет взрослым организовать тематическую беседу и различные виды детской деятельности.

**Наш адрес:** 129226, Москва, ул. Сельскохозяйственная, д. 18, корп. 3

**Тел.:** (495) 656-72-05, 656-73-00

**E-mail:** sfera@tc-sfera.ru

**Сайты:** [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru), [www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru)

**Интернет-магазин:** [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)



## БЕСЕДЫ О ПТИЦАХ С ДЕТЬМИ 5–8 ЛЕТ

Автор — Шорыгина Т.А.

В книге содержится увлекательная информация о жизни птиц. Книга разделена на две части. В первой части рассказывается о птицах, зимующих в наших краях, а также о перелетных. Дети знакомятся с внешним видом, повадками, условиями обитания пернатых. Вторая часть книги посвящена беседам о домашних и декоративных птицах. В книге собраны стихи, сказки и загадки автора. Рекомендуем использовать с комплектом наглядных пособий «Птицы».



## БЕСЕДЫ О ДИКИХ И ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ

Автор — Шорыгина Т.А.

Пособие о диких и домашних животных состоит из двух частей. Из первой дети узнают полезные и увлекательные сведения о лесных обитателях, их внешнем виде, повадках, приспособлении к условиям жизни в дикой природе.

Вторая часть книги содержит сведения о домашних животных, их внешнем виде, повадках, условиях содержания. Эмоциональные добрые сказки, рассказы, стихи, загадки автора помогают пробудить у детей интерес к окружающему миру, воспитать бережное отношение к природе. Книга способствует развитию речи, логического мышления, активизирует память и внимание детей.

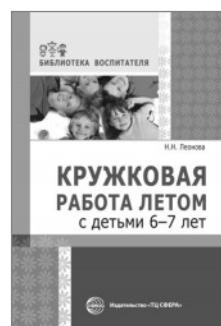


## КРУЖКОВАЯ РАБОТА ЛЕТОМ С ДЕТЬМИ 5–6 И 6–7 ЛЕТ

Автор — Леонова Н.Н.

Методические пособия посвящены творческой работе с детьми 5–7 лет в летний оздоровительный период. Разработаны в соответствии с ФГОС ДО и апробированы в детских садах, оздоровительных учреждениях санаторного типа, учреждениях дополнительного образования детей.

Материалы могут быть использованы для организации работы ДОО в летний период, дошкольных образовательных групп на базе детских оздоровительных пришкольных и выездных лагерей, в рамках семейного отдыха.



**Наш адрес:** 129226, Москва, ул. Сельскохозяйственная, д. 18, корп. 3

**Тел.:** (495) 656-72-05, 656-73-00

**E-mail:** sfera@tc-sfera.ru

**Сайты:** [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru), [www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru)

**Интернет-магазин:** [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)



## Издательство «ТЦ Сфера» представляет

### ШИРОМОЧКИ ИНФОРМАЦИОННЫЕ С БУКЛЕТОМ

Формат 1000x330 мм, 4+0, на картоне и с пластиковым карманом и буклетом, индивидуальная упаковка, этикетка

Пластиковый карман для буклетов, входит 10 буклетов  
Один метр полезной информации

#### БУКЛЕТЫ

Формат А4, 4+4, комплектуется 1 экз. в ширмочку  
(Дополнительно можно приобрести в любом количестве)

- Информационную ширмочку можно разместить в образовательной организации и дома: на шкафчиках в раздевалке, на столе, на подоконнике, на полочке и т.д.
- Текст и рисунки в ширмочке рассчитаны на детей и взрослых.
- Буклет представляет собой памятку для взрослых. Несколько буклетов вставляются в пластиковый карман на ширмочке, родители могут взять буклет с собой.
- Буклет — важная форма взаимодействия семьи и детского сада, реализующая наглядный метод воспитания и образования. Цель буклета — донести нужную информацию до каждого родителя.
- Изучение родителями содержания буклета дома и возможность обращения к его тексту в любой момент — существенный фактор эффективного развития и воспитания ребенка.
- Буклеты можно приобрести отдельно и докладывать в ширмочку по мере необходимости. Можно раздавать буклеты на родительских собраниях или размещать их в уголках для родителей.
- В данном продукте реализована часть системы взаимодействия с родителями, что необходимо для реализации федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и закона «Об образовании в Российской Федерации».



## Издательство «ТЦ Сфера» представляет серию «Библиотека современного детского сада»



### ЗНАКОМИМ С ОКРУЖАЮЩИМ МИРОМ ДЕТЕЙ В 2 КН.: 3–5, 5–7 ЛЕТ

Авторы — Вострухина Т.Н.,  
Кондраткина Л.А.

В книгах представлены материалы по перспективному годовому планированию и конспекты занятий для младшей и средней (3–5 лет) и старшей и подготовительной к школе (5–7 лет) групп ДОО.



### ПРОГУЛКИ В ДЕТСКОМ САДУ В 2 КНИГАХ:

Младшая и средняя группы  
Старшая и подготовительная  
к школе группы

Авторы — Кравченко И.В., Долгова Т.Л.

Пособие содержит полное описание прогулок в разное время года. Адресовано воспитателям и методистам ДОО.



### ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ В ДЕТСКОМ САДУ ПО КАЛЕНДАРЮ

Авторы — Вострухина Т.Н., Кондраткина Л.А.

Представлены материалы по перспективному годовому планированию и конспекты занятий для старшей и подготовительной к школе групп ДОО. В занимательной форме дети получат представление об окружающем мире, разных видах деятельности, явлениях социальной действительности. Занятия придаст процессу познания яркую эмоциональную окраску, воздействуя на чувства и фантазию детей. Издание переработано и дополнено в соответствии с ФГОС ДО.

**Наш адрес:** 129226, Москва, ул. Сельскохозяйственная, д. 18, корп. 3

**Тел.:** (495) 656-72-05, 656-73-00

**E-mail:** sfera@tc-sfera.ru

**Сайты:** [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru), [www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru)

**Интернет-магазин:** [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)



## НОВЫЙ САЙТ — НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ!

Интернет-магазин  
**www.sfera-book.ru**  
ОТКРЫТ!

Новый сайт – это новый дизайн, обновленный рубрикатор, весь ассортимент в одном месте, возможность купить в розницу или оптом из любой точки страны, это разнообразные фильтры, поля для отзывов, простые инструменты формирования заказа и многое другое — полезное и нужное.

**Заходите, изучайте, действуйте!  
Мы вас ждем!**

На сайте подписных изданий **www.sfera-podpiska.ru** открыта с любого месяца:

- ЭЛЕКТРОННАЯ ПОДПИСКА,
- РЕДАКЦИОННАЯ ПОДПИСКА.

**Появились новые материалы и новые подписные издания для работы с детьми:**

- МАСТЕРИЛКА (для детей 4—7 лет)
- ДЛЯ САМЫХ-САМЫХ МАЛЕНЬКИХ (для детей 1—4 лет)

Основной закон жизни – развитие.  
Давайте развиваться вместе!



**Зайдите на [WWW.SFERA-BOOK.RU](http://WWW.SFERA-BOOK.RU)**



## Издательство «ТЦ Сфера»

### Периодические издания для дошкольного образования

Наименование издания (периодичность в полугодии)	Индексы в каталогах		
	Роспечать	Пресса России	Почта России
<b>Комплект для руководителей ДОО (полный):</b> журнал «Управление ДОУ» с приложением (5); журнал «Методист ДОУ» (1), журнал «Инструктор по физкультуре» (4), журнал «Медработник ДОУ» (4); <b>рабочие журналы (1):</b> — воспитателя группы детей раннего возраста; — воспитателя детского сада; — заведующего детскими садами; — инструктора по физкультуре; — музыкального руководителя; — педагога-психолога; — старшего воспитателя; — учителя-логопеда.	36804  Подписка только в первом полугодии	39757  Без рабочих журналов	10399
<b>Комплект для руководителей ДОО (малый):</b> журнал «Управление ДОУ» с приложением (5) и «Методист ДОУ» (1)	82687		
<b>Комплект для воспитателей:</b> журнал «Воспитатель ДОУ» с библиотекой (6)	80899	39755	10395
<b>Комплект для логопедов:</b> журнал «Логопед» с библиотекой и учебно-игровым комплектом (5)	18036	39756	10396
Журнал «Управление ДОУ» (5)	80818		
Журнал «Медработник ДОУ» (4)	80553	42120	
Журнал «Инструктор по физкультуре» (4)	48607	42122	
Журнал «Воспитатель ДОУ» (6)	58035		
Журнал «Логопед» (5)	82686		
<b>Для самых-самых маленьких: для детей 1—4 лет</b>		34280	16709
<b>Мастерилка: для детей 4—7 лет</b>		34281	16713

Чтобы подписаться на все издания для специалистов дошкольного воспитания Вашего учреждения, вам потребуется **три индекса:**  
**36804, 80899, 18036 — по каталогу «Роспечать»**

**Если вы не успели подписаться на наши издания,  
то можно заказать их в интернет-магазине: [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru).**

**На сайте журналов: [www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru) открыта подписка  
РЕДАКЦИОННАЯ И ЭЛЕКТРОННАЯ**



# В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ

- ◆ Организация физкультурно-оздоровительной работы в летний период
- ◆ Семейный спортивный праздник для старших дошкольников «Отдых на Черном море»
- ◆ Проект «Я расту здоровым»
- ◆ Спортивный праздник к Дню защиты детей «Здравствуй, лето!»
- ◆ Ознакомление с родным краем на физкультурном занятии
- ◆ Организация физкультурных занятий с дошкольниками с учетом гендерного компонента

## УВАЖАЕМЫЕ ПОДПИСЧИКИ!

Вы можете заказать предыдущие номера журнала «Инструктор по физкультуре», книги издательства «ТЦ Сфера» в нашем интернет-магазине [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru).



**«ИНСТРУКТОР ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ»**  
2017, № 3 (63)

*Научно-практический журнал*  
ISSN 2220-1467

**Журнал издается с 2008 г.**

**Выходит 8 раз в год: с февраля по май, с сентября по декабрь**

**Учредитель и издатель**  
Т.В. Цветкова

**Главный редактор**  
М.Ю. Паромонова

**Литературный редактор**  
А.В. Никитинская

**Оформление, макет**  
Г.В. Калининой

**Дизайнер обложки**  
М.Д. Лукина

**Корректоры**  
Л.Б. Успенская, Н.В. Козлова

Точка зрения редакции может не совпадать с мнениями авторов. Ответственность за достоверность публикуемых материалов несут авторы.

Редакция не возвращает и не рецензирует присланые материалы.

При перепечатке материалов и использовании их в любой форме, в том числе в электронных СМИ, ссылка на журнал «Инструктор по физкультуре» обязательна.

Журнал зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного наследия.

Свидетельство ПИ № ФС77-28787 от 13 июля 2007 г.

**Подписные индексы в каталогах:**  
«Роспечать» — 48607, 36804

(в комплекте), «Пресса России» — 42122, 39757 (в комплекте),  
«Почта России» — 10399 (в комплекте)

**Адрес редакции:**  
129226, Москва, ул. Сельскохозяйственная,  
д. 18, корп. 3. Тел./факс: (495) 656-70-33,  
656-73-00.

E-mail: [dou@tc-sfera.ru](mailto:dou@tc-sfera.ru); [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru)

**[www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru)**

### Рекламный отдел:

Тел.: (495) 656-75-05, 656-72-05

Номер подписан в печать 21.03.17.  
Формат 60×90<sup>1/16</sup>. Усл. печ. л. 8. Тираж 2900 экз.  
Заказ №

© Журнал «Инструктор по физкультуре», 2017  
© Цветкова Т.В., 2017



4 607091 440270 0 0 0 6 2

# КНИГИ ДЛЯ ДЕТЕЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

в серии «Академия солнечных зайчиков»

Уникальная система

разностороннего развития ребенка 3–7 лет  
подготовлена в соответствии с ФГОС ДО

- Игровые задания дети выполняют легко и с удовольствием
- У детей формируется позитивное отношение к процессу познания, уверенность в своих силах, развивается произвольное внимание
- Игра позволит продлить удовольствие от занятий и закрепить полученные знания
- Рекомендуется для занятий с детьми в детском саду и дома
- В каждой тетради 16 цветных страниц с заданиями и игра-вкладка на картоне формата А3



Издательство «ТЦ СФЕРА»

Адрес: 129226, Москва, ул. Сельскохозяйственная, д. 18, к. 3

Тел.: (495) 656-72-05, 656-75-05, 656-73-00, 656-70-33

E-mail: sfera@tc-sfera.ru. Сайты: [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru), [www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru)

Интернет-магазин: [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)



# СОЗДАЕМ МИР ЧИСТОТЫ И ЗДОРОВЬЯ

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ПЛАКАТЫ

Яркие, красочные, формата А2

### ЗАКАЛИВАНИЕ – ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ

Закаливание дарит нам здоровье и отличное настроение



Принимаю контрастный душ



Умываюсь холодной водой



Отираюсь влажным полотенцем

### ЧИСТОТА – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ

Живем в мире чистоты, здоровья, порядка



Чищу зубы утром и вечером



Умываюсь каждое утро



Мою руки перед едой, после туалета и прогулки



Мою голову и причесываюсь



Принимаю душ или моюсь в ванной



Вязу



Мою посуду



Убираюсь в квартире



Мою посуду



Больше плакатов на  
[www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)

Особенность ребенка-дошкольника — преобладание предметного и наглядно-образного мышления. Поэтому наглядные пособия необходимы для полноценного развития ребенка.

Издательство «ТЦ СФЕРА»

Адрес: 129226, Москва, ул. Сельскохозяйственная, д. 18, к. 3.

Тел.: (495) 656-72-05, 656-75-05, 656-70-33

E-mail: [sfera@tc-sfera.ru](mailto:sfera@tc-sfera.ru). Сайты: [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru), [www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru)

Интернет-магазин: [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)

