



ИНСТРУКТОР ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ

№2/2017



Интегрированная
игровая программа
«Космические
разведчики»

Парная утренняя
гимнастика с мамами

Сюжетная квест-игра
«Испытания
Форта Боярд»

Кружок «Веселая йога»
для детей и родителей

Играем в бадминтон в
спортивной секции
«Веселый воланчик»



ИГРА
В ФИЗИЧЕСКОМ
РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ

СДЕЛАЕМ МИР ЯРЧЕ

Вырубные плакаты серии «СПОРТСМЕНЫ»



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. Сайты: www.tc-sfera.ru, www.sfera-podpiska.ru

Интернет-магазин: www.sfera-book.ru





ИНСТРУКТОР ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ

№2/2017

**Подписные индексы в каталогах:**

«Роспечать» — 48607, 36804 (в комплекте)

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

«Почта России» — 10399 (в комплекте)

ТЕМА НОМЕРА**ИГРА В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ**

СОДЕРЖАНИЕ

Редакционный совет	3
Индекс	4

Колонка редактора

Парамонова М.Ю.

Игра в физическом и психологическом благополучии детей	5
--	---

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ РОСТ

Повышение квалификации

Шутилова С.А.

Индивидуально-дифференцированный подход в развитии физических качеств при обучении катанию на коньках	6
--	---

Яковлева Л.И., Мальцева А.В.

Интегрированная игровая программа «Космические разведчики»	11
--	----

Психофизическое развитие ребенка

Лебедева О.И., Яковлева Т.В.

Квест-игра «Зарничка» как инновационная технология позитивной социализации дошкольников	24
--	----

Очнева Е.И., Лохматова Л.В.

Сюжетно-познавательная спортивная квест-игра «Испытания Форты Боярд»	32
---	----

Маклакова Л.Г.

Формирование у дошкольников бережного отношения к своему здоровью	37
--	----

ПЕДАГОГИКА ЗДОРОВЬЯ

Физкультурно-оздоровительная работа

Войцеховская Н.В.

Физкультурное развлечение «Лесная сказка»	42
---	----

<i>Львова Т.В.</i> Физкультурное развлечение «Путешествие в Лукоморье»	46
<i>Микрюкова Н.М.</i> Спортивный праздник «Готовим будущих воинов»	51
<i>Зубрицкая Н.Б., Цурукина Е.А.</i> Спортивное развлечение «Вместе с мамой мы вдвоём все преграды обойдем!»	54
<i>Бугаенко Е.А.</i> День здоровья «Если хочешь быть здоров — закаляйся»	60

СОТРУДНИЧЕСТВО

Взаимодействие со специалистами

<i>Сайфетдинова Г.Р.</i> Спортивно-познавательное развлечение «Подготовка космонавтов»	66
--	----

Работа с родителями

<i>Вилисова О.Р.</i> Кружок «Веселая йога» для детей и родителей	69
<i>Киреева И.П.</i> Парная утренняя гимнастика с мамами	78
<i>Коваленко О.А.</i> Совместная деятельность детей и родителей «Космическое путешествие»	81
<i>Дмитриева В.В., Назарова О.В., Иванова О.Н.</i> Совместная деятельность детей и родителей «Мамина школа»	85

ЭТО ИНТЕРЕСНО

Дискуссионный клуб

<i>Антонишина Е.Н.</i> Лэпбук «Школа для будущих чемпионов»	94
<i>Масленникова Н.Г.</i> Первоапрельская физкультура	97
<i>Байрак Я.В.</i> К вопросу о ГТО в дошкольной организации	110

Вести из регионов

<i>Духина Д.С.</i> Опыт реализации регионального компонента в физической культуре ДОО Краснодарского края	112
---	-----

Кружки, секции

<i>Церковная О.Е.</i> План работы спортивной секции по обучению игре в бадминтон «Веселый воланчик»	114
Книжная полка	10, 23, 53, 64, 84, 93, 109, 113, 120
Это интересно	41, 65, 68
Вести из Сети	126
Как подписаться	127
Анонс	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».

Танцюра 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

МАДОУ д/с № 13 «Улыбка», г. Набережные Челны, Республика Татарстан 66	МБДОУ д/с № 103 «Золотой ключик», г. Барнаул Алтайского края 42
МАДОУ д/с № 43 «Родничок», г. Химки Московской обл. 32	МБДОУ д/с № 383, г. Самара 37
МАДОУ ЦРР — д/с № 11, г. Добрянка Пермского края 69	МБДОУ д/с «Дюймовочка», пгт Приобье Октябрьского р-на, ХМАО—Югра 97
МБДОУ д/с № 3 «Солнышко», с. Моргауши, Чувашская Республика 46	МБДОУ д/с «Звездочка», пос. Звездный Пермского края 81
МБДОУ д/с № 7, станция Старощербиновская Краснодарского края 112	МБДОУ ЦРР — д/с № 178, г. Чебоксары, Чувашская Республика 24
МБДОУ д/с № 8 «Тундровичок», г. Норильск Красноярского края 60	МДОУ д/с № 9 «Аленушка», г. Коряжма Архангельской обл. 94
МБДОУ д/с № 24 «Радуга», г. Туапсе Краснодарского края ... 78	МДОУ д/с № 45, г. Петропавловск-Камчатский Камчатского края 114
МБДОУ д/с № 34, пос. Самусь Томской обл. 85	МКДОУ д/с № 79, г. Киров 51
МБДОУ д/с № 46 «Надежда», г. Норильск Красноярского края 54	СП д/с № 9 «Вишенка» ГБОУ СОШ № 16, г. Жигулевск Самарской обл. 6
МБДОУ д/с № 70 «Дюймовочка», г. Железногорск Красноярского края 11	ЧДОУ д/с № 262 ОАО «РЖД», г. Хабаровск 110
Антиошина Елена Николаевна ... 94	Львова Татьяна Владимировна ... 46
Байрак Яна Викторовна 110	Маклакова Лариса Геннадьевна ... 37
Бугаенко Елена Анатольевна 60	Мальцева Анна Васильевна 11
Вилисова Ольга Рафаиловна 69	Масленникова Наталья Геннадьевна 97
Войцеховская Наталья Владимировна 42	Микрюкова Наталья Михайловна ... 51
Дмитриева Валентина Владимировна 85	Назарова Ольга Владимировна .. 85
Духина Диана Сергеевна 112	Очнева Елена Ивановна 32
Зубрицкая Наталья Борисовна .. 54	Сайфетдинова Гульнара Разифовна 66
Иванова Ольга Николаевна 85	Церковная Оксана Евгеньевна ... 114
Киреева Ирина Петровна 78	Цурукина Екатерина Александровна 54
Коваленко Ольга Александровна 81	Шутилова Светлана Александровна 6
Лебедева Ольга Ильинична 24	Яковлева Людмила Иосиповна ... 11
Лохматова Любовь Владимировна 32	Яковлева Татьяна Васильевна 24

Игра в физическом и психологическом благополучии детей

Социально-экономическая обстановка, сложившаяся в стране в начале XXI в., оказывает влияние и на характер воспитания детей. От человека нынешнего столетия напряженный ритм жизни требует быстроты реакции, целеустремленности, упорства, умения управлять собой, преодолевать трудности, психологической устойчивости. Формирование данных качеств значительно затруднено, если нет эмоционально-психологического благополучия в семье и дошкольной организации, что может привести к деформации личности ребенка, снижению его возможностей взаимодействия с окружающими.

Грамотная организация жизни ребенка, использование игр, в том числе подвижных и спортивных, в значительной степени позволяют влиять на физическое и психологическое благополучие подрастающего поколения. Поэтому так важно воспитывать у детей интерес к физической культуре и спорту, осознанное отношение к здоровью, формировать здоровый образ жизни, совершенствовать двигательные умения. В реализации этих задач игры служат незаменимым и уникальным средством. Чтобы дети принимали активное участие в подвижных и спортивных играх, в физкультурной работе необходимо шире использовать игровые приемы и упражнения, загадки, литературные и музыкальные произведения. Все это способствует положительному эмоциональному настрою детей, активному применению на практике приобретенных ими двигательных навыков.

Игры могут с успехом использоваться для профилактики утомления, выполняют оздоровительную, релаксационную, образовательную, коммуникативную, воспитательную функции. Физическая и психическая составляющие в играх тесно взаимосвязаны. С опытом работы детских садов по использованию игровых методов в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками читатели могут ознакомиться в данном номере журнала. Надеемся, что он будет полезен практикам.

Друзья! Ждем ваши новые материалы по адресу: dou@tc-sfera.ru. Не забывайте заходить на сайты издательства «ТЦ Сфера», которые постоянно модернизируются и становятся более удобными для пользователей: www.tc-sfera.ru и www.sfera-podpiska.ru. Ознакомиться с ассортиментом издательства и приобрести продукцию можно в интернет-магазине по адресу www.sfera-book.ru. На наших сайтах можно почитать новости дошкольного образования, узнать требования к публикациям, оформить электронную подписку на журналы.

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

Индивидуально- дифференцированный подход в развитии физических качеств при обучении катанию на коньках

Шутилова С.А.,

*инструктор по физкультуре СП д/с № 9 «Вишенка» ГБОУ
СОШ № 16, г. Жигулевск Самарской обл.*

Катание на коньках — эффективное средство, стимулирующее двигательную активность, улучшающее состояние здоровья и общую физическую подготовленность. Систематические катания на коньках, проводимые на воздухе, положительно влияют на организм детей. Благодаря воздействию холодного воздуха на ограниченную поверхность кожного покрова, такие занятия способствуют улучшению терморегуляторных процессов в организме и закаливанию детей. Во время катания укрепляется свод стопы за счет постоянного чередования напряжения и расслабления мышц ног при смене одно- и двухопорного скольжения. Катание на коньках значительно повышает устойчивость вестибулярного аппарата, от тренированности которого зависят уменьшение возбудимости в органах равновесия, а также правильное распределение мышечного напряжения.

Катание на коньках способствует воспитанию интереса и любви к конькобежному спорту, развивает смелость, настойчивость, решительность, воспитывает чувства коллективизма, взаимопомощи. На занятиях дети приучаются к дисциплинированности, что, в свою очередь, способствует лучшему восприятию программных заданий, упражнений, игр, повышению качества выполнения движений на коньках.

Занятия на коньках предусматривают индивидуально-дифференцированный подход, поскольку они травмоопасны. Дети, не имеющие специальной подготовки, не способны сразу же выполнять необходимые упражнения. Поэтому воспитанники были разделены на небольшие подгруппы (по 6 чел.), в зависимости от уровня имеющихся у них навыков катания на коньках.

Цель: развитие физических качеств детей при обучении катанию на коньках.

Задачи:

- повышать уровень равновесия, формируя технику отталкивания в катании на коньках по прямой;
- развивать ловкость за счет совершенствования умения катания на коньках;
- укреплять здоровье воспитанников с помощью закаливания во время катания на коньках в облегченной одежде;
- повышать заинтересованность родителей в регулярном посещении детьми городских катков.

* * *

Предварительная работа

Перед началом обучения проводилась большая предварительная работа. Чтобы вызвать интерес к предстоящим занятиям, был организован просмотр видеофрагментов фигурного ка-

тания, в которых хорошо видны основные компоненты техники катания по прямой, по кругу и др. Дети рассматривали фотографии фигуристов, после чего с ними беседовали о правильном исходном положении тела во время катания, а также о практическом воспроизведении такого положения тела (согнутые, ненапряженные ноги; прямая, немного напряженная поясница; руки подняты в стороны на уровне плеч ладонями вниз; взгляд устремлен вперед, а не в лед). Это дало возможность заложить основу для обучения катанию на коньках без падений.

Детям предложили рассмотреть коньки, попробовать зашнуровать их, помня о том, что коньки шнуруются сильнее всего в подъеме, носок и верх можно шнуровать слабее. На занятиях по изобразительной деятельности дети рисовали конькобежца и старались передать исходное положение его тела во время катания.

Следующим этапом предварительной работы стало обучение детей правильному падению. Эти занятия проходили в спортивном зале на гимнастических матах. Дети пробовали падать на них, вытягивая руки вперед и сгибая колени, завалившись набок.

В это же время велись разъяснительные беседы о том, как опасны падения вперед или назад, а также давались рекомендации, как правильно вести себя в

случае таких падений: при падении вперед надо выставить руки; при падении назад — постараться сгруппироваться, прижав к себе руки и ноги, ни в коем случае нельзя откидывать голову назад.

Основной этап обучения

В основной этап входили занятия на льду. Для этого на спортивной площадке детского сада был залит каток, также дети в сопровождении педагогов посещали городской каток.

Обучение строилось с учетом уже имеющихся навыков. При полном отсутствии навыков катания данный этап был реализован в полном объеме.

Содержание занятий с детьми, имеющими первоначальные навыки, усложнялось постепенно с учетом структуры изучаемых движений, что позволило детям быстро и сознательно усвоить предлагаемые упражнения, накопить двигательный опыт. В занятия последовательно включались разнообразные подводящие и специальные упражнения, в основном в игровой форме. Каждое занятие начиналось с небольшой разминки, которая позволяла подготовить мозг, сердце и мышцы к нагрузкам, снижала шанс получения травм.

Упражнения, обязательно входящие в разминку:

- круговые вращения кистями (на них приходится падать и опираться);

- вращения и наклоны корпуса;
- приседания (не менее 15—20 раз);
- подъемы на носках до легкого жжения в икроножных мышцах.

Целью первых занятий на льду стало обучение детей умению твердо стоять на коньках. Для этого им предлагалось выполнить несколько несложных упражнений: приседания на месте, ходьба обычным шагом вперед, приставные шаги в разные стороны. Простое упражнение «Перекат» позволило детям почувствовать изгиб лезвия коньков, а в дальнейшем освоить толчки и повороты во время скольжения по прямой.

Следующие занятия были направлены на обучение детей первоначальному скольжению по льду. Этому способствовали игровые задания: «Шаги-великаны», «Постройся в шеренгу», «Найди свое место», «Елочка» (прокатывание со следом-елочкой).

Когда дети освоили скольжение по прямой, пришло время перейти к разучиванию торможения. Начать работу в этом направлении помогло упражнение «Фонарик». Оно заключается в следующем: после разбега необходимо начать скольжение на двух коньках одновременно, соединяя и разводя носки коньков. В этом упражнении дети быстро, после 2—3 повторений, усвоили необходимое положение коньков.

Новым элементом в освоении способов торможения стало торможение «плугом»: после разбега дети выполняли упор внутренними ребрами обеих коньков о лед; а при торможении «полуплугом» — упор внутренним ребром одного конька. Выполняя эти виды торможения, дети осваивали соответствующие положения тела. При торможении «плугом» колени должны быть соединены, туловище слегка наклонено вперед, руки внизу. При торможении «полуплугом» — опорная нога слегка согнута, туловище наклонено в ее сторону.

Одновременно с освоением способов торможения совершенствовался навык скольжения по прямой поочередно на правой и левой ноге и одновременно на двух коньках при помощи игровых упражнений: «Воротца» (прокатывание по прямой разными способами между ориентирами, выстроенными в форме «воротцев»); «Змейка» (скольжение на двух ногах, оставляя след «змейкой») и подвижной игры «Поезд» (катание по краям катка, держаться друг за друга).

Далее детям предлагалось освоить повороты трех видов:

- с разбега по прямой (поворот в любой части прямой);
- с разбега с переходом на скольжение на сомкнутых коньках (поворот у обозначенного места поочередно влево или вправо);

- с разбега с переходом на скольжение с последующим въездом в ограниченное пространство — дугу, выложенную из снега или нарисованную на льду.

Игровое упражнение «Волчок» позволило обучить детей катанию по кругу вокруг своей оси. Задача данного упражнения — обучить детей управлять сначала одним скользящим коньком, наклонив его на наружное ребро, другой же ногой в это время производить отталкивание в сторону назад. Затем это же упражнение выполнялось в другую сторону. Большое внимание во время выполнения необходимо уделять наклону туловища в сторону поворота.

Для закрепления сформировавшихся навыков катания на коньках в занятия были включены игры-задания с элементами соревнования и подвижные игры с правилами. Причем в первую очередь организовывались такие игры с правилами, в которых все дети выполняли одинаковые действия по сигналу. Например: «Кружки и звездочки» — после катания враспынную дети собирались по 2—3 чел. в кружок или изображали звездочку; «Найди пару» — после катания по всему катку дети делились на пары и катались так 1—2 круга и т.д.

Затем проводились более сложные игры с ловлей и быстрым катанием («Ледяные домики»,

«Догони ласточку», «Салки»), игры-эстафеты. Для улучшения быстроты выполнения организовывались соревнования.

Чтобы в полной мере развить навыки катания, необходимо их ежедневное закрепление. С этой целью в работу вовлекались родители, для которых проводились консультации, мастер-классы, круглый стол. По результатам работы оформили фотоколлаж «Фигурное катание в нашей семье».

Результаты

Индивидуальный мониторинг физических качеств (равновесия, ловкости, быстроты) показал положительную динамику у каждого ребенка.

Повысилась сопротивляемость к простудным заболеваниям, о чем говорят показатели заболеваемости по группе. Было отмечено сокращение продолжи-

тельности протекания болезней с 10—12 до 5—6 дней.

Повысилась заинтересованность родителей в регулярных прогулках с детьми на свежем воздухе, катании на коньках на катках города и приобщении детей к фигурному катанию.

Повысился интерес воспитанников к коньковым видам спорта, дети приобрели прочные навыки катания на коньках разными способами.

Таким образом, катание на коньках при целенаправленном руководстве со стороны взрослого может всесторонне положительно влиять на развитие ребенка.

Литература

Мишина А.Н. Фигурное катание на коньках. Учебник для институтов физической культуры. М., 1985.

Пустынникова Л.Н. Коньки в детском саду. М., 1979.

Издательство «ТЦ Сфера» представляет



СОТРУДНИЧЕСТВО ДЕТСКОГО САДА И СЕМЬИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ

Под ред. С.С. Прищепы, Т.С. Шатверян

В книге описаны этапы становления сотрудничества детского сада и семьи в физическом воспитании детей дошкольного возраста в России, раскрываются теоретические основы построения системы сотрудничества образовательной организации и семьи в физическом воспитании детей раннего и дошкольного возраста на современном этапе, представлены психолого-педагогические проекты и др.

Сайты: www.tc-sfera.ru, www.sfera-podpiska.ru

Интернет-магазин: www.sfera-book.ru

Интегрированная игровая программа «Космические разведчики»

Яковлева Л.И.,
педагог-психолог;

Мальцева А.В.,
инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 70 «Дюймовочка»,
г. Железногорск Красноярского края

Часть 1. «Испытательный блок»

Цель: создание специфических психофизических игровых условий для становления детской самостоятельности, инициативы и ответственности.

Задачи:

- способствовать реализации каждым ребенком индивидуальной траектории психофизического развития в заданных игровых условиях;
- ориентировать родителей на первичное развитие базовых познавательных процессов;
- поддерживать эмоциональный отклик детей на происходящее в игре;
- способствовать становлению мотивов обучения через предложенные игровые ситуации.

Оборудование: ноутбук, объявление; мигающие браслеты (по 3 шт. для каждого ребенка); голубые повязки на головы родителям; мешочки с песком на ве-

ревках весом 300 г (по 2 шт. для каждого ребенка); по 2 больших куска ткани, батута, подвесных каната; 4 больших и 3—4 небольших фитбола; 1 большой и 3—4 небольших обруча; маты, тряпчатый туннель, плоскостные «следы» (по 2 шт. для каждого ребенка), воздушные шары, 2 гимнастические скамейки, различные виды конструкторов, фломастеры, карандаши, восковые мелки, бумага, карточки-схемы, столы; волейбольная сеть.

Участники: дети 6—7 лет, родители, воспитатели.

Ведущие: педагог-психолог, инструктор по физкультуре.

Предварительная работа: в группе заранее вывешивается объявление «Внимание всем! Центр подготовки космических разведчиков проводит набор в группу подготовки к космическим полетам на неизвестные планеты. Требования к кандидатам: любознательность, ответственность, инициативность, желание работать в команде,

умение самостоятельно решать поставленные задачи. Для зачисления в команду необходимо пройти испытание. Все желающие могут обратиться в Центр подготовки космических разведчиков». Дети с воспитателем в группе обсуждают объявление. Желающие подают заявку в Центр подготовки космических разведчиков. Через 1—2 дня воспитателю на компьютер приходит ответ: «Ваши заявки приняты. Ждите инструкторов Центра». Дети с воспитателями и родителями обсуждают полученный ответ: кто такие космические разведчики, чем они занимаются, что должен знать и уметь космический разведчик, какие задания нужно будет выполнять и т.д. Еще через 1—2 дня в группу приходят инструкторы Центра (педагог-психолог и инструктор по физической культуре).

* * *

1 - й инструктор. Здравствуйте, ребята! Мы — главные инструкторы Центра подготовки космических разведчиков. В наш Центр поступили ваши заявки. Вы хотите стать космическими разведчиками?

Д е т и. Да, хотим!

1 - й инструктор. Космическое пространство огромно и еще мало изучено. Нам нужны смелые, отважные, любознательные разведчики, умеющие само-

стоятельно принимать решения, не боящиеся трудностей и готовые работать в команде. Вы такие?

Д е т и. Да!

1 - й инструктор. Тогда приглашаем вас в наш Центр. Прежде чем попасть в команду разведчиков, вам нужно будет пройти испытание.

Дети за инструкторами подходят к физкультурному залу — «Центру подготовки космических разведчиков».

Это наш Центр. Сейчас каждый из вас получит вот такой браслет (*показывает*). Наденьте его на руку.

2-й инструктор раздает детям браслеты.

Теперь вы — курсанты Центра. Проходите за 2-м инструктором в 1-й испытательный блок.

1-й испытательный блок

Все задания в этом блоке выполняются одновременно разными группами детей. Каждое задание длится 3—4 мин, затем группы детей меняются испытаниями, и так до тех пор, пока каждая группа не пройдет все шесть испытаний.

В Центре расположены различные испытательные модули:

- 2 больших куски ткани;
- 4 больших фитбола и 1 большой обруч;

- 2 подвесных каната и 2 батута, маты;
- тряпочный туннель;
- плоскостные «следы» (по 2 шт. для каждого ребенка);
- 2 гимнастические скамейки, воздушные шарик.

Рядом с каждым модулем находятся помощники (родители).

1-й инструктор. Сегодня вам предстоит пройти шесть испытаний. Руководить испытаниями будут наши помощники (*указывает на родителей*). Сейчас вам предстоит выбрать один из испытательных модулей.

Дети выбирают модуль, родители, воспитатели и инструкторы наблюдают за выбором и в случае необходимости помогают.

По сигналу 2-го инструктора испытание начинается.

1-й модуль: 4 родителя держат за края кусок ткани, на которую ложится ребенок. Родители поднимают его и начинают раскачивать вверх-вниз, вправо-влево, сначала медленно, постепенно увеличивая темп и совершая оборот на 180 и 360 градусов.

2-й модуль: по кругу расположены фитболы, в центре — большой обруч. 4 ребенка ложатся животом на фитболы, ноги разведены в стороны, на вытянутых руках они должны удержать обруч. Родители страхуют курсантов.

3-й модуль: 2 курсанта подпрыгивают на батутах, затем ле-

зут по канатам как можно выше. Они должны удержаться наверху как можно дольше. Родители внизу страхуют детей.

4-й модуль: 2 родителя держат тряпочный туннель, 2 ребенка проползают в него с противоположных концов. Дopolзают до середины, разворачиваются и ползут к выходу. Родители перекручивают туннель так, чтобы преградить детям выходы. Детям необходимо как можно скорее выбраться из туннеля.

5-й модуль: 4 ребенка встают у противоположных стен зала. У каждого ребенка по 2 плоскостных «следа». Каждый ребенок встает двумя ногами на один «след», свободный бросает впереди себя и пытается встать на него двумя ногами (вставать на пол запрещается). Передвигаясь таким образом, дети должны обойти круг и вернуться на свое место. Родители контролируют правильность выполнения задания.

6-й модуль: 2 ребенка садятся на гимнастическую скамейку, лицом друг к другу, удерживая между животами воздушный шарик. Руки за спиной или разведены в стороны. Дети, отталкиваясь ногами, двигаются к противоположному краю скамейки. При этом стараются не выронить воздушный шарик. Добравшись до края скамейки, дети начинают движение в обратном направле-

нии. Родители отмечают, чья пара совершит больше движений по скамейке и при этом ни разу не выронит шарик.

Главные инструкторы контролируют прохождение испытаний всеми курсантами и вместе с воспитателями отмечают в бланке самостоятельность выбора, проявление инициативы, нестандартный подход к решению поставленной задачи.

1 - й инструктор. Помощники, доложите о прохождении курсантами испытательных заданий!

Родители докладывают, как дети прошли испытания.

За прохождение 1-го блока испытаний разрешаю включить браслеты.

Дети включают браслеты на руке.

Приготовиться к прохождению 2-го испытательного блока! Получите второй браслет.

Дети надевают браслеты и подходят к двери музыкального зала.

Чтобы попасть во 2-й испытательный блок, вам предстоит ответить на вопросы.

1-й инструктор задает каждому ребенку вопрос. После ответа дети проходят в музыкальный зал, где их встречают 2-й инструктор и родители.

Вопросы

- Почему ракета не может взлетать с аэродрома?

- Сколько планет в нашей Солнечной системе?
- Как называется красная планета?
- Почему ракета не может лететь на бензине?
- Как называется спутник Земли?
- Кто был первым космонавтом на Земле?
- Какие первые животные полетели в космос?
- Зачем нужны космические спутники, сделанные руками человека?
- Почему звезды с Земли видны только ночью?
- Чем опасны для Земли метеориты?
- Что такое озоновая дыра?
- Какие созвездия ты знаешь?
- Как называется созвездие, похожее на ковшик?
- Зачем космонавту скафандр?

2-й испытательный блок

1 - й инструктор. Товарищи курсанты! Сейчас вам предстоит показать свою сообразительность, умение самостоятельно выполнять задания и находить интересные решения. Готовы?

Дети. Да!

1 - й инструктор. Посмотрите, на столах разложены разные задания. Вы можете работать самостоятельно, объединиться в пары или небольшие группы. На каждом столе есть специальные значки — человечки. Этот значок (*показывает одного человечка*) означает, что

здесь курсант выполняет задание самостоятельно. Этот значок (*показывает двух человечков*) показывает, что здесь задание выполняют два курсанта вместе. Этот значок (*показывает несколько человечков*) показывает, что задание выполняет группа курсантов. В случае затруднения вы можете обратиться к нашим помощникам (*показывает на родителей*). Приступить к выполнению заданий!

Инструкторы, помощники и воспитатели наблюдают и отмечают в бланке выбор курсантов.

Задания 2-го блока

1. Индивидуальное задание «Дорисуй ракету или спутник».

На столе несколько карточек с элементами деталей предполагаемых ракет или спутников. Ребенку необходимо дорисовать каждую деталь так, чтобы получилась ракета или спутник.

2. Задание для двух детей «Собери ракету».

На столе несколько видов конструкторов. Детям необходимо вместе собрать из конструктора «космический аппарат».

3. Задание для подгруппы детей «Модель внутренней части ракеты».

Детям необходимо разработать «модель внутренней части космического корабля», сделав для этого чертеж.

Инструкторы, родители и воспитатели наблюдают и отмечают в

бланке выбор курсантов. Родители и воспитатели ненавязчиво помогают тем, кто затрудняется.

1 - й и н с т р у к т о р. Работа во втором испытательном блоке завершена! Расскажите о выполнении заданий.

Каждая группа (или один ребенок) рассказывает о выполнении задания: какие были трудности, что получилось, удалось ли договориться с товарищами и т.д. Родители и воспитатели могут высказать свои наблюдения.

Товарищи курсанты! Вы прошли испытания 2-го блока. Можете включить второй браслет!

Дети включают браслеты.

Сейчас вам предстоит пройти последнее испытание. Вы будете работать в общей команде. Главное правило — не бросать своего товарища. Получите третий браслет.

Дети надевают браслеты.

Переходим на испытательную площадку!

Все возвращаются в физкультурный зал.

3-й испытательный блок

2 - й и н с т р у к т о р. Первое испытание: представьте, что вы попали на планету, где нет силы притяжения. Что может с вами произойти?

Дети отвечают.

Да, вы можете просто улететь в открытый космос. Чтобы этого не случилось, к вашим ногам привяжут утяжелители (*показывает мешочки с песком на веревках*). Сейчас вам предстоит преодолеть ущелье — узкий проход между «скалами» (*показывает на родителей, которые стоят в 2 шеренги лицом друг к другу. При этом они выставляют одну согнутую ногу вперед — это «выступ скалы», создавая тем самым дополнительное препятствие*).

Два родителя растягивают волейбольную сетку по всему проходу между «скалами», удерживая ее на входе и выходе из прохода. В ячейках сетки привязаны различные резиновые животные и насекомые: змеи, скорпионы, пауки, осы и т.д.

Испытание «Ущелье»

Дети с помощью родителей и воспитателей привязывают к каждой ноге утяжелители и преодолевают «ущелье» по-пластунски. Главное условие — не задеть насекомое и «выступ скалы» (согнутую ногу взрослого).

1 - й и н с т р у к т о р. Товарищи курсанты! Доложите о выполнении задания!

Дети делятся своими впечатлениями.

2 - й и н с т р у к т о р. Представьте себе, что вы попали на планету, которую постоянно атакуют метеориты. Ваша задача —

увернуться и не попасть под «метеоритный дождь». Работать вам предстоит в парах.

Испытание

«Метеоритный дождь»

Родители встают на противоположных концах площадки лицом друг к другу. У них в руках небольшие фитболы и обручи. Дети встают на свободных противоположных концах площадки. По сигналу 2-го инструктора родители начинают перебрасывать друг другу фитболы и перекидывать обручи. Дети в парах пробуют преодолеть пространство «метеоритного дождя», перебегая с одного конца площадки на другой. Задача — не потерять своего товарища и не попасть под «метеоритный дождь». Воспитатели помогают родителям (подают фитболы и обручи).

1 - й и н с т р у к т о р. Товарищи курсанты! Доложите о выполнении задания!

Дети делятся своими впечатлениями.

Разрешаю включить третий браслет!

Дети включают браслеты.

Поздравляю вас с успешным прохождением всех испытаний. С сегодняшнего дня вы приняты в команду космических разведчиков. Совсем скоро вам предстоит отправиться в космическую разведывательную экспедицию.

У космических разведчиков есть своя любимая песня. Давайте все вместе споем ее.

Дети исполняют песню «Я верю, друзья» (муз. О. Фельцмана, сл. В. Войновича).

1 - й и 2 - й инструкторы (*вместе*). До скорой встречи!

Все прощаются и выходят из зала.

Часть 2.

«Неизвестные планеты»

Цель: создание специфических психофизических условий формирования у ребенка мотивов обучения.

Задачи:

- способствовать проявлению инициативы и самостоятельности у каждого ребенка;
- создавать специфические ситуации для развития воображения;
- побуждать к самостоятельному произвольному контролю и управлению своими эмоциями и движениями;
- поддерживать эмоционально благоприятные детско-родительские отношения.

Оборудование: музыкальный зал оборудован как «Центр космических полетов» (на стене размещены пульта управления, на полу стоит большой экран, ноутбук); горка — трап из Аконита. Физкультурный зал — «космическое пространство» (окна за-

темнены, по потолку протянуты светодиодные ленты); звездолет из Аконита, к потолочной балке подвешены 3 большие объемные планеты (не менее 80 см в диаметре); молоко, пищевые красители, средство для мытья посуды, трубочки для коктейля, большие коробки — «горы», фонарики (5—6 шт.).

Участники: дети 6—7 лет, воспитатель, 2-й воспитатель (руководитель космических полетов), родители (жители неизвестных планет).

Ведущие: педагог-психолог (командир звездолета), инструктор по физкультуре (пилот звездолета).

Предварительная работа: дети выполняют творческие работы (рисунки, аппликацию, коллаж и т.д.) о природе планеты Земля. Далее все работы фотографируются, и для каждого ребенка составляется свой мини-фотоальбом с творческими работами. Также каждый ребенок выполняет несколько рисунков на тему «Космос». Далее эти рисунки оформляются в виде фильма с голосом ребенка, читающего стихи о космосе.

* * *

В группе звучит аудиозапись: «Центр космических полетов объявляет о начале подготовки межзвездной экспедиции, цель которой — изучить, есть ли жизнь во Вселенной. Команде космических

разведчиков необходимо прибыть в Центр полетов для подготовки к экспедиции в 17.00!».

Воспитатель. Ребята! Это обращение адресовано нам! Вы уже прошли испытания в Центре подготовки космических разведчиков и получили специальные браслеты.

Дети вспоминают испытания и делятся впечатлениями.

Ребята, кто помнит, во сколько нам нужно прибыть в Центр космических полетов? Посмотрите на часы и определите время.

Дети определяют время по часам. Затем все идут в музыкальный зал, на двери которого висит табличка «Центр космических полетов». В зале детей встречает 2-й воспитатель (руководитель космических полетов).

2-й воспитатель. Здравствуйте, разведчики! Я — руководитель Центра космических полетов. Мы готовим межзвездную космическую экспедицию. Я знаю, что вы уже прошли специальную подготовку и получили разрешение участвовать в ней.

Через несколько минут вам предстоит отправиться в путешествие по просторам Вселенной и исследовать неизвестные планеты. Может быть, вам не скоро удастся вернуться на родную Землю. Посмотрите, как пре-

красна наша планета и расскажите жителям далеких планет о ее красоте.

Звучит аудиозапись песни «Трава у дома» (муз. В. Мигули, сл. А. Поперечного). На большом экране демонстрируются картинки о природе Земли.

Космические разведчики! Пройдите в звездолет и приготовьтесь к полету!

В проходе между музыкальным и физкультурным залами установлена горка из Аконита высотой не менее 1 м. В физкультурном зале горка плавно переходит в «звездолет» из Аконита. Разведчики друг за другом взбираются на горку и скатываются в «звездолет». Там их встречает **Командир звездолета** (педагог-психолог).

Командир. Здравствуйте, космические разведчики! Я командир звездолета! А это (*показывает на инструктора по физической культуре*) пилот нашего корабля. Займите места в звездолете. Пилот, ключ на старт!

Пилот кладет руку на ключ зажигания.

Начинаю отсчет времени: 5, 4, 3, 2, 1... пуск!

Пилот поворачивает «ключ», на носу корабля зажигаются светодиодные огоньки.

Мы покидаем родную планету и выходим в открытый космос!

Воспитатель незаметно включает светодиодные ленты на потолочной балке. Звучит «космическая» музыка.

П и л о т. Командир! Впереди по курсу неизвестная планета!

В это время помощник незаметно приспускает с потолка на веревке одну из планет.

К о м а н д и р. Наш звездолет совершает посадку на планету. Приготовиться к высадке! Открыть входной люк!

Один из детей «открывает люк».

Разведчики, идите за мной след в след.

Дети «выходят из звездолета» и идут за командиром.

Как вы думаете, есть ли жизнь на этой планете?

Дети отвечают.

А что это там летает и искрится?

Дети высказывают свои предположения, подходят ближе. В одном углу зала из больших коробок оборудованы «горы». Как только разведчики подходят ближе, из-за «гор» осторожно выглядывают «мыльники» (родители) — жители планеты Мыльников. Они пускают мыльные пузыри.

Как вы думаете, кто это?

Дети отвечают.

Давайте поприветствуем жителей этой планеты.

Д е т и. Здравствуйте!

Мыльники осторожно выходят из-за «гор» и окружают детей.

К о м а н д и р. Мне кажется, они нас боятся! Как мы можем показать им, что мы друзья?

Дети отвечают.

Хорошо, давайте попробуем сделать так, как вы предложили.

Каждый ребенок демонстрирует мыльникам свое дружеское приветствие. Мыльники кивают головами, улыбаются.

Как вы думаете, мы выбрали правильное решение?

Дети отвечают.

Кто готов вступить в переговоры с жителями этой планеты? Попробуйте узнать о них побольше.

Дети вступают в диалог с мыльниками. Командир и пилот наблюдают за контактами сторон, в случае необходимости помогают.

Уважаемые жители планеты Мыльников! А почему вы все время пускаете пузыри?

М ы л ь н и к и. На нашей планете одни только камни и горы. А нам очень хочется, чтобы было красиво. Мыльные пузыри так удивительно искрятся, переливаются. И нам становится веселее и радостнее!

К о м а н д и р. Давайте устроим веселое соревнование. Кто надует самую большую гору из мыльных пузырей!

Мыльники. Давайте, мы будем очень рады!

Командир. Разведчики, вы готовы?

Дети. Готовы!

Соревнование «Мыльная гора»

Дети и родители делятся на 3—4 группы. У каждой группы своя емкость с мыльным раствором. По сигналу все опускают трубочки в раствор и начинают выдувать пузыри. Воспитатели в это время направляют на каждую мыльную гору свет фонариков.

Мыльники. Как красиво стало на нашей планете! Она вся искрится и сверкает! А кто же победил?

Командир. Я думаю, победила дружба! Разведчики, вы согласны со мной?

Дети. Да!

Мыльники. А чем вы занимаетесь на своей планете?

Разведчики. Мы любим играть в разные веселые игры. Хотите и вас научим?

Мыльники. Конечно, хотим!

Ребенок. Летом на нашей планете летает очень много разных насекомых: мухи, комары, мошки. Чтобы они нас не кусали, мы отмахиваемся от них вот так (*машет полотенцем*). Но они такие назойливые, все время норовят укусить, поэтому приходится быть начеку.

Игра «Мухобойка»

Выбирается ребенок — «мухобойка». По сигналу «насеко-

мые» (дети и родители) бегают по «планете». «Мухобойка» старается осалить полотенцем «насекомых». Осаленные выходят из игры. Игра повторяется с другой «мухобойкой».

Мыльники. Это очень веселая игра. Мы обязательно будем в нее играть.

Командир. Космические разведчики! Нам пора возвращаться на звездолет и продолжать наш путь по просторам Вселенной. А чтобы жители планеты Мыльников помнили о нас, давайте подарим им на память фотоальбомы о природе планеты Земля.

Дети дарят родителям мини-фотоальбомы со своими рисунками о природе Земли.

Мыльники. Мы тоже хотим подарить вам секрет наших мыльных пузырей. Вы будете пускать их у себя на планете, и вспоминать о нас.

Родители дарят детям рецепт мыльных пузырей.

Командир. Космические разведчики! Занять места в звездолете!

Дети размещаются на «корабле».

Пилот, ключ на старт! Начинаю отсчет времени: 5, 4, 3, 2, 1... пуск!

Пилот поворачивает «ключ зажигания». На носу «звездолета» зажигаются светодиодные огоньки и

корабль взлетает. Звучит «космическая» музыка. В зале выключается свет — «звездолет» покинул планету Мыльников. Родители незаметно выходят, помощник поднимает планету Мыльников под потолок.

П и л о т. Командир, впереди по курсу новая неизвестная планета!

К о м а н д и р. Космическим разведчикам приготовиться к посадке на планету!

Музыка затихает. Помощник медленно опускает на веревке новую планету.

Наш звездолет совершил посадку на новую неизвестную нам планету! Открыть входной люк!

Один из детей «открывает люк».

Разведчики, идите за мной след в след.

Дети «выходят из звездолета» и идут за командиром. В это время жители планеты Химичиков (родители) сидят вокруг емкостей (небольших чаш, тарелок) с молоком и «химичат» (проводят опыт).

Д е т и. Здравствуйте! Мы прилетели с планеты Земля! Хотим подружиться с вами!

Х и м и ч и к и (*прикладывают палец к губам*). Тс-с-с-с!

К о м а н д и р. Интересно, что это за планета и чем занимаются ее жители?

Дети высказывают свои предположения.

Попробуем еще раз обратиться к жителям планеты.

Д е т и. Здравствуйте, мы земляне, жители планеты Земля. А как называется ваша планета? И что вы делаете?

Х и м и ч и к и. Мы очень любим химичить, проводить разные опыты. Нас так и зовут — химичики. А планета наша называется планетой Химичиков.

К о м а н д и р. Какое необычное название. Мы с таким еще не встречались! А что же вы химичите?

Х и м и ч и к и. Скоро у нас будет праздник — День планеты Химичиков. И мы хотим украсить наши дома разноцветными молочными узорами.

Д е т и. Разве молоко бывает разноцветным? Оно же белое!

Х и м и ч и к и. Это, наверное, на вашей планете молоко белое. А у нас оно может быть разноцветным. Хотите посмотреть?

Д е т и. Конечно, хотим!

Химичики приглашают детей в круг. Все садятся вокруг емкостей с молоком.

Опыт «Цвет в молоке»

1 - й х и м и ч и к. Это молоко. Сейчас я возьму секретный порошок (*берет пищевой краситель какого-нибудь цвета*).

Каждый химичик тоже берет пищевой краситель того же или другого цвета.

2 - й х и м и ч и к. Попробуем насыпать немного секретного порошка в молоко.

Каждый химичик вместе со своим ребенком насыпает краситель в молоко.

Теперь надо немного подождать.

3 - й х и м и ч и к. Ой, что тут началось!

Дети и химичики замечают, что молоко начинает двигаться. Делятся друг с другом впечатлениями, обсуждают, какие узоры получаются.

4 - й х и м и ч и к. А если добавить секретный порошок другого цвета, да еще подуть. Интересно, что получится?

Дети и химичики добавляют краситель другого цвета и осторожно дуют на молоко. Делятся своими впечатлениями.

5 - й х и м и ч и к. А теперь возьмем вот такую палочку (*показывает ватную палочку*), обмакнем ее вот в такой пузырек (*показывает пузырек со средством для мытья посуды*) и опустим в центр чашки. Что случилось?

Дети и химичики совершают эти действия и наблюдают, что произошло. Красители начинают интенсивнее двигаться, перемешиваться, образуя круги. Участники делятся своими впечатлениями. В конце опыта дети и химичики рассматривают узоры друг у друга.

К о м а н д и р. Вы действительно как настоящие ученые-химики.

Х и м и ч и к и. А хотите, мы подарим вам секретный порошок, мягкие палочки и пузырьки с жидкостью? И вы сможете на своей планете сделать такие же красивые узоры!

Д е т и. Конечно, хотим, спасибо!

Химичики дарят детям коробку с секретным порошком (разноцветные пищевые красители).

П и л о т. А вы любите играть и соревноваться?

Х и м и ч и к и. А что такое игра?

П и л о т. Космические разведчики! Расскажите химичикам, что такое игры и как мы в них играем.

Дети объясняют химичикам, что такое игры и зачем они нужны.

Х и м и ч и к и. А вы научите нас играть в эти самые игры?

Д е т и. Конечно, научим!

Игра «Ящерица»

Дети и родители делятся на две команды. В каждой команде играющие встают друг за другом и держатся за пояс впереди стоящего. По сигналу каждая команда-«ящерица» начинает двигаться по «планете Химичиков». Первый игрок в каждой команде старается задеть последнего игрока в команде соперников. Если он его задел, этот игрок примыкает к его команде. Задача каждой команды — уберечь свой хвост (последнего игрока).

В конце определяется, у какой команды хвост стал длиннее.

Командир. Космические разведчики! Нам пора возвращаться на звездолет и продолжать наше путешествие! Предлагаю на память о нас подарить химичикам фильм о космосе.

Дети дарят химичикам диски с фильмом о космосе.

Химичики благодарят детей.

Дети размещаются в «звездолете».

Командир. Приготовиться к взлету! Ключ на старт! Начинаю обратный отсчет: 5, 4, 3, 2, 1... пуск!

Пилот поворачивает «ключ», на носу «звездолета» загорается светодиодная лента. Звучит «космическая» музыка. В зале гаснет свет. Родители незаметно выходят, помощник поднимает планету Химичиков к потолку.

Пилот. Командир, впереди по курсу планета Земля!

Командир. Так держать! Приготовиться к посадке на родную планету!

Музыка стихает. «Звездолет приземляется».

Поздравляю всех с благополучным возвращением на родную планету!

В это время помощник приспускает на веревке макет планеты Земля.

Открыть входной люк!

Один из детей «открывает люк».

Как хорошо вернуться на родную Землю!

Все садятся вокруг макета планеты Земля. Звучит аудиозапись песни «Дорогою добра» (муз. М. Минкова, сл. Ю. Энтина). Дети подпевают.

Командир. Космические разведчики! Мы побывали всего на двух планетах нашей Вселенной. Возможно, в космосе есть еще немало планет, на которых есть жизнь. Когда-нибудь мы отправимся в космическое путешествие и на другие планеты. Желаю всем удачи!

Издательство «ТЦ Сфера» представляет



ДЕТЯМ О КОСМОСЕ И ЮРИИ ГАГАРИНЕ — ПЕРВОМ КОСМОНАВТЕ ЗЕМЛИ

Беседы, досуги, рассказы

Авт.-сост. — Т.А. Шорыгина, сост. — М.Ю. Парамонова

В пособии представлены беседы и конспекты занятий, в ходе которых дети узнают новое о планете Земля, ее спутнике — Луне, роли Солнца в возникновении и развитии жизни на Земле, планетах Солнечной системы, звездах и созвездиях, а также об освоении космоса людьми.

Больше книг и пособий по теме «Космос»
смотрите на www.sfera-book.ru

Квест-игра «Зарничка» как инновационная технология позитивной социализации дошкольников

Лебедева О.И.,
старший воспитатель;

Яковлева Т.В.,
инструктор по физкультуре МБДОУ ЦРР — д/с № 178,
г. Чебоксары, Чувашская Республика

Педагогами и психологами доказано, что игра для ребенка — наиболее привлекательные, естественные форма и средство познания мира, своих возможностей, самопроявления и саморазвития. Поэтому содержательная, правильно организованная, отвечающая интересам детей игра — эффективное педагогическое средство, позволяющее комплексно решать разнообразные образовательные и развивающие задачи.

Так что же такое «квест»? Откуда он пришел к нам? И что мы подразумеваем, когда говорим об образовательном квесте, о квест-технологии?

Квест (от англ. *quest* — поиск, выполнение поручений) — один из способов построения сюжета — путешествие персонажей к определенной цели через преодоление трудностей.

Квест — командная игра. Идея игры проста — команды, перемещаясь по точкам (станциям), выполняют различные задания. Но изюминка такой организации игровой деятельности состоит в том, что, выполнив одно задание, дети получают подсказку к выполнению следующего, что служит эффективным средством повышения двигательной активности и мотивационной готовности к познанию и исследованию. В таких играх детям необходимо искать различные предметы, находить им применение, разговаривать с персонажами, решать головоломки и т.д. Квест-игру можно проводить как в помещении, перемещаясь из группы в музыкальный или спортивный зал, бассейн и в другие помещения детского сада, так и на улице.

Работа с дошкольниками в ходе квест-путешествия строится с



учетом их возрастных и индивидуальных особенностей и принципа интеграции образовательных областей. Интегративный подход позволяет наиболее эффективно развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы каждого ребенка.

При подготовке и проведении квест-игры необходимо соблюдать определенные правила.

1. Написать сценарий мероприятия, содержащего информацию познавательного характера.

2. Продумать методику проведения игровых заданий.

3. Изготовить необходимое оборудование для прохождения каждого этапа игры (маршрутные листы, карты, другие атрибуты).

4. Разработать маршрут передвижения (он должен быть непривычным, но безопасным для

детей; для повышения интереса способы передвижения могут быть различными; в маршрут желательно включить достаточное количество малоизученных «уголков»).

5. Подготовить музыкальное сопровождение мероприятия.

6. Изменить развивающую предметно-пространственную среду в соответствии с заданной тематикой.

7. Обеспечить безопасность детей.

Широкое использование игрового квеста как инновационной педагогической технологии в дошкольной организации позволяет разнообразить педагогический процесс, сделать его необычным, запоминающимся, увлекательным, интересным для всех участников образовательных отношений.



Немаловажно, что родители также становятся активными участниками образовательного процесса в ДОО, благодаря чему укрепляются и формируются доверительные взаимоотношения между детским садом и семьей. Родители могут принимать участие как в самой игре, так и в приготовлении атрибутов, составлении заданий и т.д.

В преддверии Дня Победы педагоги нашей ДОО организовали военно-спортивный игровой квест «Зарничка». Участниками игры стали воспитанники старшего дошкольного возраста.

По сюжету игры каждая команда должна была пройти семь станций и выполнить определенные задания. Как добраться до

нужных станций, подсказывала карта с обозначением маршрута движения.

Работой в команде руководил капитан, выбранный участниками до начала игры. На каждой станции детей встречал «боец», который и давал задание для выполнения. В процессе выполнения «боевого» задания ребята демонстрировали свои физические и умственные способности.

Только выполнив игровое задание и получив за него звездочку, команда могла перейти к следующей станции.

Педагоги принимали активное участие в изготовлении атрибутов и процессе игры, обеспечивали безопасность движения участников, следили за ее ходом.



Сценарий квест-игры «Зарничка» (для старших дошкольников)

Цель: воспитание у детей чувства уважения к Российской армии, ветеранам войны, любви к родине.

Задачи:

- учить общаться со сверстниками;
- воспитывать чувство патриотизма, любви и уважения к родине;
- учить выполнять задание по словесной инструкции;
- содействовать полноценному физическому развитию;
- обогащать двигательный опыт детей;

- формировать предпосылки для здорового образа жизни;
- закреплять умение определять направление относительно себя, ориентироваться в пространстве;
- учить пользоваться схемой, картой;
- формировать осознанное, безопасное выполнение заданий.

Место проведения: спортивная и игровые площадки.

Оборудование: карта, маршрутные листы, малые мячи, походная кухня, конусы, кегли, бинты.

* * *

В е д у щ и й. Здравствуйте, ребята, взрослые и уважаемые гости детского сада!



9 мая наша страна будет отмечать замечательный праздник — День Победы. Это день благодарности нашим прадедушкам и прабабушкам, защищавшим нашу Родину в суровые военные годы. Поздравляю вас с наступающим праздником и объявляю открытой военно-спортивную игру «Зарничка».

У каждой страны бывают такие моменты в истории, когда приходят тяжелые испытания. Чтобы их достойно пройти, нужны усилия всех людей и большая вера в то, что Родина все преодолет. Такое тяжелое испытание выпало и на долю нашего народа, когда началась война. Ее назвали Великой Отечественной, потому что нужно было защищать свое Отечество от врагов.

Слово предоставляется главнокомандующему нашей игры.

Заведующий говорит напутственные слова.

Пройдет немного времени, наши мальчишки подрастут и займут место тех, кто сейчас стоит на страже нашей страны. Сегодня мы проводим военно-спортивную игру «Зарничка». Участвовать в ней будут все без исключения, чтобы и девочкам было понятно, как же нелегко приходится на военной службе.

Капитаны команд сдают рапорты заведующему, называя свою команду и ее девиз.

З а в е д у ю щ и й. Рапорт принят!

В е д у щ и й. Вам необходимо получить карту нашего детского сада и задание, которое вам предстоит выполнить. За выполнение заданий вы будете получать звездочки, которые наклеите на карту.



Когда вы пройдете все станции, вам нужно будет собраться здесь и доложить о выполнении задания. Условия понятны?

Капитаны получают маршрутные листы.

Отрядам приступить к выполнению задания!

Дети строем уходят с площадки на свои станции, на каждой — их встречает один из педагогов.

Станция «Умелый боец везде молодец»

На спортивной площадке дети соревнуются в силе, ловкости, быстроте и выносливости, проходя полосу препятствий.

Станция «Меткий стрелок»
«Меткий глаз — залог успеха — Скажет нам солдат любой, —
Чтоб желанная победа

Завершила правый бой!»

Малым мячом дети стараются попасть в мишень.

Станция «Полевая кухня»

Дети получают «сухой паек» — печенье и чай — для подкрепления боевого духа.

Станция «Тяжело в учении — легко в бою»

Интеллектуальный бой.

Дети отвечают на вопросы.

- Кто управляет танком? (*Танкист.*)
- Кто служит на границе? (*Пограничник.*)
- Кто летает на вертолете? (*Вертолетчик.*)
- Кто такой ракетчик? (*Тот, кто служит в ракетных войсках.*)



- Как называют человека, прыгающего с парашютом? (*Парашиютист.*)
- Как называются солдаты, у которых нет военной техники? (*Пехотинцы.*)
- Как называются вооруженные силы государства, все военные одной страны? (*Армия.*)
- Что есть у военных на плечах? (*Погоны.*)
- Как называется футляр для пистолета? (*Кобура.*)

Как называются знаки отличия, награды за заслуги, в том числе военные? (*Орден, медаль.*)

- Как называется подросток, изучающий морское дело, будущий матрос? (*Юнга.*)
- Как называется сумка солдата? (*Вещмешок.*)

Далее дети заканчивают словицы, услышав их начало.

- Плох тот солдат, который не мечтает стать генералом.

- Солдат дымом греется — шилом бреется.
- Солдат может сварить кашу из топора.
- Солдату тяжело в ученье, легко в бою.
- Солдат спит, служба идет.

Станция «Минное поле!»

Участники проходят «змейкой» между кеглями, не уронив их.

Станция «Медицинская часть»

Участникам нужно перевязать «раненого» и доставить его в госпиталь.

Станция «Строевая подготовка»

Участники маршируют с построением, исполняя песню.

В е д у щ и й

Играют дети всей Земли в войну,
Но разве о войне мечтают дети?



Пусть только смех взрывает
тишину
На радостной безоблачной
планете!

Звучит любая песня о мире, детстве, дети выполняют несложные танцевальные движения на месте.

Вот и закончилась наша военно-спортивная игра «Зарничка». Мы можем твердо сказать, что наши дошколята станут настоящими защитниками родины!

9 Мая мы помним твой подвиг,
солдат.
9 Мая на солнце блестят ордена.
Спасибо за мир!
Тебе салютует страна!

Ведущий рапортует главнокомандующему о завершении игры. Главнокомандующий вручает участникам грамоты и призы.

Дети маршируют под аудиозапись песни «День Победы» (муз. Д. Тухманова, сл. В. Харитоновна).

Литература

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

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

Комарова Т.С., Зацепина М.Б. Интеграция в системе воспитательно-образовательной работы детского сада. М., 2010.

Короткова Н.А. Образовательный процесс в группах детей старшего дошкольного возраста. М., 2015.

Полат Е.С. и др. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования. М., 2001.

Шорыгина Т.А. Беседы о детях-героях Великой Отечественной войны. М., 2015.

Сюжетно-познавательная спортивная квест-игра «Испытания Форта Боярг»

Очнева Е.И.,

инструктор по физкультуре;

Лохматова Л.В.,

*музыкальный руководитель МАДОУ д/с № 43 «Родничок», г. Химки
Московской обл.*

Занятие-игра вводит ребенка в увлекательный процесс познания, развивает любознательность, двигательные и творческие способности. Такая форма организации образовательного процесса позволяет решать задачи нескольких образовательных областей. Интеграция позволяет сэкономить детям время для общения, прогулок, самостоятельного творчества, игровой деятельности и занятий физическими упражнениями.

Цель: воспитание у дошкольников настойчивости и находчивости, самостоятельности и стремления к достижению положительного результата в ходе формирования элементарных математических представлений с помощью средств практической и игровой деятельности.

Задачи

Оздоровительные:

- совершенствовать выносливость и силу;

- повышать активность и общую работоспособность организма;
- формировать правильную осанку.

Образовательные:

- учить «читать» простейшую графическую информацию, ориентироваться на ограниченной территории, решать простые ребусы;
- совершенствовать перестроение из одной колонны в две, три, четыре;
- закреплять лазанье по гимнастической стенке и спуск по диагонали с переходом с пролета на пролет, умение передвигаться в пространстве, ориентируясь на словесные указания;
- совершенствовать прыжки попеременно на одной и двух ногах;
- закреплять выполнение комплекса ритмической гимнастики под музыкальное сопровождение;

- упражнять в пролезании под препятствием;
- формировать предпосылки к математическому мышлению;
- развивать сенсорные способности, формировать сенсорные эталоны;
- совершенствовать навыки количественного и порядкового счета;
- расширять и обогащать словарь и совершенствовать связную речь;
- учить согласовывать движения с музыкой, передавая ее ритм, темп и характер; петь выразительно, меняя интонацию в соответствии с характером песни, петь с ускорением и замедлением темпа.

Воспитательные:

- учить детей проявлять самостоятельность, наблюдательность, находчивость;
- воспитывать взаимоуважение, чувство товарищества, взаимопомощи и умения действовать в команде.

Оборудование: обручи по количеству детей; гимнастические стенка и скамейки; ориентиры «классики», конверты, схемы, сундук, математический дидактический материал, конусы, сухой бассейн, батут, туннель, сенсорные коробки, шашки по количеству детей, напольный макет шахматной доски размером 3 × 3 м; «сокровищница»; баскетбольное кольцо, труба, оборудование для игр с песком и водой,

«золото» — конфеты; костюмы обитателей Форты Боярд.

* * *

Под музыку из передачи «Форт Боярд» дети входят в спортивный зал.

Инструктор. Я рада приветствовать вас в таинственной крепости — Форте Боярд. Задания, приготовленные для вас обитателями Форты, будут трудными, но интересными. Пройдя испытания, вам нужно добыть четыре ключа. За каждую победу вы получите по одному ключу, а в конце игры сможете добраться до сокровищницы, где вас ожидает главный приз.

К месту состязаний шагом марш!

Дети переходят в музыкальный зал обычным шагом, затем с высоким подниманием коленей, в полуприседе, бегом.

В музыкальном зале перестраиваются в одну колонну, затем в две, три, четыре. По ходу движения берут обручи.

Задание на ориентировку в пространстве

Инструктор. Сделайте один шаг влево, один шаг вправо, два шага назад и три шага вперед.

Дети выполняют.

Молодцы! Все оказались внимательными, у вас все получилось.

Властелин колец дал мне наказ.
С волшебными кольцами
Разминку с вами провести сейчас.

Музыкально-ритмические упражнения с предметами «Армия Чародея»

Под музыку дети выполняют упражнения.

1. И.п.: стоя ноги врозь, обруч перед собой в согнутых руках.

1—8 — попеременно подниматься то на один то на другой носок, руками крутить обруч.

2. И.п.: то же.

1 — руки вверх, подняться на носки, посмотреть в обруч; 2 — обруч опустить на плечи. Повторить 8 раз.

3. И.п.: то же.

1 — выполнить выпад правой ногой вперед, левую руку вынести вперед, правую согнуть в локте перед грудью; 2 — и.п.; 3—4 — то же другими ногой и рукой. Повторить 8 раз.

4. И.п.: то же.

1—8 — выполнять прыжки — ноги вместе, ноги врозь — обруч в согнутых руках перед собой; 9—16 — кружиться вправо, обруч в прямых руках перед собой. Повторить то же в другую сторону.

5. И.п.: то же.

1 — полуприсед, руки поднять вверх; 2 — и.п. Повторить 8 раз.

6. И.п.: в парах, держа двумя руками обручи друг друга.

1—8 — попеременно поднимать и опускать обручи вверх-

вниз, согласовывая с работой ног: поочередно отрывая пятки от пола.

Дети перестраиваются в одну колонну, по ходу движения кладут обручи, затем переходят в спортивный зал шагом, затем с высоким подниманием коленей, в полуприседе, бегом.

В спортивном зале детей встречают мэтры (родители) и выдают схему 1-го испытания.

Дети изучают схему и выполняют по ней задание.

1-е испытание

Дети выполняют упражнения:

— подтягивание лежа на животе по наклонной гимнастической скамейке;

— подъем по шведской стенке;

— спуск с переходом с пролета на пролет по диагонали произвольным способом;

— прыжки (ноги вместе — ноги врозь, «классики»);

— прыжки вверх за конвертом.

Команды вскрывают конверты. В одном из них подсказка — изображение сундука. Дети находят сундук, достают из него рисунки с изображениями гаечного, скрипичного, разводного, дверного ключей, ключа (родника) среди камней.

И н с т р у к т о р. Какие предметы изображены на картинках? Как их можно назвать одним словом?

Дети отвечают.

Инструктор рассказывает о многозначности слова «ключ».

(Обращаясь к мэтрам.) Достойны игроки первого ключа?

Мэтры. Да!

Мэтры дают игрокам первый ключ.

Дети переходят в группу шагом, затем с высоким подниманием коленей, в полуприседе, бегом. Их встречают мэтры и выдают схему 2-го испытания.

2-е испытание

Дети выполняют упражнения:

- ходьба по «следам», по извилистой дорожке;
- прыжки с «кочки на кочку»;
- ходьба по канату «змейкой», с пятки на носок.

Затем дети подходят к разноцветным воздушным шарам, на которых написаны цифры.

Один из мэтров

Пять пальцев ловко рвут траву.

Другой рукой я тоже рву.

Я травкой угощу коня.

Ну, сколько пальцев у меня?

(10.)

Отгадав загадку, дети лопают шарик с числом 10, достают из него записку с изображением домика с цифрами. Инструктор указывает детям на «домики» (обручи), в которых расположены карточки с цифрами от 1 до 8 — «номера домов». Дети получают карточки, на которых изображено разное количество предметов (от одного до десяти).

Инструктор. Ребята, считайте, пожалуйста, сколько

предметов изображено на вашей карточке, и займите домик с соответствующим номером.

Дети занимают «домики».

(Обращаемся к мэтрам.) Достойны игроки второго ключа?

Мэтры. Да!

Мэтры дают детям второй ключ.

Дети переходят в музыкальный зал шагом, затем с высоким подниманием коленей, в полуприседе, бегом. Их встречает Старец Фура (родитель) и выдает схему 3-го испытания.

3-е испытание

Игра «Хоккей» на шахматном поле

Дети занимают на макете шахматного поля белые клетки, берут шайбу и перемещают ее по командам инструктора:

- в центр площадки;
- правый верхний угол;
- центр;
- верхний левый угол;
- правый нижний угол;
- левый нижний угол;
- центр.

Логические задачи

Дети выполняют движения в соответствии с текстом.

Раз, два, три, четыре, пять —

Все умеем мы считать.

Отдыхать умеем тоже —

Руки за спину положим,

Голову поднимем выше

И легко-легко подышим.
 Подтянитесь на носочках
 столько раз,
 Сколько пальцев на руках у вас.
 (10.)

Было у двоих подружек
 Девять праздничных хлопушек.
 Восемь сделали «хлоп-хлоп»,
 Остальные просто «лоп».
 Сколько же плохих хлопушек
 Было у двоих подружек?
 (1.)

Старец Фура. Вы выполнили все мои задания и получаете третий ключ.

Дети переходят в спортивный зал шагом, затем с высоким подниманием коленей, в полуприседе, бегом. В зале детей встречают мэтры и выдают им схему 4-го испытания.

4-е испытание

Дети выполняют упражнения:
 — пролезание в туннель;
 — три прыжка на батуте;
 — прыжок в сухой бассейн.

Мэтр. А вот и следующее задание: в сухом бассейне вам надо найти шарик с подсказкой.

Дети ныряют в сухой бассейн и находят шарик с подсказкой — игрушечным насекомым.

Посмотрите по сторонам, где еще вы видите насекомых?

Дети находят четыре коробки с изображением насекомых.

Чтобы справиться с моим опасным заданием, нужно по-

грузиться в неизвестность и проявить мужество. Перед вами четыре коробки. В каждой из них спрятаны сюрпризы. Опустите руку в коробку и на ощупь определите, что из лежащих там предметов может относиться к математике. Найдите конус, куб, цилиндр и параллелепипед. На магнитной доске найдите плоскую геометрическую фигуру, на которую похож обследованный предмет.

Дети выполняют задание.

Инструктор. Уважаемые мэтры, достойны игроки четвертого ключа?

Мэтры. Да!

Мэтры дают игрокам четвертый ключ.

Дети переходят в музыкальный зал шагом, затем с высоким подниманием коленей, в полуприседе, бегом. Их встречает Старец Фура.

Старец Фура. Вы добрались до сокровищницы. Сейчас вы обменяете свои ключи у хранителей Форты на ребус-подсказку. Если вы разгадаете ребус верно, мои помощники пустят вас в сокровищницу. Но учтите, чем дольше вы отгадываете, тем меньше времени вы проведете в сокровищнице и меньше золота сможете принести. Итак, все готовы?

Дети. Да!

Старец Фура выдает детям карточку с ребусом и переворачивает песочные часы.

Дети разгадывают в ребусе слово «дружба».

Назвав слово, дети в течение нескольких секунд под звуки тревожной музыки ожидают решения Старца.

Один из мэтров высыпает из сундука конфеты. Команде дается одна минута, чтобы собрать «сокровища». Конфет можно брать столько, сколько можно унести в одной горсти.

Мэтры подводят итоги, взвешивают, сколько конфет детям уда-

лось собрать, награждают участников.

Инструктор. На этом наша игра подошла к концу. Всем большое спасибо за проявленную смелость, ловкость, силу, терпение.

До встречи на новых испытаниях в нашей крепости. Удачи и новых побед!

Дети исполняют песню «Настоящий друг» (муз. Б. Савельева, сл. М. Пляцковского).

Формирование у дошкольников бережного отношения к своему здоровью

Маклакова Л.Г.,

инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 383, г. Самара

Детство — это уникальный и насыщенный многосторонним развитием период жизни человека. На данном жизненном отрезке зарождаются, начинают формироваться все важные качества и свойства человека и его организма. Ребенок активно физически и психологически развивается. Очень важно создать верную среду для формирования здорового организма ребенка.

В детстве складываются все морфологические и функциональные структуры, определяющие вероятные способности взрослого человека. Поэтому на этапе дошкольного возраста, когда жизненные установки детей еще недостаточно прочны и нервная система отличается пластичностью, необходимо формировать мотивацию на самочувствие и ориентацию на здоровый образ жизни.

Ребенок не может развиваться, не зная цели и значения собственного существования, не осознавая своих способностей. Понимание себя, собственных жизненных потребностей нужно, чтобы воспринимать, «ощущать и чувствовать» остальных людей.

Именно физическое воспитание в образовательных организациях, в том числе дошкольных, призвано формировать у ребенка верное и осмысленное отношение к себе и собственному здоровью.

Следует учесть, что в дошкольном возрасте биологическая необходимость в движении — ведущая, оказывающая мобилизирующее воздействие на интеллектуальное и эмоциональное формирование ребенка, его поведение и привычки [4].

Получается, что наиболее действенный метод — это приобщение детей к ценностям здорового образа жизни в процессе физического воспитания, где в совершенной мере реализуется необходимость в двигательной активности. Данная потребность должна объединяться с необходимостью получать радость, удовольствие от участия в двигательной деятельности, сопереживать в процессе взаимодействия и общения, самоутверждаться.

На интересе детей к физической деятельности следу-

ет формировать умения и навыки здоровой жизнедеятельности, мотивацию на здоровье. На данном принципе и строится технология целенаправленного формирования ценностного отношения детей старшего дошкольного возраста к здоровью и здоровому образу жизни.

Как отмечают специалисты (Л.И. Божович, А.А. Венгер, Л.С. Выготский, А.В. Запорожец и др.), конкретно старший дошкольный возраст более подходит для осмысленного постижения окружающего мира, развития как интеллектуальных возможностей, так и практических умений и навыков. Однако следует особенно подчеркнуть, что развитию у дошкольников знаний, умений и навыков способствует их участие в доступных и интересных им видах деятельности. Только тогда программа, разработанная взрослыми, будет для ребенка «его собственной» [3].

Физкультурные знания ребенка должны включать:

— знания о собственном физическом состоянии, средствах воздействия на него, показателях здоровья;

— простые правила сохранения и укрепления здоровья, самодисциплины (режим дня, закаливание, правильное питание, профилактика заболеваний, соблюдение правил гигиены, приемы оказания первой помощи);

— знания об основных физических упражнениях, их назначении, методах внедрения в жизнь людей (техника безопасности, правила поведения при подвижных и спортивных играх);

— осознание собственных физических способностей (степени физической подготовленности, реакции организма на физическую нагрузку);

— представления о собственном организме (строение скелета, назначение мышц, строение и активность головного мозга, сердца, органов дыхания).

Современные здоровьесберегающие технологии, применяемые в системе дошкольного образования, отображают два направления оздоровительной и развивающей работы:

— приобщение детей к физической культуре;

— применение развивающих форм оздоровительной работы.

Акцент сдвигается от обычного лечения и профилактики заболеваний к улучшению здоровья как независимой культивируемой ценности — нужны комплекс действенных лечебных профилактических мер, система средств психофизического развития на протяжении всего дошкольного детства.

Принципы, лежащие в основе оздоровительной работы:

— развития творческого воображения. Ребенок условно становится объектом педагогических и

медицинских действий. Благодаря включению ребенком воображения можно достичь значительных результатов в профилактике и лечении ряда болезней: ОРЗ, диатеза, отдельных нарушений сердечно-сосудистой системы и ЖКТ;

— формирования разумной моторики. Движение может быть произвольным и управляемым, лишь когда становится осознанным и ощущаемым. Ребенку предстоит научиться слушать, воспринимать, уважать и любить свое тело;

— создания и закрепления целостного положительного психосоматического состояния при разных видах деятельности;

— формирования у детей возможности к сопереживанию и содействию.

Формы организации здоровьесберегающей работы:

— занятия физкультурой;

— самостоятельная деятельность детей;

— подвижные игры;

— утренняя гимнастика (обычная, дыхательная, звуковая);

— двигательные оздоровительные физкультминутки;

— физические упражнения после дневного сна;

— физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами;

— физкультурные прогулки (в парк, на стадион);

— физкультурные досуги;

— спортивные праздники и оздоровительные процедуры в водной среде.

Современные здоровьесберегающие образовательные технологии можно разделить на три подгруппы:

— организационно-педагогические, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствуют предотвращению переутомления, гиподинамии и остальных дезадаптационных состояний;

— психолого-педагогические, связанные с конкретной работой педагога с детьми;

— учебно-воспитательные, включающие программы по обучению заботе о собственном здоровье и формированию культуры здоровья [5].

Таким образом, система образования в настоящее время имеет целый ряд конфигураций, которые выражаются в изменении содержания образования, использовании новейших педагогических, в том числе здоровьесберегающих, технологий и остальных инноваций.

Такой подход требует от педагогов эрудиции, активности, способности к анализу и готовности к нововведениям.

ДОО имеют огромные возможности для формирования у детей здоровьесберегающей культуры, навыков здорового образа жизни.

Это связано с системностью дошкольного образования, возможностью поэтапной реализации установленных задач с учетом возрастных и психологических способностей дошкольников.

Однако, как показывает практический опыт, детские сады не в совершенной мере реализуют имеющиеся возможности. Для преодоления сложившейся ситуации особенно важна роль педагога, воспитателя как носителя и проводника социальных ценностей, одна из которых — здоровье ребенка.

Литература

1. *Александрова Е.Ю.* Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программе «Остров здоровья». Волгоград, 2007.
2. *Горбатова М.С.* Оздоровительная работа в ДОО: нормативно-правовые документы, рекомендации. Волгоград, 2008.
3. *Кулик Г.И.* Школа здорового человека. Программа для ДОО. М., 2006.
4. *Маханева М.Д.* Воспитание здорового ребенка. М., 2000.
5. *Павлова М.А.* Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения. Волгоград, 2009.
6. *Решетнева Г.М.* Здоровье и физическая культура // Дошкольное воспитание. 2008. № 4. С. 54—56.
7. *Токаева Т.Э.* Будь здоров, дошкольник. Программа физического развития детей 3—7 лет. М., 2016.

НЕСКОЛЬКО ФАКТОВ О РАЗВИТИИ ДОШКОЛЬНИКА: КОСТНО-МЫШЕЧНАЯ СИСТЕМА

Костно-мышечная система у дошкольников развивается неравномерно.

У детей 3—4 лет вес за год в среднем увеличивается на 1,5—2 кг, а рост — на 4—6 см.

На пятом году жизни вес увеличивается на 1—1,5 кг, а рост — на 2—4 см, крепнет организм.

В течение шестого года ребенок прибавляет в весе 3 кг, а в росте — 6—8 см. Пропорции тела заметно изменяются, выносливость организма повышается.

Средние данные роста (см), веса (кг), окружности грудной клетки (см)

Мальчики:

3 года — рост — 92,7, вес — 14,6, окружность грудной клетки — 52,6.

4 года — рост — 99,3, вес — 16,1, окружность грудной клетки — 53,9.

5 лет — рост — 106,5, вес — 18,1, окружность грудной клетки — 55,5.

6 лет — рост — 112,8, вес — 20,2, окружность грудной клетки — 57,6.

Девочки:

3 года — рост — 91,6, вес — 14,1, окружность грудной клетки — 52,0.

4 года — рост — 98,4, вес — 15,8, окружность грудной клетки — 53,2.

5 лет — рост — 105,4, вес — 17,7, окружность грудной клетки — 54,7.

6 лет — рост — 112,5, вес — 19,9, окружность грудной клетки — 56,6.

Развитие скелета у дошкольников еще не завершено, кости мягкие и податливые, в них преобладает хрящевая ткань, что способствует дальнейшему росту. Окостенение конечностей у детей до 7 лет происходит интенсивно, только с 5—6 лет начинается сращивание костей таза.

Мышечная ткань растет за счет утолщения мышечных волокон, этому способствуют физические упражнения. Сначала у детей развиваются мышцы ног и таза, а с 6—7 лет — мышцы рук.

Нужно помнить, что из-за слабости костно-мышечного аппарата и быстрой утомляемости мышц дети до 7 лет не способны к длительному их напряжению.

Источник: www.zdorovejka.ru

Физкультурное развлечение «Лесная сказка» (в средней группе)

Войцеховская Н.В.,

инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 103 «Золотой ключик», г. Барнаул Алтайского края

Цель: развитие элементарных двигательных действий через игровую деятельность.

Задачи:

- формировать потребность в активном спортивном отдыхе;
- упражнять в выполнении основных видов движений через игровое взаимодействие;
- воспитывать умение действовать в коллективе, выполнять правила в играх и эстафетах;
- учить проявлять эмоции и артистические способности во время театрализованных постановок;
- вызывать положительный эмоциональный отклик.

Оборудование: мягкие игрушки (зайчик, сова, медвежонок, белочка); ребристая доска, скакалка, елочка, обручи; шапочки лисы, совы, медвежонок; воротца для подлезания, шишки, веревка, большая корзинка; картинки с изображением дерева, веточки с листочками березы, осины, дуба, куста шиповника с плодами; лазерный фонарик, маски на голову к сказкам «Репка» и «Теремок», фланелеграф, плоскостные фигуры к сказке «Заюшкина избушка», напиток шиповника в чайнике, одноразовые стаканчики, музыкальное сопровождение.

* * *

Под «сказочную» мелодию дети колонной по одному входят в зал.

В е д у щ и й. Ребята, сегодня мы пойдем в лес и постараемся встретить лесную сказку. Нас ждет непростая сказочная дорожка.

Дети ходят по ребристой доске.

Вот мы и пришли в лес. Ребята здесь очень много чудесного, интересного. Хотите подружиться с лесом? Давайте поздороваемся с ним.

Д е т и (все вместе)

Здравствуй лес, прекрасный лес!
Полный сказок и чудес!
Ты нам двери отвори,
В сказку ты свою пусти!

В е д у щ и й. Как вы думаете, лес нас услышал? Давайте пройдем дальше по тропинке и поищем сказку.

Дети идут приставным шагом по скакалке, приставляя пятку одной ноги к носку другой.

Чтобы произошло волшебство, закройте глаза, а я произнесу волшебные слова.

Дети встают в круг, закрывают глаза.

Закрываем мы глаза,
Чтоб увидеть чудеса.
Лес, нам сказку покажи,
Гостей встретить выходи...

Дети открывают глаза, видят в руках ведущего мягкую игрушку — зайчика.

З а й ч и к

Каждый знает — длинный хвост
В обращении не прост.
С ним не спрячешься за грядкой
И не съешь морковь укладкой.
И поэтому у зайки
Хвост короткий — догоняй-ка!

Подвижная игра «Догоняй-ка»

Звучит веселая музыка. Дети врассыпную прыгают по площадке за ребенком с зайчиком в руках.

В е д у щ и й. Оставайся с нами, зайка!

Дети встают в круг, закрывают глаза.

Закрываем мы глаза,
Чтоб увидеть чудеса.
Лес, нам сказку покажи,
Гостей встретить выходи...

Дети открывают глаза, видят в руках ведущего мягкую игрушку — лису.

Л и с а

Я — лисичка, хвостик рыжий,
Встану к елочке поближе.
Всех ребят перехитрю,
А сама гулять пойду.
Пушистый длинный хвостик
Следы метет за мной.
Приходите ко мне в гости,
Чтобы поиграть со мной.

Подвижная игра «Бездомный заяц»

Один ребенок держит в руках игрушечную лису, на голове у него шапочка лисы. Дети занимают домики в лежащих на полу обручах — играют роль зайчат.

В е д у щ и й. Оставайся с нами, лисичка!

Дети встают в круг, закрывают глаза.

Закрываем мы глаза,
Чтоб увидеть чудеса.
Лес, нам сказку покажи,
Гостей встретить выходи...

Дети открывают глаза, видят в руках ведущего мягкую игрушку — сову.

С о в а

Совы, совки, совушки —
Мудрые головушки,
Днем мы отдыхаем,
По ночам летаем.

Здравствуйте, ребята! Слышала, что в детских садиках дети умные, смекалистые. Все, что не загадают им, — сразу отгадывают. Отгадайте мои лесные загадки.

Много рук, а нога одна. (*Дерево.*)

Стоит Таня
В белом сарафане,
На стройной ножке,
А в ушах сережки.
(*Береза.*)

Слетают с ветки
Золотые монетки.
(*Листья.*)

Ветерок лишь пробежит,
Вся листвою задрожит.
Затрепещет, как тростинка,
Очень зябкая ... (*осинка*).

Посадила желудь Люба,
Чтоб сыночек был у ... (*дуба*).

После каждой загадки ведущий показывает картинку с изображением отгадки.

С о в а. Молодцы, отгадали все мои загадки!

А теперь хочу играть,
Будем бегать и скакать?

Подвижная игра «Совушка»

У одного ребенка в руках игрушечная сова, на голове шапочка со-

вы. Он играет роль совы. Остальные дети — лесные жители.

В е д у щ и й. Оставайся с нами, совушка!

Дети встают в круг, закрывают глаза.

Закрываем мы глаза,
Чтоб увидеть чудеса.
Лес, нам сказку покажи,
Гостей встретить выходи...

Дети открывают глаза, видят в руках ведущего мягкую игрушку — медвежонка.

М е д в е ж о н о к
Медвежонок по тропинке
Шел и нес грибы в корзинке.
А поскольку косолапил,
Уронил корзинку на пол.
Покатились грибочки
Между сосен, между кочек.
Плачет Мишка: «Ай-яй-яй,
Растерял весь урожай!»

Подвижная игра «У медведя во бору»

Один ребенок — с шапочкой медведя на голове. Остальные дети — лесные жители.

М е д в е ж о н о к. Холодно стало, приглашаю вас всех к себе в берлогу.

Наклоняйтесь вы пониже
И шагайте тише, тише.

Дети поочередно подлезают под воротцами, сгруппировавшись.

В е д у щ и й. Оставайся с нами, медвежонок!

Дети встают в круг, закрывают глаза.

Закрываем мы глаза,
Чтоб увидеть чудеса.
Лес, нам сказку покажи,
Гостей встретить выходи...

Дети открывают глаза, видят в руках ведущего мягкую игрушку — белочку.

В е д у щ и й
Здравствуй, белка. Как живешь?
Как ты зиму проведешь?

Б е л о ч к а
Я орешки припасла
Возле теплого дупла.
Я по веткам поскачу,
Шишки с елочки схвачу.
Точно буду я сыта,
Когда в лес придет зима.

В е д у щ и й. Ребята, давайте поможем белочке собрать шишки для зимовки.

Дети выстраиваются в шеренгу. У каждого в руках по одной шишке. На расстоянии 3 м от детей натянута веревка. По команде ведущего дети перебрасывают шишки через веревку. Затем собирают шишки в большую корзину.

В е д у щ и й. Оставайся с нами, белочка.

Поиграли мы, ребята, а теперь покажем сказку и друзьям — зверьятам. В круг скорее становитесь. Волшебный луч сейчас укажет, кто нам сказочку покажет.

Звучит музыка. Ведущий с помощью лазерной указки лучом показы-

вает, кто из детей будет задействован в эстафете. Дети надевают маски на головы. Участники первой команды изображают героев сказки «Репка»: Репку, Деда, Бабку, Внучку, Жучку, Кошку, Мышку. Участники второй команды — героев сказки «Теремок»: Теремок, Мышку, Лягушку, Зайчонка, Лисичку, Волка, Медведя.

Эстафета «Любимые сказки»

Команды строятся в две колонны. Перед колоннами на стульчиках сидят Репка и Теремок. Дети поочередно в соответствии с сюжетом сказок добегают до стульчика, оббегают его, возвращаются к команде, берут за руку ребенка — следующего персонажа — и опять бегут до стульчика. Когда все персонажи в связке, нужно добежать до стульчика и, встав в круг, взявшись за руки, показать поднятием рук завершение эстафеты.

В е д у щ и й. А еще у нас есть волшебный экран. На нем также могут появляться наши любимые сказки. Давайте, ребята, нашим друзьям — зверьятам покажем на волшебном экране русскую народную сказку «Заюшкина избушка».

Ведущий рассказывает сказку, а дети, взяв изображения персонажей, поочередно подходят к фланелеграфу и выставляют героев на полотно.

Вот какая волшебная сказка нам встретилась в лесу. Мы встречали много разных героев, побывали у них в гостях. А когда приходят гости, мы всегда всех приглашаем за стол отведать

вкусных и полезных блюд. Что за напиток нас ждет сегодня, отгадайте по моему стихотворению.

Что за куст растет, друзья?

Подойти к нему нельзя:

Весь в иголках и шипах —

Укололись дети — «Ах!»

Вот лекарственный полковник —

А зовут его ... (*шиповник*).

И плоды его, ребята,

Витаминами богаты.

Кто настой из них попьет —

Очень долго проживет!

Ведущий показывает изображение куста шиповника с плодами.

Мы хотим угостить вас теплым компотом из шиповника. В нем очень много витаминов.

Звучит музыка. Дети и взрослые пьют отвар из шиповника.

Вот и кончилась игра!

Возвращаться в сад пора.

В сказке побывали,

С друзьями поиграли.

Под спокойную музыку дети колонной выходят из зала.

Физкультурное развлечение «Путешествие в Лукоморье» (в старшей группе)

Львова Т.В.,

воспитатель МБДОУ д/с № 3 «Солнышко», с. Моргауши,
Чувашская Республика

Задачи:

- знакомить детей с правилами безопасности в походе, выживания в лесу;
- расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и об их влиянии на здоровье;
- продолжать знакомить с проблемами загрязнения окружающей среды;
- учить использовать разнообразные подвижные игры (в том числе с элементами со-

ревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкости, силы, быстроты, выносливости, гибкости), координации движений, умения ориентироваться в пространстве;

- воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Оборудование: скамейки, бревна, туннель, кубики, обручи,

дорожка со следами, шнур, пустые пластиковые бутылки, бутылки из-под йогуртов, карточки, прищепки.

* * *

По залу размещена полоса препятствий. На заднике стоит дуб с золотой цепью и котом. Там же расположена избушка Бабы Яги. Все это спрятано за занавес. На стене фотографии похода, рисунки детей на тему охраны окружающей среды.

В зал в сопровождении воспитателя входят дети. Они видят П е п п и Длинныйчулок, которая пытается что-то достать из бутылки.

П е п п и. Здравствуйте, мальчишки и девчонки! Я Пеппи Длинныйчулок. Я так рада видеть вас!

В о с п и т а т е л ь. Здравствуй, Пеппи! А что у тебя в руках?

П е п п и. Эту бутылку я выловила в речке. Оказалось, что в ней лежит какая-то записка. Вот я и пыталась ее достать.

Пеппи достает из бутылки записку и карту, читает записку вслух.

«Взрослые и дети! В наш лес пришла беда! Просим вас, пожалуйста, не загрязняйте реки, озера и пруды! Не рубите лес, не уничтожайте насекомых, не разоряйте птичьи гнезда, не убивайте животных. Помните, что природа — наш общий дом! Нам сегодня очень плохо, мы не справляемся с этой бедой! Добрые

сердца, откликнитесь, помогите нам!»

Ой, ребята, здесь еще и карта есть. Только как ее понять?

Пеппи вращает карту, дети помогают прочитать ее.

Ну что ж, с картой мы разобрались. Ребята, а вы не боитесь идти в лес одни, без взрослых? Мне кажется, нам стоит взять кого-нибудь с собой.

Приглашаются двое взрослых из числа гостей. Они надевают русские рубахи.

А теперь мы приготовим рюкзак. Я буду называть нужные нам предметы, а вы постарайтесь объяснить, для чего они нам нужны. Итак, берем коврик, воду, компас, аптечку, печенье и мяч. А чтобы солнце нам не напекло голову, не забудем надеть косынки и бейсболки. Еще, ребята, не забудьте, что во время прогулки нельзя отставать. Как вы думаете, почему следует держаться всем вместе?

Д е т и. Чтобы не потеряться.

П е п п и. Правильно! А перед путешествием я предлагаю провести небольшую разминку.

Разминка «На водопой»

Жарким днем лесной тропой
Звери шли на водопой.

Дети идут по кругу друг за другом.

За мамой-лосихой топал
лосенок,

Идут, громко топая.

За мамой-лисицей крался
лисенок,

Идут крадучись.

За мамой-ежихой катился
ежонок,

Передвигаются в глубоком при-
седе.

За мамой-медведицей шел
медвежонок,

Идут вперевалку.

За мамою-белкой скакали
бельчата,

Скачут на носочках, согнув руки
перед грудью.

За мамой-зайчихой — косые
зайчата,

Скачут, сложив «ушки» из ладоней.

Волчица вела за собою волчат.

Идут на четвереньках.

Все мамы и дети напиться
хотят.

Изучив карту, дети проходят по-
лосу препятствий. После одного ее
круга организуется привал.

П е п и. Ребята, как здорово
вы проходили полосу препят-
ствий! Как вы себя чувствуете?

Д е т и. Хорошо, бодро!

П е п и. Замечательно! У вас
немножко порозовели щечки!

Дети проходят полосу препят-
ствий еще 1—2 раза и доходят до
«Лукоморья».

Звучит аудиозапись игры на гу-
слях, открывается занавес. Появ-
ляется изображение дуба, на кото-
ром сидит Кот ученый, рядом стоит
избушка Бабы Яги.

В о с п и т а т е л ь

У лукоморья дуб зеленый;
Златая цепь на дубе том:
И днем и ночью кот ученый
Все ходит по цепи кругом;
<...>

Там на неведомых дорожках
Следы невиданных зверей;
Избушка там на курьих ножках
Стоит без окон, без дверей...

А.С. Пушкин

П е п и. Ну вот, ребята, на-
конец-то мы дошли. Посмотрите,
на двери висит колокольчик
и написано: «Звонить 5 раз». Да
только колокольчик не простой.
В него надо попасть мячом пять
раз, тогда к нам кто-нибудь вый-
дет. Попробуем?

На двери висит изображение ко-
локольчика из картона, сзади к нему
привязан настоящий колокольчик.
Дети должны попасть мячом в изоб-
ражение, при этом колокольчик будет
звенеть. Дети выполняют задание.

Из избушки выходят Б а б а
Я г а и В о д я н о й. Они с опаской
смотрят по сторонам. Увидев детей,
прячутся за дом.

П е п и. Эй, вы куда? Что за
хозяева? Почему они испугались?

Б а б а Я г а. Кто вы такие? За-
чем к нам пожаловали?

Пеппи. Мы, между прочим, к вам пришли по вашей же просьбе. Мы нашли записку и карту.

Водяной. Вы пришли к нам помочь убраться в лесу и почистить речку?

Дети. Да!

Пеппи. Стоп! Ничего не понимаю! Мне всегда казалось, что вы должны быть очень плохими и ужасно страшными.

Баба Яга. Что ты, девочка! Это когда было! В стародавние времена! А сейчас на Земле самый страшный и опасный — это человек! Вот кого мы нынче боимся. Я сегодня над лесом пролетала и видела, сколько люди лесов вырубают, как заводы и фабрики воздух загрязняют. Все живое страдает от человека.

Водяной. Да и моря во что превратились! То нефтью их залиют, то отходы производства в них сливают. А речку в нашем лесу видели? Туристы машины в ней моют да мусор рядом бросают. Я живу в такой грязи, мне одному не справиться!

Баба Яга. В нашем лесу скоро перестанут деревья расти и птицы петь. И во всем этом люди виноваты! Вы, наверное, тоже такие вырастаете!

Пеппи. Ну вот, начинается! Мы им помочь хотели, а они ругаются. И вообще, наши дети не такие! Правда, ребята?

Дети. Да!

Водяной. Ну что, Яга, а вдруг и вправду они нам помогут лес и речку очистить?

Баба Яга. Ну-ну, посмотрим, чем вы нам помочь сможете.

Пеппи. Я предлагаю организовать две бригады. Пусть они посоревнуются между собой в ловкости, смелости и скорости.

Дети делятся на две команды и придумывают им названия.

Эстафета «Разбери завал»

Участники переносят с одной стороны зала на другую «бревна» через полосу препятствий.

Эстафета

«Построй скворечник»

Участники переносят с одной стороны зала на другую большие модули (кубы, доски) и строят скворечник (домик) по образцу.

Подвижная игра «Водяной»

В середине круга стоит водящий — Водяной. Дети идут по кругу со словами:

Водяной, Водяной,
Что сидишь ты под водой?
Выгляни на минутку,
На одну минуточку.
Мы пришли на целый час,
Только ты не трогай нас!

Дети разбегаются. Водяной их ловит.

Эстафета «Что нельзя делать в лесу?»

В обруче лежат карточки с изображением действий, которые

можно и нельзя выполнять в лесу. Одна команда собирает карточки, иллюстрирующие разрешенные действия, другая — запрещенные.

Эстафета «Птички прилетели и на ветку сели»

Преодолевая полосу препятствий, участники прикрепляют «птичку-прищепку» к ветке дерева.

Эстафета «Уборка мусора»

Участники добегают до обруча, садятся на пол и, захватив «мусор» ногами, кладут его в обруч. Последний игрок собирает весь «мусор» в пакет.

Дети исполняют танец с Бабой Ягой и Водяным.

Баба Яга. Ой, спасибо вам, ребятки! Все убрали, поиграли!

Водяной. Наконец-то я и мои рыбки будем плавать в чистой речке! Спасибо!

Пеппи. Баба Яга, видишь, сколько мусора мы убрали! А ты знаешь, что из этих пустых пластиковых бутылок можно сделать много интересного? А еще на них можно играть как на музыкальных инструментах, но сегодня мы шуметь не будем.

Баба Яга. Как здорово! Ребятки, а вы знаете, как следует вести себя в лесу, чтобы с вами ничего не случилось?

Водяной. Мы хотим дать вам памятку.

Водяной и Баба Яга дарят детям памятку «Правила поведения в

лесу». Воспитатель зачитывает ее вслух.

Правила поведения в лесу

- Никогда не ходите в лес без взрослых, не отходите от них далеко, будьте всегда на виду.
- Не ешьте незнакомые ягоды, не срывайте незнакомые грибы.
- Не рвите цветы, лучше полюбуйтесь ими, можете сфотографироваться на их фоне.
- Не пейте воду из речки, лужицы, даже если очень хочется пить.
- При встрече с лесными зверями не пугайте и не обижайте их. Нельзя трогать животных, бросать в них камни и палки.
- Не шумите и не кричите в лесу, не включайте громко музыку.
- Разводить костер должны только взрослые. Не подходите к огню близко, не бросайте в него мусор. Самое главное — не забудьте потушить костер, уходя из леса. Тушить его также должны взрослые.
- Уходя, уберите за собой мусор.

Баба Яга. Мне бы хотелось угостить вас сладостями. Еще раз спасибо вам, милые детки!

Баба Яга раздает детям угощение.

Пеппи. Ну что ж, нам пора домой. Мы обещаем, что будем выполнять все правила, ведь Земля — наш общий дом, поэтому, будет он чистым или грязным, во многом зависит от нас.

Воспитатель. Сегодня вечером мы обсудим наше путешествие и еще раз вспомним правила поведения в лесу и в походе. До свидания!

Все прощаются.

П е п п и. Нас вперед ведут...

Д е т и. Дороги!

П е п п и. Наш девиз...

Д е т и. Всегда вперед!

П е п п и. Кто отстал?

Д е т и. Не отставай!

П е п п и. Кто устал?

Д е т и. Не унывай!

П е п п и. Кто идти захочет с нами...

Д е т и. Эту песню запевай!

Дети исполняют песню по выбору воспитателя.

Спортивный праздник «Готовим будущих воинов» (в подготовительной к школе группе)

Микрюкова Н.М.,

инструктор по физкультуре МКДОУ д/с № 79, г. Киров

Цели:

- формирование у детей понимания важности института семьи;
- сближение детей с родителями.

Задачи:

- способствовать созданию единого образовательного пространства;
- воспитывать интерес и любовь к спорту;
- учить работать в команде;
- формировать эмоциональное благополучие ребенка.

* * *

Инструктор. Здравствуй-те, уважаемые гости. Наша армия — самая сильная и могучая,

воины храбрые и отважные, они защищают наши земли и небо от врагов. Чтобы мальчики выросли мужественными, сильными и смелыми, нужно воспитывать в них волю, выдержку, смекалку и сноровку. Спорт в этом — лучший помощник.

Совсем скоро наши мальчишки подрастут и займут место тех, кто сейчас защищает Родину. Они будут настоящими солдатами, воинами. Сегодня ребята покажут, какие они ловкие, быстрые, умелые, и докажут, что из них вырастет достойная смена защитникам нашей Родины. Мы проведем армейские состязания, в которых потребуются выполнить серьезные боевые

задания. Девочек мы тоже приглашаем, ведь есть немало и женских военных профессий. Встречайте наших будущих защитников!

Под военную музыку в зал входят дети и строятся в две колонны по командам.

Сегодня мы пригласили в гости в наш детский сад ваших пап. Давайте поприветствуем их!

Под аплодисменты папы выходят и встают рядом со своими детьми.

Я предлагаю всем вместе пройти круг почета.

Под военную музыку и аплодисменты участники праздника проходят круг по залу и возвращаются на свои места.

Сейчас в этом зале пройдут армейские состязания, в которых примут участие дети детского сада, а также их папы. Наша веселая армия разделилась на две команды — «Моряки» и «Пограничники».

Инструктор представляет участников соревнований и жюри.

Действие армейских состязаний будет проходить на различных «военных базах»: военно-морской, военно-воздушной, военно-полевой — и на пограничной заставе.

Военно-морская база

Эстафета

«Счастливое плавание»

Ребенок садится на импровизированную лодку (коврик), папа

надевает на него надувной круг, «плышет» с ним до «буйка» (ориентира) — и они возвращаются обратно. Передают эстафету следующему участнику. Побеждает команда, первой справившаяся с заданием.

Эстафета «Уборка палубы»

Дети держат совки. Папы с помощью швабр закатывают на них мячики. Дети относят мячи в корзины. Побеждает команда, первой справившаяся с заданием.

Военно-воздушная база

Эстафета

«Воздушный перелет»

Папа — «самолет» — с ребенком на «борту» (на спине или шее) добегают до ориентира и возвращаются обратно, передавая эстафету следующей паре участников. Побеждает команда, первой справившаяся с заданием.

Эстафета «Боевая тревога»

Первые участники (папа и ребенок) надевают каски (пилотки, фуражки), бегут до ориентира, звонят в колокол и возвращаются назад. Отдают головные уборы следующему участнику. Побеждает команда, первой справившаяся с заданием.

Военно-полевая база

Эстафета «Минное поле»

Ребенок завязывает папе глаза, берет его за руку, и они, обходя все мины (кегли), возвращаются обратно. Передают эстафету сле-

дующим участникам (за каждую сбитую кеглю команда теряет одно очко).

Эстафета

«Уничтожение снарядов»

В обруче лежат воздушные шары по количеству детей. По сигналу ребенок бежит к обручу, берет шарик, бежит обратно, отдает шарик папе. Тот, придерживая ребенка, помогает «возвратить» шарик — «вражеский снаряд».

Эстафета «Танкисты»

Папы держат детей за ноги, дети на руках доходят до ориентира. Обрато оба возвращаются бегом, взявшись за руки. Побеждает команда, первой справившаяся с заданием.

Эстафета

«Доставь донесение»

У ребенка через плечо висит сумка с «донесением». Он становится на ноги папе, в паре они двигаются до скамейки, по которой ребенок пробегает, держась за руки папы, далее обега-

ют ориентир и возвращаются в команду, где передают сумку следующей паре.

Инструктор. Наши армейские состязания подошли к концу. Пока жюри подводит итоги, дети исполнят для наших гостей танец.

Дети исполняют танец.

Мы все убедились, что ваши папы в прекрасной форме и мальчишки с девчонками ничуть от них не отстают.

Слово предоставляется жюри.

За активное участие в празднике каждая семья получает грамоту и подарки.

Наши будущие воины достойно справились с трудными испытаниями благодаря своим папам. Спасибо всем участникам, гостям и вам, уважаемые папы, дедушки, братья, за участие в нашем спортивном празднике. Поздравим друг друга тоекратным «ура»!

Участники трижды кричат «Ура!» и выходят из зала.

Издательство «ТЦ Сфера» представляет



НАША РОДИНА РОССИЯ

Автор — Шорыгина Т.А.

В пособии представлены беседы с детьми, посвященные нашей Родине — России. Автор раскрывает нравственное значение, историю и функции государственных символов России — гимна, флага и герба. В книге рассказано о важнейших событиях в истории Отечества, о родном языке, народных традициях, большой и малой родине человека и многом другом.

Закажите в ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИНЕ www.sfera-book.ru

Спортивное развлечение «Вместе с мамой мы вдвоем все преграды обойдем!» (в подготовительной к школе группе)

Зубрицкая Н.Б.,
инструктор по физкультуре;

Цурукина Е.А.,
воспитатель МБДОУ д/с № 46 «Надежда», г. Норильск
Красноярского края

Цель: укрепление семейных связей с помощью воспитания положительного отношения к родным людям.

Задачи:

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;
- просвещать родителей о методах оздоровления ребенка;
- вызывать у детей эмоциональный отклик в процессе развлечения, желание участвовать в нем;
- развивать двигательные навыки и физические качества;
- воспитывать нравственные качества (доброту, внимание к близким).

* * *

Под музыку дети входят в празднично украшенный спортивный зал. В течение праздника на экране демонстрируется презента-

ция «Вместе с мамой мы вдвоем все преграды обойдем!»

В е д у щ и й. Здравствуйте, ребята и наши дорогие мамы! Мы не случайно собрались сегодня в нашем уютном зале. Среди многочисленных праздников, отмечаемых в нашей стране, День матери занимает особое место. В этот день хочется сказать слова благодарности всем мамам, которые дарят детям нежность, любовь и ласку. На улице метель, а в нашем зале солнечно от ваших добрых глаз и радостных улыбок. Сегодня наш вечер посвящен вам — милым, добрым, ласковым мамам. С праздником вас, милые мамочки!

На экране демонстрируются фотографии мам с детьми.

1 - й ребенок

Праздник сегодня большой
и красивый —

День всех мам отмечает страна.
И мы с папой хотим сделать
маму счастливой,
Ведь добрей всех на свете она!

2 - й ребенок

Нынче праздник, нынче
праздник,
Праздник наших милых мам!
Этот праздник, нежный
самый,

В ноябре приходит к нам!

3 - й ребенок

Мамы, мы вас очень любим,
Нет вас ближе и родней,
От души мы поздравляем
Наших добрых матерей!

В е д у щ и й. Наши ребята
подготовили вам, своим самым
любимым и дорогим мамам, кра-
сивую песню.

Дети исполняют «Мамину пе-
сенку» (муз. А. Парцхаладзе, сл.
М. Пляцковского).

Но это не все подарки. Дети
долго думали, что еще подарить
своим мамочкам, и пригото-
вили сюрприз, который спрятали в
этом красивом сундуке. Вот как
это было.

На экране демонстрируется ви-
део: дети рисуют на сердечках, вы-
резанных из бумаги, что-то шеп-
чут, складывают рисунки в сундук,
оставляют его в групповой комнате
и идут спать.

Давайте посмотрим, что же
сделали ребята в подарок мамам.

(Пробует открыть сундук, не
получается.) Даже представить
не могу, куда пропал ключ от сун-
дука!

На экране демонстрируется
видео: под аудиозапись мелодии
«В пещере горного короля» Э. Гри-
га Колдунья пробирается в
спальню, проверяет, спят ли дети,
забирает сундук, стоящий на столе
воспитателя, и выходит в групповую
комнату.

К о л д у н ь я. Ха-ха-ха! Подароч-
ки, значит, мамочкам своим
приготовили? Поздравить их хо-
тите? Не бывать этому никогда!
Сейчас заколдую сундук и ключ
спрячу подальше!

Никогда мамы не узнают, что
дети приготовили им в подарок и
какие добрые слова сказали!

Ширли-мырли, о-хо-хо!
Совершайся колдовство!
Только любящее сердце,
Сможет слово подобрать,
Чтобы чары разорвать!

Никогда теперь сундук не
откроется, никто не сможет разо-
рвать мои злые чары, никто слов
волшебных не знает, которые
смогут справиться с заклинани-
ем! Да и ключ я припрячу. А что-
бы не забыть, куда я спрятала
ключ, напишу себе подсказочки
(пишет на листе бумаги пером),
развею их по миру, чтобы не так
легко было собрать (разрывает
листок на мелкие кусочки и раз-
брасывает). Что ж, пора в путь!



Слышала я, что в каждой группе этого детского сада мамам подарки приготовили. Нужно поторопиться!

Колдунья уходит.

Ведущий. Так вот что произошло! Злая колдунья заколдовала сундук и спрятала ключ. Но подсказки о том, где спрятан ключ, она все-таки оставила, разбросав их по миру. Только сильным, смелым и дружным по плечу справиться со злыми чарами колдуньи. Когда мы вместе, мы едины, а вместе с мамами — непобедимы. Докажем ведьме, что любящие материнские сердца способны свернуть горы. Для тех, у кого сильный дух, кто готов прийти ближнему на по-

мощь, никакие преграды не страшны. Путь предстоит нелегкий. Но прежде чем отправиться в дорогу, давайте немного разогреемся.

Дети и мамы строятся в круг и под музыку выполняют разминку.

Во время похода нам нужно будет много сил. Давайте запасемся продуктами в супермаркете. Мама очень хорошо это делают. А сейчас мы проверим, как дети им помогают в этом нелегком труде. Чтобы быстрее справиться с заданием, давайте разделимся на две команды.

Эстафета «Поход в супермаркет»

Участники по очереди с тачкой в руках «змейкой» обегают три конуса, добегают до стола,



кладут в корзинку один муляж продуктов питания и возвращаются по прямой обратно. Далее выкладывают продукт и передают тачку следующему участнику.

В е д у щ и й. Какие вы молодцы! А мамы наши — просто умницы! Не оставят теперь детей голодными!

На экране появляются слова «Кожаные берега».

Кожаные берега... Ничего не понятно из этих слов.

На экране появляется изображение узкого моста над пропастью.

Вот где ведьма слова спрятала. Посмотрите, наш волшебный экран показывает, куда нужно идти и что делать. Перед нами два моста и второе испытание.

Эстафета «Вместе с мамой мы вдвоем все преграды обойдем!»

Дети и мамы делятся на пары (дети с детьми, взрослые со взрослыми), связывают правую ногу одного участника и левую другого вместе. Нужно прыжками перебраться на другую сторону зала.

На экране появляются слова «Кожаные берега, разноцветные бока».

В е д у щ и й. Посмотрите. Слова какие-то появились. Но все равно ничего не понятно.

На экране появляется изображение скачек на быках.

Посмотрите, что нам подсказывает волшебный экран? Ведьма спрятала слова на родео. Кто из



вас умеет скакать на мячах и прыгать в волшебных мешках?

Дети отвечают.

Здорово! Так мы быстро справимся с этим заданием и продвинемся далеко вперед — к заветным словам-подсказкам.

Эстафета «Прыжки на фитболах и в мешках»

По очереди участники прыгают до конуса и обратно (дети на фитболах, мамы в мешках).

На экране появляются слова «Кожаные берега, разноцветные бока, пруд без уток».

В е д у щ и й. Посмотрите, на экране появились новые слова!

На экране появляется изображение заснеженных гор и белого медведя.

Нужно торопиться, снегом все дороги замело — без лыж тут не обойтись. Еще и диких животных в лесу много!

Эстафета «Биатлон»

Участники по очереди добегают на лыжах до линии, берут из одной корзины «снег» и бросают его в другую, возвращаются по прямой и передают лыжи следующему участнику.

На экране появляются слова «Кожаные берега, разноцветные бока, пруд без уток, без гусей».

В е д у щ и й. Посмотрите, новые слова появились! Но так и не понятно, где ключ спрятан.

Д е в о ч к а. Ребята, мы так забегались, напрыгались, что и забыли про мамин праздник. Да и отдохнуть нам всем пора.

Мамочки, вы отдохайте, а мы с девочками вам в подарок исполним танец. Мальчики, а вы нас поддержите своими аплодисментами.

Девочки исполняют танец с султанчиками.

В е д у щ и й. Умницы, девочки! Отличный подарок мамам приготовили!

На экране появляются слова «Кожаные берега, разноцветные бока, пруд без уток, без гусей, полон он цветных мячей».

Смотрите, новая подсказка! Может, кто-нибудь уже догадался, что загадано?

Д е т и. Сухой бассейн.

На экране появляется изображение сухого бассейна.

В е д у щ и й. Мамочки, вам нужно найти в сухом бассейне ключ от сундука!

Мамы ищут и находят ключ.

Мамы молодцы, быстро нашли ключ.

Эстафета «Возвращение в детский сад»

Участники по очереди перепрыгивают из обруча в обруч, пролезают в туннель, подлезают под дугу с сосульками, перепрыгивают через сугроб, по прямой возвращаются обратно и передают эстафету следующему участнику.

В е д у щ и й. Вот мы и в детском саду. Вместе с мамами мы прошли все испытания, нашли слова-подсказки, золотой ключ от сундука. Я приглашаю одну из мам открыть сундук с подарками.

Мама открывает ключом сундук, из него вылетают под потолок воздушные шарики в виде сердечек. В сундуке также лежат бумажные сердечки — секретники, приготовленные детьми. Звучит аудиозапись, на которой дети тихо произносят слова поздравления.

Дети берут свои сердечки, вручают их мамам.

Давайте поблагодарим друг друга: детей за внимание к мамам, а мам — за любовь к детям. Только любовь к ближнему — мамы к своему ребенку, ребенка к маме — может творить чудеса. Давайте скажем друг другу спасибо за то, что мы есть.

На этом наше приключение закончилось. До новых встреч!

Все фотографируются на память.

Литература

Никитина Е.А. Праздник 8 Марта в детском саду. Сценарии с нотным приложением. М., 2009.

Шорыгина Т.А. Детям о самом важном. Моя семья. Беседы и сказки для детей. М., 2015.

Шорыгина Т.А. Праздники в детском саду. Сценарии, стихи, загадки. М., 2010.

День здоровья «Если хочешь быть здоров — закаляйся» (в старшей группе)

Бугаенко Е.А.,

воспитатель МБДОУ д/с № 8 «Тундровичок», г. Норильск
Красноярского края

Одним из наиболее эффективных путей формирования навыков здорового образа жизни можно считать организацию воспитательного процесса в режиме сотрудничества ребенка с педагогом и сверстниками.

Цель оздоровительной работы в дошкольной организации — создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении здоровья своего и окружающих. В приобщении детей к здоровому образу жизни в нашей работе важную роль играют дни здоровья, физкультурно-спортивные праздники.

Представляем вашему вниманию сценарий Дня здоровья в старшей группе.

Цели:

- укрепление и закаливание организма;
- развитие интереса к занятию спортом у детей дошкольного возраста.

Задачи:

- приобщать детей к закаливанию и здоровому образу жизни;

- проводить профилактику плоскостопия;
- развивать тактильную чувствительность и моторику пальцев ног для профилактики плоскостопия;
- формировать правильную осанку;
- создавать у детей радостное настроение, вызывать эмоциональный подъем.

Оборудование: скамейки (4 шт.); круглые деревянные спицы — «кочки» (5 шт.); тропа здоровья, кегли, канаты, доска гимнастическая, деревянный мостик.

* * *

В группе на доске и на мольберте размещены иллюстрации закаливания детей, фотографии дорожек здоровья. Каждому ребенку выдается эмблема со схематичным изображением закаливания и занятий спортом: солнце, вода, босые ноги, витамины, мяч, гантели, скакалка. В приемной размещены плакат с изображением занятий спортом, буклет для

родителей «Закаляемся вместе», представлена тема недели с описанием мероприятий в День здоровья.

Воспитатель. Здравствуй-те, ребята! Как вы думаете, какой сегодня день?

Дети. День здоровья.

Воспитатель. Правильно! Что нужно делать, чтобы укрепить свое здоровье?

Дети. Заниматься спортом, закаляться, ходить босиком.

Воспитатель. Все верно. Известно, что каждый человек может сам себе укрепить здоровье. Недаром говорится: я здоровье сберегу — сам себе я помогу. В первую очередь необходимо закаляться. Делать это нужно каждый день. Какие способы закаливания вы знаете?

Дети отвечают.

Молодцы! А еще полезно выполнять дыхательные упражнения. Правильно дышать — здоровье укреплять!

Упражнение **«Чтобы правильно дышать, себя нужно раскачать»**

И.п.: о.с.

1 — медленно наклониться вперед, сгибая позвоночник только в грудном отделе и делая вдох; 2 — медленно распрямиться, прогнуться назад, делая выдох.

Воспитатель. А еще какие процедуры для укрепления организма вы знаете?

Дети. Обливание холодной водой.

Физкультминутка **«Закаляйся — обливайся»**

Мы решили закаляться,
Раз-два, раз-два!

Дети выполняют приседания, вытягивая руки перед собой.

И водою обливаться,
Раз-два, раз-два!

Поднимают руки вверх, имитируют обливание.

А потом мы полотенцем,
Раз-два, раз-два!
Не забудем растереться,
Раз-два, раз-два!

Имитируют растирание полотенцем.

Воспитатель
Крепким стать нельзя
мгновенно —
Закаляйтесь постепенно!

Летом очень полезно бегать босиком по траве, купаться в речке. Но есть и такой замечательный способ закаливания, который можно применять в любую погоду.

Массаж биологически **активных зон «Неболейка»**

Чтобы горло не болело,
Мы его погладим смело.

Дети гладят шею ладонями.

Чтоб не кашлять, не чихать,
Надо носик растирать.

Надавливают на крылья носа и делают круговые движения указательными пальцами.

Знаем, знаем, да-да-да —
Нам простуда не страшна!

Воспитатель. Спасибо, что присоединились, приятно, что вместе со мной укрепляете здоровье. Я думаю, вы запомнили, что нужно делать, чтобы быть здоровыми. А для хорошего настроения я дарю вам улыбку! Вы тоже можете подарить друг другу свои улыбки и хорошее настроение. Доброго вам всем здоровья!

Слышится аудиозапись звуков леса и пения птиц.

Откуда-то доносится пение птиц. Я думаю, они куда-то нас зовут.

Дети с воспитателем входят в спортивный зал. Там стоят мостик, «кочки», дорожка с имитацией зеленой травы, ручеек из веревочек.

Ребята, мы попали на волшебную поляну. Кто когда-нибудь побывает на ней, становится сильным и крепким. Наверное, не зря птицы привели нас сюда. Здесь есть возможность оздоровиться. Если мы пройдем по этой волшебной полянке, станем здоровыми и сильными.

Я хочу оздоровиться, стать крепкой и не болеть, поэтому пойду по полянке. А вы, если хотите тоже стать здоровыми, присоединяйтесь!

Задание «Волшебные следы»

Дети идут, переступая через «кочки».

Воспитатель
Маленькие ножки
Шагают по дорожке,
И большие ноги
Шагают по дороге.

Молодцы, отлично справились с заданием!

Задание «Волшебный мох»

Дети идут по дорожке с имитацией травы.

Воспитатель
Мы шагаем, мы шагаем,
Ноги выше поднимаем,
Дышим ровно, глубоко.
Видим, как идти легко!
Мы сейчас в поход выходим,
По тропинке в лес заходим.

Упражнения для формирования правильной осанки и предупреждения плоскостопия

1. Ходьба с высоким подниманием коленей

Воспитатель показывает детям игрушку — медвежонка.

Воспитатель
Медвежата в чаще жили,
Головой своей крутили,
Вперевалочку ходили
И из речки воду пили.

Дети идут по дорожке из цветных мочалок вразвалку, высоко поднимая колени.

2. Перешагивание боком через «сучки» (гимнастические палки)

Воспитатель. Как точно вы изобразили походку медведей! А теперь вы снова дети, перед вами живая дорожка.

Дети идут, перешагивая через гимнастические палки, на внешней стороне стопы.

3. Ходьба по «тропе здоровья»

Воспитатель. Мы идем по очень мягкой травке.

Дети ходят по ковру.

А сейчас по песку. Он шершавый, чувствуете?

4. Ходьба по скамейке

Воспитатель

Вот предстал овраг преградой,
Перейти его нам надо.

Руки в стороны разводим,
Смело к бревнышку подходим.

Дети идут по скамейке.

5. Ходьба по мостику

Воспитатель

На мостик быстро мы вошли —
Вот овраг и перешли.

Дети переходят по мостику на носках.

6. Ходьба по дорожке из веревочек

Воспитатель

По тропинке в лес шагаем,
На пути ручей встречаем.

Завернем за поворот,
Перейдем ручей мы вброд.

Дети идут по дорожке из веревочек.

7. Прыжки

Воспитатель

Видим, скачут по опушке
Две веселые лягушки,
Прыг-скок, прыг-скок,
На листочек под мосток.

Дети прыгают, имитируя движения лягушек.

8. Легкий бег на носках

Воспитатель

Крылья пестрые мелькают,
В поле бабочки летают.
Раз, два, три, четыре, пять —
Закружились мы опять!

Дети передвигаются легко бегом на носках, делая руками взмахи, имитирующие движения крыльев бабочки.

9. Наклоны

Воспитатель

К речке быстро мы спустились,
Наклонились и умылись.
Раз, два, три, четыре —
Вот как славно освежились!

Дети наклоняются вперед, имитируя зачерпывание ладонями воды, умывание.

10. Дыхательная гимнастика «Укрепляем здоровье»

Воспитатель. Ой, как освежились! Отдышаться надо нам. На вдохе — хорошо потягива-

емся, поднимаемся на носочки, на выдохе — руки опускаем, встаем на всю стопу, произносим: «Ух!»

Дети выполняют гимнастику.

11. Переход на ходьбу

Воспитатель

Снова вышли на дорожку,
Постояли здесь немножко.

Вот мы и прошли все испытания на волшебной полянке. Я чувствую себя хорошо. Дышать легко. А вы как себя чувствуете?

Дети. Мы окрепли, стали сильнее! Никакие болезни теперь нам не страшны.

Воспитатель

Вот какие наши дети!
Они лучшие на свете!

Входит медсестра с корзинкой в руках.

Медсестра. Что вы тут делали, ребята?

Дети отвечают.

Как интересно! А вы знаете, что для укрепления здоровья еще можно принимать витамины? Где много витаминов?

Дети. Во фруктах.

Медсестра. Правильно! Угощайтесь фруктами!

Медсестра раздает детям фрукты из корзины.

Воспитатель. Большое спасибо! А нам пора возвращаться в группу к своим любимым игрушкам.

Дети с воспитателем возвращаются в группу, где в течение дня продолжается общение на тему здорового образа жизни.

Литература

Кочанская И.Б. Полезные сказки. Беседы с детьми о хороших привычках. М., 2017.

Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. Метод. пособие. М., 2017.

Шорыгина Т.А. Спортивные сказки. Беседы с детьми о спорте и здоровье. М., 2017.



ИНФОРМАЦИОННАЯ ШИРМОЧКА С БУКЛЕТОМ «ЗАКАЛИВАНИЕ ВОЗДУХОМ, СОЛНЦЕМ, ВОДОЙ»

Формат 1000х330 мм, на картоне с пластиковым карманом и цветным буклетом (формата А4)

- Ширмочку можно разместить в детском саду и дома
- Текст и рисунки ширмочки рассчитаны на детей и взрослых.
- Буклет — памятка для взрослых. Несколько буклетов (до 10 штук) вставляются в пластиковый карман на ширмочке, родители могут взять его с собой.
- 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.

НЕСКОЛЬКО ФАКТОВ О РАЗВИТИИ ДОШКОЛЬНИКА: НЕРВНАЯ, СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТАЯ, ДЫХАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМЫ

Нервная система

К 5—6 годам в головном мозге ребенка созревание нервных клеток заканчивается, его мозг по весу и внешнему виду приближается к головному мозгу взрослого человека. Однако нервная система детей еще легко возбудима и требует осторожного отношения. От длительных и непосильных нагрузок у ребенка развивается чрезмерное утомление.

Жизненный опыт ребенка расширяется, он глубже интересуется окружающим, чаще задает вопросы и охотно слушает объяснения взрослых. Увеличивается словарный запас, речь ребенка улучшается. И хотя дети 3—7 лет очень восприимчивы, но полученные навыки не сразу закрепляются и легко нарушаются. В дошкольном возрасте процессы возбуждения нервной системы преобладают над процессами торможения.

Сердечно-сосудистая система

В отличие от взрослых кровеносные сосуды детей значительно шире, кровь циркулирует по ним свободно, скорость кровообращения выше, что позволяет легко удовлетворять повышенную потребность в снабжении кровью тканей детского организма. У детей 3—7 лет среднее артериальное давление составляет 73—76 мм рт. ст. Пульс зависит от возраста ребенка: чем меньше возраст, тем выше частота сердечных сокращений. В 3—4 года пульс равен 100—110 уд./мин, в 5—6 лет — 90—100. При физической нагрузке сердечная мышца ребенка быстро утомляется и легко нарушается ритм ее сокращений, но при смене деятельности сердце быстро успокаивается.

Дыхательная система

До 7 лет легочная ткань еще не полностью развита. Легочные и носовые ходы узкие, это затрудняет поступление воздуха в легкие. Диафрагма стоит высоко и во время дыхания ограничивает колебания грудной клетки. Дыхание ребенка более поверхностно, чем у взрослых. За счет частоты дыхания удовлетворяется высокая потребность организма в кислороде. Однако поверхностное дыхание ухудшает вентиляцию легких и вызывает небольшой застой воздуха в них. Поэтому физическими упражнениями важно заниматься преимущественно на свежем воздухе, также следует научить ребенка правильному дыханию. Во время бега и прыжков дыхание должно быть глубоким.

Источник: www.zdorovejka.ru

Спортивно-познавательное развлечение «Подготовка космонавтов» (в подготовительной к школе группе)

Сайфетдинова Г.Р.,

*инструктор по физкультуре МАДОУ д/с № 13 «Улыбка»,
г. Набережные Челны, Республика Татарстан*

Задачи:

- закреплять и систематизировать знания детей об истории освоения космоса и первых космонавтах;
- расширять кругозор путем популяризации знаний о достижениях в области космонавтики;
- воспитывать чувство патриотизма и гражданственности;
- закреплять умение перестраиваться в движении;
- упражнять в лазанье и перелезании;
- продолжать формировать ориентацию в пространстве;
- развивать логическое мышление, произвольное внимание, наблюдательность;
- воспитывать командный дух, чувство товарищества, стремление к победе.

Оборудование: мягкие модули, кубы, мячи, обруч диаметром 120 см, макеты звездочек по количеству детей, тюбики с «космической едой».

Предварительная работа: беседы с детьми об истории освоения космоса и первом космонавте, звездах и планетах; чтение тематических стихов и сказок; организация выставки детских рисунков на тему «Звездные фантазии»; разучивание песен, изготовление костюмов.

* * *

Инструктор. Ребята, сегодня мы получили письмо, в котором говорится, что открывается школа маленьких космонавтов. Вы хотели бы туда поступить?

Д е т и. Да!

И н с т р у к т о р. Каждый космонавт должен обладать крепким здоровьем и иметь хорошую физическую форму. Что для этого нужно?

Дети отвечают.

Начинаем тренировку,
Чтобы сильным стать и ловким!

Под музыку дети выполняют разминку.

Готовы к полету?

Д е т и. Да!

И н с т р у к т о р

Нас ждут быстрые ракеты
Для прогулок по планетам.
На какую захотим,
На такую полетим!

Конкурс «Построим ракету»

Дети делятся на две команды. Каждая строит ракету из модулей и дает ей название.

И н с т р у к т о р. Мы прилетели на планету Марс. Марс в ночном небе кажется красным, потому что он покрыт красно-оранжевым песком, содержащим много железа. На поверхности этой планеты есть вулканы, самый большой из которых называется Олимп.

Конкурс «Кратеры»

Участники добегают до «кратера» и с расстояния 1—1,5 м забрасывают в него мяч.

И н с т р у к т о р. Мы прибыли на планету Сатурн. Посмот-

рите, какая это особенная красивая планета! Поверхность ее состоит из газа и жидкости, а вокруг планеты кружатся кольца, состоящие из обломков льда и камней.

Конкурс «Кольца Сатурна»

Дети по очереди надевают на себя три обруча и бегут до ориентира, затем возвращаются к командам и передают обручи следующим игрокам.

И н с т р у к т о р. Ребята, мы попали на планету Юпитер. Это самая большая планета в Солнечной системе. Она состоит из жидкости и газа. Здесь сыро, кругом слякоть и вода, поэтому здесь мы будем перемещаться на планетоходах.

Конкурс «Планетоходы»

Дети по очереди перемещаются на «планетоходах» (например на фитболах).

И н с т р у к т о р. Мы прибыли на планету Меркурий. Днем здесь очень жарко, а ночью бывает ледяной дождь.

Конкурс «Маятник»

Дети по очереди отпускают маятник, во время его движения подбегают, берут камешек, и как можно быстрее убегают, чтобы их не задел маятник.

И н с т р у к т о р. Мы прилетели на планету Нептун. Она названа в честь римского бога морей. Это холодная планета, состоящая из льдов и горных пород.

Конкурс «Космическая еда»

Дети по очереди добегают до стола и выдавливают из лежащего на нем тюбика содержимое.

Инструктор. Как называются группы звезд?

Дети. Созвездия.

Инструктор. Какие созвездия вы знаете?

Дети отвечают.

А вы знаете, что в космосе есть невесомость?

Упражнения на равновесие

Дети кружатся на месте и по команде инструктора встают на одну ногу, сохраняя равновесие.

Конкурс «Выход в открытый космос»

Дети по очереди «забегают» в катящийся большой обруч.

Инструктор. Сегодня вы побывали на разных планетах Солнечной системы, давайте их перечислим.

Малоподвижная игра

Дети садятся в круг. По очереди, касаясь соседа, называют одну из планет.

Инструктор. Вы все достойные ученики школы маленьких космонавтов — знатоки космоса, здоровые и спортивные ребята!

Под музыку дети выходят из зала.

**НЕСКОЛЬКО ФАКТОВ О РАЗВИТИИ
ДОШКОЛЬНИКОВ: ДВИЖЕНИЯ**

Движения детей 3—4 лет значительно отличаются от движений 5—6-летних. При ходьбе и беге у младших дошкольников нет четкости движений, они теряют равновесие и часто падают, темп движений неравномерный, при беге — шаг мелкий, семенящий. Многие дети при беге опираются на всю ступню и плохо отталкиваются от земли. В 3—4 года дети еще не могут прыгать в высоту через препятствия, даже на 5—10 см от пола, не умеют прыгать на одной ноге.

Дети младшего дошкольного возраста играют с мячом охотно, но их глазомер развит слабо, движения недостаточно согласованы, поэтому им трудно попасть мячом в цель, ловить мяч и далеко его забрасывать.

От однообразных движений младшие дошкольники быстро устают, отвлекаются, их внимание неустойчиво.

Более координированными движения становятся к 4—5 годам. Дошкольникам становятся доступны различные прыжки, они перепрыгивают через небольшие препятствия, лучше бросают и ловят мяч. Но им еще трудно бросать мяч на дальность и попадать в цель, поскольку глазомер и мышцы развиты недостаточно.

В 6 лет дети легко и ритмично бегают, прыгают в длину и высоту, на одной ноге.

Источник: www.zdorovejka.ru

Кружок «Веселая йога» для детей и родителей

Вилисова О.Р.,

*инструктор по физкультуре МАДОУ ЦРР — д/с № 11,
г. Добрянка Пермского края*

Занимаясь йогой, дети соприкасаются с природой, познают естественный ритм жизни, учатся уважению к себе и окружающим. Практика йоги укрепляет кости детей, делает их мышцы упругими, пластичными. Балансирующие позы способствуют развитию координации движений и концентрации внимания. Постоянная практика поможет контролировать и смягчать эмоции детей, обеспечивая полноценный отдых и сон.

Работа кружка «Веселая йога» построена на взаимодействии детей и родителей.

У родителей обычно не хватает времени на совместную деятельность с ребенком. При совместных же занятиях они сосредоточивают свое внимание исключительно на ребенке, что доставляет ему огромную радость; в течение всего занятия любимые мама и папа принадлежат только ему, он может с ними играть, резвиться, осваивать под их наблюдением новые интересные упражнения.

Занятия предоставляют возможность родителям освоить

ряд необходимых упражнений и игр, которые можно повторять с ребенком в свободные минуты, и таким образом способствовать его физическому развитию и совершенствованию двигательных навыков.

Цели:

- развитие двигательной активности детей и профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;
- повышение защитных функций организма и общей работоспособности.

Задачи:

- обучать технике выполнения асан, суставной гимнастики, гимнастики для глаз;
- формировать правильную осанку и равномерное дыхание;
- совершенствовать двигательные умения и навыки;
- учить детей чувствовать свое тело;
- развивать морально-волевые качества (выдержку, настойчивость в достижении результатов), потребность в ежедневной двигательной активности;
- способствовать повышению иммунитета;

— прививать принципы здорового образа жизни.

Оборудование: аудиозаписи спокойной музыки и звуков природы; тренажеры для стоп, массажные дорожки с резиновыми шипами, ребристые доски, гигиенические коврики длиной 1—1,5 м и шириной 60 см; нестандартное оборудование (дорожки из пробок, «баранки», валики, мешочки с песком).

Предлагаем вашему вниманию сценарий занятия кружка «Веселая йога».

Игровая гимнастика «Репка»

Дети имитируют движения в соответствии с текстом.

Чтобы репку посадить,
Землю я вскопаю,
Землю я вскопаю,
Песню напеваю:
Ля-ля-ля...
А теперь в земельку
Семена сажаю,
Семена сажаю,
Песню напеваю:
Ля-ля-ля...
А теперь я грядку
Щедро поливаю.
Пусть растет скорее
Репка золотая!
Ля-ля-ля...

Гимнастика «Желтая песенка»

Желтое солнце на землю глядит,
Дети поднимают руки и глаза
вверх, тянутся.

Желтый подсолнух за солнцем
следит.

Качают руками вправо-влево.

Желтые груши на ветках висят.

Встряхивают кистями.

Желтые листья с деревьев летят.

Выполняют махи руками: в стороны, вверх, вниз.

Желтая бабочка, желтая
букашка,

Желтые лютики, желтая
ромашка.

Приседают.

Желтое солнышко, желтенький
песочек,

Желтый цвет радости,
радуйся, дружок.

Прыгают на месте.

Самомассаж «Дождик»

Дождик, дождик, капелька,
Водяная сабелька,

Легко, в ритме стихотворения дети постукивают пальцами по бедрам от колена вверх.

Лужу резал, лужу резал,
Резал, резал, не разрезал.

Выполняют «пилящие» движения ребрами ладоней.

И устал и перестал.

Поглаживают бедра ладонями.

Суставная гимнастика «Асаны»

При выполнении упражнений следует держаться прямо, чтобы шея, спина и голова составляли одну линию. Лицо спокойное, рас-



слабленное, глаза закрыты, дыхание через нос, внимание направлено на выполнение упражнения.

1. «Флажки»

«Вывеситься» — в положении сидя вытянуть вперед руки и ноги, чтобы последние по всей длине (от бедер до пяток) не касались пола. Стараясь держать прямые руки и ноги неподвижно, начать одновременные движения кистями рук и стоп вверх, направляя ладони и носки вверх, в потолок, затем вниз, стараясь направить ладони и носки к полу. Движения делать энергично, до упора. Повторить 15—20 раз, считая движение вверх-вниз за одно.

Варианты:

- правые кисти и стопы — вверх, левые — вниз;
- кисти — вверх, стопы — вниз;
- правые кисти и стопы — навстречу, левые — врозь;

- пальцы рук растопырены.

2. «Тик-так»

И.п.: сидя. Энергично, с усилием забрасывать голову вверх, направляя затылок к спине, и вниз, стараясь достать подбородком груди. Начинать с медленных движений. Повторить до 25 раз, считая движение вверх-вниз за одно. На первых порах упражнение следует выполнять осторожно.

Вариант: делая наклоны вверх-вниз, слегка наклонять голову то к одному, то к другому плечу.

3. «Коса»

«Вывеситься». Стараясь сохранить неподвижное положение вытянутых вперед рук и ног, начать одновременные движения кистей рук и ступней вправо, поворачивая до упора вправо обе кисти и стопы, затем влево. Руки и ноги прямые, движутся только кисти и стопы, все остальное неподвижно.



Движения делать энергично. Повторить до 25 раз, считая движения влево-вправо за одно.

Варианты:

- стопы вправо, кисти влево;
- стопы внутрь, кисти наружу;
- пальцы рук растопырены.

4. «Маятник часов»

И.п.: сидя. Энергично наклонять голову то к правому, то к левому плечу, стараясь коснуться плеча ухом. Следить, чтобы плечи не поднимались. Повторить до 25 раз. Начиная выполнять упражнение осторожно, постепенно добиться резкого бросания головы. Темп переменный, начинать упражнение медленно, затем ускорять движения, заканчивать медленно.

Вариант: выполнять наклоны головы к плечам, немного заваливая голову назад.

5. «Вертолетик»

«Вывеситься». Кистями и стопами одновременно начать вращательные движения по кругу. Обе кисти и стопы вращаются в одну сторону. Затем поменять направление вращения. Повторить до 25 раз в каждую сторону.

Варианты:

- кисти вправо, стопы влево;
- правые кисть и стопа вращаются в одну сторону, левые — в другую;
- кисть правой руки и стопа левой ноги вращаются в одну сторону, другие кисть и стопа — в другую.

6. «Скажи “нет”»

И.п.: сидя. Выполнять энергичные повороты головы влево-вправо до упора. Повторить до 25 раз, считая поворот влево-вправо за один раз. Начиная выполнение в

медленном темпе, постепенно добиться быстрых движений.

7. «Ладушки»

«Вывеситься». Вытянутые вперед ноги соединять друг с другом то подошвами, поворачивая стопы навстречу друг другу, то лодыжками, разворачивая подошвы в противоположную сторону. Руки вытянуть вперед, пальцами рук выполнять энергичные движения, как бы разминая большие куски пластилина. Повторить до 10 раз, считая касание лодыжками и касание ступнями за один раз. Затем постучать стопами и лодыжками друг о друга.

8. «Юла»

И.п.: сидя. Совершать круговые движения головой. Носом описывать окружность максимального радиуса. Начинать движение медленно, постепенно наращивая темп. Перекачивания делать сначала в одну сторону, затем в другую. Повторить до 10 раз в каждую сторону.

9. «Царапанье»

И.п.: то же. На вдохе приблизить кисти к плечам, отводя локти назад. Лопатки соединить. Через широко открытый рот сделать резкий выдох, произнеся «ха!», выбросить руки с широко расставленными пальцами вперед. На задержке после выдоха совершать энергичные маховые движения вытянутыми вперед руками вверх-вниз, «царапая» пальцами пространство перед собой. Руки при этом сильно напрячь. На этой же

задержке выдоха приостановить маховые движения рук, вытянуть руки и ноги вперед (лучше «вывеситься») и с усилием выполнять царапающие движения пальцами рук и ног, удерживая выпрямленные руки и ноги в неподвижном положении. Выполнять с большим усилием. Повторить 3—5 раз.

10. «Петушок и курочка»

Имитировать «клевательные» движения головой в горизонтальной плоскости в последовательности вперед — назад — вправо — назад — вперед — назад — влево — назад и т.д. Подбородок должен двигаться параллельно полу. Повторить 8—10 раз.

11. «Бутерброд»

И.п.: сидя прямо, ноги расставлены под прямым углом, ладони на коленях, пальцы правой и левой рук обращены друг к другу. Выполнять наклоны туловищем попеременно в сторону каждой ноги, при этом сгибая руку в локтевом суставе. Локоть завести вперед и, наклоняясь, сложить предплечье и плечо, стараясь опустить их за колено. Повторить 3—5 раз в каждую сторону.

12. «Мюнхгаузен»

И.п.: сидя, руки вытянуты вверх, пальцы соединены «в замок». Энергичными движениями рук вправо, вверх, влево стараться «оторвать» себя от сиденья. При потягивании рук влево от сиденья отрывается правая ягодица, при потягивании вправо — левая. Повторить 3—5 раз.



Вариант: руки не «в замке», а давят ладонями друг на друга и тянутся вверх.

13. «Дерево на ветру»

И.п.: сидя, руки за спиной, взяться за локти, предплечья к спине не прижимать. С выдохом делать наклоны в сторону, не отрывая ягодиц от пола. Выполняя наклон, мысленно стараться увидеть противоположную ножку стула. В положении максимального наклона задержаться на несколько секунд. Со вдохом возвратиться в и.п. Повторить то же в другую сторону. Повторить 2—3 раза в каждую сторону.

14. «Улитка»

И.п.: сидя. Переплетая пальцы, обхватить ладонями затылок. Сделать вдох. С выдохом медленно и с напряжением наклонять голову руками к груди и медленно сгибать спину позвонок за позвонком, стараясь достать макушкой

до пола. Со вдохом медленно вернуться в и.п. Повторить 3—5 раз.

15. «Футбол»

И.п.: стоя прямо. Выполнять разнообразные удары по воображаемому мячу — резкие, с отяжкой. Сначала стоя на одной ноге, затем на другой. Темп ударов переменный. Повторить до 25 раз каждой ногой. Затем выполнять прыжки на одной ноге и одновременно удары по мячу другой ногой. Также до 25 раз каждой ногой. Затем выполнить до 25 прыжков на месте на двух ногах («как мячик»).

16. «Каратэ»

Поочередно обеими ногами наносить удары пятками вперед, прямо перед собой по воображаемому противнику, имитируя приемы каратэ. Затем выполнить удары ногами вбок, назад. Все удары повторить по 8—10 раз каждой ногой. Удары выполнять

резко, стараясь расслабляться в промежутках между ними. Темп ударов переменный.

17. «Захлест голени»

Переступая на месте с ноги на ногу, делать резкие движения свободной ногой назад, стараясь достать пяткой до ягодицы. Ноги расслаблены, удары хлесткие. Колени вперед не выдвигать. Повторить до 25 раз каждой ногой.

18. «Полюби себя»

И.п.: стоя прямо, руки вытянуты вперед. Пальцы правой руки положить на левую ключицу, левой — на правую. Большой, указательный и средний пальцы собрать в щепотку в ямке у плеча. На вдохе развести локти в сторону, распрямить спину. На выдохе — соединить локти друг с другом, спину округлить. При этом локти все время остаются на уровне плеч. Движения делать с большим напряжением. Затем сменить положение рук (поставить сверху другую). Из каждого положения выполнить по 2—5 раз.

19. «Бокс»

И.п.: боксерская стойка (ноги чуть согнуты в коленях, левые нога и рука впереди). Выполнить 5—10 легких прыжков, имитируя передвижение боксера по рингу. Затем остановиться и произвести удары попеременно левой и правой руками по воображаемому противнику. То же с другими рукой и ногой впереди. Повторить 2—4 раза. При выполнении упражнения обратить внимание

на быстроту, резкость и силу ударов. Темп их переменный, удары выполнять сериями.

20. «Балетный шаг»

Выполнить ходьбу на месте. При этом ноги сгибать в коленях, стопы развернуть слегка внутрь. Бедра как можно сильнее раскачивать вправо-влево. Носки от пола не отрывать. Грудь вперед, плечами не шевелить. Выполнять в быстром темпе 20—40 с.

21. «Танец живота»

Вариант 1. Встать прямо, одну ногу чуть выставить вперед, поставить на носок почти перпендикулярно другой стопе. Вращать тазом по часовой стрелке и в обратном направлении, сначала медленно, потом быстро. Затем выполнить движения тазом вперед-назад — сначала на прямой ноге, затем в сторону выдвинутой ноги. Повторить то же с другой ногой.

Вариант 2. Встать прямо, стопы параллельно друг другу. Руки на бедрах. Выполнять движения бедрами и талией, как бы вращая воображаемый обруч. Плечи при этом держать неподвижно. Вращения производить сначала в одну сторону, затем в другую, сначала медленно, потом быстро, затем опять медленно. В каждую сторону сделать по 8—10 вращений. По ходу вращения присесть и возвращаться в стойку, не останавливая кругового движения. Затем выполнить движения тазом вперед-назад, влево-вправо,



оттянув таз назад, а затем выдвинув вперед.

22. «Велосипед»

И.п.: лежа на спине, ноги подняты вверх. Выполнять ногами движения, имитирующие работу педалями при езде на велосипеде — сначала в одну сторону, затем в другую. Темп движений переменный. Выполнять по 30—60 с в каждую сторону.

23. «Качалка»

И.п.: лежа на спине, колени подтянуты к подбородку, руками обхватить лодыжки. Выполнить 8—12 качаний на округлой спине вперед-назад.

Дыхательная гимнастика «Удивимся»

Удивляться чему есть —
В мире всех чудес не счесть!

И.п.: стоя, плечи опущены,
свободный вдох.

1 — медленно поднять плечи,
одновременно делая выдох; 2 —
и.п.

Повторить 6 раз.

Гимнастика для глаз «Дождик»

Капля первая упала — кап!

Дети пальцем показывают траекторию движения капли сверху вниз.

И вторая прибежала — кап!

Действие то же.

Мы на небо посмотрели,
Капельки «кап-кап» запели,

Смотрят вверх.

Намочились лица.

Мы их вытирали.

«Вытирают» лицо руками.

Туфли — посмотрите —
Мокрыми вдруг стали.

Показывают руками на ноги и
смотрят вниз.

Плечами дружно поведем
И все капельки стряхнем.

Выполняют круговые движения
плечами.

От дождя убежим,
Под кусточком посидим.

Приседают.

Пальчиковая гимнастика

«Гости»

Стала Маша гостей созывать:

Дети вращают кистями рук к себе.

«И Иван приди, и Степан при-
ди,

И Матвей приди, и Сергей
приди,

А Никитушка — ну пожалуй-
ста!»

Массируют кончики пальцев пра-
вой руки по очереди.

Стала Маша гостей угощать:

И Ивану блин, и Степану
блин,

И Матвею блин, и Сергею
блин,

А Никитушке — мятный пря-
ничек.

То же другой рукой.

Релаксация

«Замедленное движение»

Дети садятся ближе к краю
стула, опираются о спинку, руки
свободно кладут на колени, ноги

слегка расставляют, закрывают
глаза и спокойно сидят некото-
рое время, слушая медленную
негромкую музыку.

Все умеют танцевать,
Прыгать, бегать, рисовать.
Но не все пока умеют
Расслабляться, отдыхать.
Есть у нас игра такая —
Очень легкая, простая.
Замедляется движенье,
Исчезает напряжение.
И становится понятно —
Расслабление приятно!

Подвижная игра «Репка»

Дети встают в круг, в центре ко-
торого стоит ребенок — «репка».

Репка-репонька,

Дети и «репка» идут противохо-
дом по кругу.

Вот какая крепенька.

Ты на месте покружись,

«Репка» кружится.

А потом остановись.

Останавливается.

Раз-два, не зевай!

Дети хлопают в ладоши.

Кого хочешь выбирай!

«Репка» выбирает партнера и
танцует с ним.

Литература

Иванова Т.А. Йога для детей.
Парциальная программа кружковой
работы для детей дошкольного воз-
раста. СПб., 2015.

Парная утренняя гимнастика с мамами (для детей 3–4 лет)

Киреева И.П.,

*инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 24 «Радуга»,
г. Туапсе Краснодарского края*

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании детей закладывается в семье. Именно родители становятся первыми воспитателями детей, пробуждают интерес к здоровому образу жизни, оздоровительным мероприятиям и спорту.

Наукой доказано, что совместные занятия физическими упражнениями служат для родителей и детей источником радости, обогащают новыми впечатлениями и улучшают здоровье, помогают преодолевать коммуникативные барьеры. В тесном соприкосновении выполняются физические упражнения, игры. Телесный контакт помогает им почувствовать друг друга, понять и принять, ощутить себя единой командой. Родители становятся участниками и свидетелями того, как их собственный ребенок осваивает новые движения, получает и обогащает свой двигательный опыт.

Мы выполняли гимнастику с разными предметами, а в преддверии праздника «День матери» нам захотелось, чтобы детки принесли из дома какой-

нибудь предмет и выполнили утреннюю парную гимнастику со своим лучшим другом — мамочкой. А так как уже стало холодать, то мы решили принести с собой шарфики, то есть то, чем мамочки утром с любовью укутывают своих деток, отправляя их в детский сад. И у нас все получилось. Яркие разноцветные шарфы придали утренней зарядке с мамами ощущение тепла и праздничное настроение.

Утренняя парная гимнастика с мамами «Прогулка в парк»

Цель: привлечение детей и их мам к участию в совместных мероприятиях.

Задачи:

- доставлять радость детям и взрослым от взаимодействия друг с другом в двигательнo-игровой деятельности;
- помогать установить эмоционально-тактильный доверительный контакт;
- формировать умение у партнеров чувствовать друг друга, настраиваться на партнера для успешности в совместных двигательных действиях;

— содействовать развитию эмоциональной сферы, формированию партнерских чувств у детей и взрослых.

Оборудование: шарфы по количеству взрослых, музыкальное сопровождение.

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Под музыку дети парами входят в спортивный зал и встают в круг.

Инструктор. Всем доброе утро! Всем физкульт-привет!

Проводится игра под песню «Три хлопка». Участники выполняют движения в соответствии с текстом.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Инструктор. Ребята, вы каждое утро обнимаете своих мамочек?

Дети отвечают.

Мамы и дети встают парами лицом друг к другу.

ОРУ в парах

1. «Обняли — согрели»

И.п.: ноги вместе, руки опущены; шарфы у мам на плечах.

1 — ребенок делает шаг вперед с правой ноги, руки в стороны; мама делает шаг вперед с правой ноги, руки в стороны с шарфом; 2—3 — мама и ребенок обнимаются; 4 — делают шаг назад, руки через стороны опускают, **и.п.** Повторить 6—8 раз.

Инструктор. А гулять с мамами и бабушками вы любите?

Дети отвечают.

Ну тогда поехали на прогулку в парк!

2. «Едем в парк»

И.п.: ноги вместе, руки опущены, шарфы у обоих участников в двух руках.

1 — участники поднимают руки с шарфом вверх; 2 — выполняют наклон вправо (влево); 3 — наклон влево (вправо); 4 — опускают руки, возвращаются в **и.п.** Повторить 6—8 раз.

3. «Рыбалка»

И.п.: мама садится, ноги врозь; ребенок садится между мамиными ногами, спиной к маме, тоже ноги врозь; шарфы у мам в руках, опущенными на пол.

1 — участники наклоняются вперед, мамы накидывают шарфы на правые ноги (свою и ребенка); 2 — **и.п.**; 3 — наклоняются вперед, накидывают шарфы на левые ноги; 4 — **и.п.** Повторить 6—8 раз.

4. «Кто сильнее?»

И.п.: сидя, ноги врозь, ступни партнеров соединены, руки вперед, держатся за шарф.

1 — мамы наклоняются назад, тянут шарф на себя, дети наклоняются вперед; 2 — то же наоборот. Повторить 6—8 раз.

Игра «Карусель»

Играющие образуют круг. Инструктор становится в центр круга и берет у детей один конец шарфа. Дети берутся левой рукой за шарф, а правой — за руку мамы.

Инструктор

Еле-еле, еле-еле
 Завертелись карусели,
 А потом кругом, кругом,
 Все бегом, бегом, бегом.

В соответствии с текстом дети идут по кругу: сначала медленно, потом быстрее, а под конец — бегут. Во время бега инструктор приговаривает: «Побежали, побежали» — и в центре круга крутится вместе со всеми.

После того как все пробегут 2 раза по кругу, направление меняется.

Тише, тише, не спешите!
 Карусель остановите!
 Раз-два, раз-два!

Движение карусели постепенно замедляется.

Вот и кончилась игра!

Участники останавливаются.

Незадолго до конца текста инструктор останавливается, а дети и мамы продолжают движение по кругу. Инструктор оказывается обмотанным шарфами.

Инструктор. Здорово! Мне стало так тепло от ваших шарфиков!

Участники перехватывают шарфы в другую руку и разматывают педагога.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ**Дыхательная гимнастика
«Часики»**

И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки опущены.

Размахивая прямыми руками вперед и назад, участники произносят «тик-так». Повторить 10 раз.

Инструктор. Ой, посмотрите, только девятый час, а мы уже столько дел переделали! Осталось начать наш день с пожелания здоровья!

А вы знаете, что пожелание здоровья — это наше приветствие «здравствуй»? Мы сегодня с вами здоровались, а вот с солнышком поздороваться забыли. Давайте поздороваемся.

Здравствуй, небо голубое!

Участники поднимают руки вверх.

Здравствуй, солнце золотое!

Трясут поднятыми руками.

Мы навстречу вам откроем
 И ладошки и сердца.

Показывают ладони, затем прикладывают руки к груди.

Пусть же мир на свете будет,

Руками рисуют в воздухе сердечко.

Улыбаются пусть люди!

Ставят руки на пояс и улыбаются, качаясь из стороны в сторону.

А теперь обнимитесь крепко-крепко!

Участники обнимаются.

Здоровья вам и вашим детям!
 До новых встреч!

Под музыку участники в колонне по одному выходят из зала.

Литература

Алябьева Е.А. Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5—7 лет. М., 2016.

Бабынина Т.Ф., Гильманова Л.В., Головенко В.Э. Диалог с родителями.

Методический аспект взаимодействия детского сада и семьи. М., 2016.

Вареник Е.Н. Утренняя гимнастика в детском саду. М., 2009.

Прищепа С.С. Сотрудничество детского сада и семьи в физическом воспитании дошкольников. М., 2013.

Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для работы с детьми 2—7 лет. М., 2012.

Совместная деятельность детей и родителей «Космическое путешествие» (в старшей группе)

Коваленко О.А.,

*инструктор по физкультуре МБДОУ д/с «Звездочка»,
пос. Звездный Пермского края*

Цель: автоматизация двигательных умений и навыков детей.

Задачи

Воспитательная: воспитывать командный дух, чувство товарищества, стремление к победе.

Образовательная: совершенствовать основные виды движения (бег, прыжки, ходьбу).

Развивающие:

- развивать внимание, силу, ловкость;
- продолжать формировать ориентацию в пространстве.

Оборудование: галстуки и инструменты по количеству детей; по 2 фитбола, мяча; по 2 ракетки, скамейки; 4 стойки; обручи — 8 больших и 6 маленьких; нарисованные ракеты «Союз» и «Восток», инопланетянин; коробка для инструментов; музыкальное сопровождение, призы.

* * *

Под музыку дети входят в зал, строятся полукругом.

В е д у щ и й. Сегодня мы отмечаем очень интересный празд-

ник. Много лет назад, в 1961 году, впервые в космос на космическом корабле «Восток» полетел наш герой — советский космонавт. Какого числа это было?

Д е т и. 12 апреля.

В е д у щ и й. Как звали первого космонавта?

Д е т и. Юрий Гагарин.

В е д у щ и й. Ребята, а вы знаете, какую подготовку должен пройти космонавт перед полетом?

1 - й р е б е н о к

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

2 - р е б е н о к

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

Под музыку дети выполняют комплекс ритмической гимнастики.

Затем делятся на две команды и строятся в две колонны у ориентиров (ракет).

В е д у щ и й. Участвуют две команды — экипажи ракет «Союз» и «Восток». Вы будете соревноваться в силе, ловкости и смекалке. Ребята, на чем летают в космос?

Д е т и. На ракете.

В е д у щ и й. Давайте ее построим.

Эстафета «Построй ракету»

Участники строят ракету из модулей. Побеждает команда, бы-

стрее и правильнее справившаяся с заданием.

В е д у щ и й. Ребята, вот карта, которая поможет вам путешествовать по космосу.

Мы построили ракету —
Корабля быстрее нету.
Приглашаем всех в полет
На Луну! Ракета ждет!

Перед взлетом ракеты всегда идет обратный отчет.

Д е т и. 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2,
1 — пуск!

В е д у щ и й. Первая остановка — Луна. По Луне мы будем передвигаться на луноходах.

Эстафета «Прогулка по Луне»

По сигналу участники прыгают на фитболах до ориентира, огибают его и возвращаются к командам, где передают фитболы следующим участникам. Побеждает команда, быстрее справившаяся с заданием.

В е д у щ и й. Нам пора отправляться дальше. Следующая наша остановка — планета Венера, по пути на которую мы попали под звездный дождь.

Эстафета «Звездный дождь»

Участники собирают в варежках мячики, рассыпанные по ковру.

В е д у щ и й. Молодцы! Направляемся к следующей планете — Марсу.

Марс — таинственная планета, Она по размерам чуть больше Луны.

Из-за кроваво-красного цвета
Назвали планету в честь бога
войны.

Эстафета «Мяч на ракетке»

Участники кладут мяч на ракетку и несут до ориентира, огибают его и возвращаются к команде, где передают эстафету следующим игрокам. Побеждает команда, быстрее и правильнее справившаяся с заданием.

В е д у щ и й. Наше путешествие продолжается, и мы летим мимо планеты Юпитер.

Юпитер — больше всех планет,
Но суши на планете нет,
Повсюду жидкий водород
И лютый холод круглый год.

Следующая планета — Сатурн. Вокруг этой планеты вращаются семь колец.

Сатурн — красивая планета
Желто-оранжевого цвета,
Что кольцами камней и льда
Окружена была всегда.

Эстафета «Перепрыгни через кольца»

На полу лежат обручи. Участники прыгают по ним: запрыгивают внутрь больших, через маленькие перепрыгивают, расставив ноги врозь. Побеждает команда, быстрее и правильнее справившаяся с заданием.

В е д у щ и й. Теперь мы летим дальше на планеты Уран и Нептун.

Планета Нептун от Земли далеко,

Увидеть ее в телескоп нелегко,
От Солнца по счету планета
восьмая,

Царит на ней вечно зима ледяная.

Ребята, мне кажется, у нас как-то плохо работает двигатель, надо срочно просить о помощи на ближайшей планете.

В зал вносят нарисованного инопланетянина.

Этот инопланетянин поможет отремонтировать наш корабль.

Эстафета «Ремонт корабля»

Участники по очереди бегут к инопланетянину, берут инструменты, которые лежат рядом, и возвращаются назад. Побеждает команда, быстрее справившаяся с заданием.

В е д у щ и й. Хорошо, теперь у нас есть инструменты для работы, и мы сможем починить корабль. Значит, у нас еще есть время поиграть в интеллектуальный конкурс!

Дети садятся на скамейку.

Интеллектуальный конкурс

В е д у щ и й

Мы с вами в космосе летаем
И планеты пролетаем:
Нептун, Плутон, Сатурн, Уран.
Сосчитай скорее сам!

(4.)

В небе сияли четыре звезды:
Одна из них погасла, другая
вдруг упала.

Сколько ярких звезд на небе
стало?

(2.)

На небе есть созвездия.

Одно из них — Весы.

Его составляют четыре малые
И две большие звезды.

Сколько звезд в созвездии Весы?

(6.)

Мы пролетаем созвездие Льва.

Четыре звезды — тело,
одна — голова,

Еще четыре звездочки
образуют хвост,

Сколько звезд в созвездии?

Ответ на мой вопрос.

(9.)

Нам пора возвращаться до-
мой, наше путешествие подошло
к концу. Пока летим, вспомним
все планеты.

По порядку все планеты
Назовет любой из нас:

Раз — Меркурий,

Два — Венера,

Три — Земля,

Четыре — Марс,

Пять — Юпитер,

Шесть — Сатурн,

Семь — Уран,

Восьмой — Нептун.

Вот наша Земля!

Вот наши поля!

Здравствуйте, моря соленые!

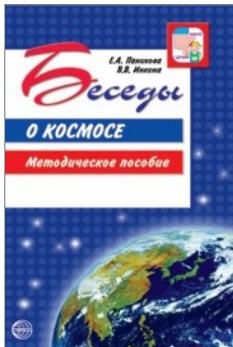
Здравствуйте, луга зеленые!

Ведущий подводит итоги со-
ревнований.

Все молодцы! Сегодня побе-
дила дружба!

Под музыку дети, сделав круг по-
чета, выходят из зала.

Издательство «ТЦ Сфера» представляет



БЕСЕДЫ О КОСМОСЕ

Методическое пособие

Авторы — Паникова Е.А., Инкина В.В.

Пособие содержит материалы для бесед с детьми о космосе и планете Земля. Предложены разработки занятий, игр, досугов, праздников, даны указания по организации поисковой деятельности, рекомендуются книги для чтения. В приложении даются произведения «Как мальчик стал космонавтом» и советы родителям.

См. также комплекты наглядных пособий «Детям о космосе» и «Великий космос».

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, www.sfera-podpiska.ru

Интернет-магазин: www.sfera-book.ru

Совместная деятельность детей и родителей «Мамина школа»

Дмитриева В.В.,

руководитель физического воспитания;

Назарова О.В.,

музыкальный руководитель;

Иванова О.Н.,

воспитатель МБДОУ д/с № 34, пос. Самусь Томской обл.

Все родители желают видеть своего ребенка здоровым, сильным, физически развитым. Но дома многие заняты просмотром телепередач, компьютерными играми, чтением, иным пассивным отдыхом. Большая загруженность родителей ведет к сокращению прогулок на свежем воздухе. Таким образом, естественная потребность ребенка в движении в семье зачастую не удовлетворяется.

В нашем детском саду физическому развитию детей уделяется большое внимание. Мы знакомим родителей с приемами оздоровления детей, привлекаем к участию в походах, совместной двигательной деятельности.

Цели совместных занятий:

- пропаганда здорового образа жизни;
- расширение кругозора родителей в области детско-родительских взаимоотношений.

Результатом таких занятий становятся взаимные открытия, радость общения родителей и детей, приобретение опыта двигательного взаимодействия.

Мы представляем серию занятий «Маминой школы»: «Жизнь — прекрасное движение! Ритмика нужна всегда!»; двигательный игротренинг «В стране Веселых мячей».

«Жизнь — прекрасное движение! Ритмика нужна всегда»

(для детей 6–7 лет и их родителей)

Задачи:

- помогать родителям ощутить радость от совместной двигательной деятельности;
- формировать у родителей и детей умение выполнять движения в детско-родительской паре;

- развивать чувство ритма, координацию движений;
- укреплять и развивать мышцы, гибкость позвоночника, подвижность суставов;
- развивать у детей и совершенствовать у родителей двигательную память, внимание, мышление, воображение;
- совершенствовать умение согласовывать движение с музыкой;
- обогащать музыкальные впечатления детей, создавать радостное настроение;
- учить ориентироваться в пространстве.

Оборудование: степы и гимнастические коврики по количеству участников; по 2 палочки на каждого участника; музыкальные инструменты; проектор, слайды с изображениями предметов и сюжетов известных мультфильмов; музыкальное сопровождение.

* * *

1 - й в е д у щ и й. Добро пожаловать, друзья!

Ритмическая планета,
Словно залитая светом,
В гости нас к себе зовет,
Приглашая в хоровод
Всех, кто любит танцевать,
А не на печи лежать.

2 - й в е д у щ и й
Кто, услышав звуки польки,
Веселиться будет столько,
Сколько требует душа?
Ай да полька, хороша!

1 - й в е д у щ и й

Стили, жанры, направленья
Нам подвластны без сомненья.
Вас с собою приглашаем,
Праздник ритма...

В с е (*хором*). Начинаем!

2 - й в е д у щ и й. Вы любите смотреть мультфильмы? А какие ваши любимые? Вы бы хотели встретиться с героями ваших любимых сказок и мультфильмов?

Дети отвечают.

Давайте сегодня отправимся в волшебную страну Мультфильмов. Путь наш неблизкий и непростой, поэтому сначала проверим, насколько вы внимательны и как чувствуете ритм.

Игра с палочками «Веселые палочки» [2]

У каждого ребенка в руках по две палочки.

Вы скачите, палочки,

Дети стучат по полу одновременно двумя палочками.

Как солнечные зайчики.

Стучат, отмечая каждую четверть.

Прыг-прыг,

Стучат палочкой о палочку.

Скок-скок —

Прискакали на лужок.

Стучат двумя палочками по очереди, отмечая каждую восьмую.

Правой ножкой топ-топ,

Стучат по полу палочкой в правой руке на каждую четверть.

Левой ножкой топ-топ,

То же палочкой в левой руке.

На головку сели,

Показывают «рожки» и шевелят ими.

Песенку запели.

Стучат палочкой о палочку на каждую четверть.

1 - й в е д у щ и й. Молодцы, справились. А теперь отправляемся в путь.

Далее на экране появляется изображение воздушного шара. Звучит музыка, участники «летят на воздушном шаре».

На экране появляется изображение героев мультфильма «Маша и Медведь».

2 - й в е д у щ и й. Посмотрите, наш воздушный шар доставил нас к героям всем известного и всеми любимого мультфильма «Маша и Медведь».

1 - й в е д у щ и й. Маша никогда не сидит на месте, она всегда энергична и бодра. Быть такой ей помогают ритмика и движение.

2 - й в е д у щ и й. Давайте вместе с Машей и ее друзьями зарядимся веселым настроением и положительными эмоциями.

Звучит музыка из мультфильма «Маша и Медведь».

Совместная разминка на степях 1-я часть

(под песню «По следам» из мультфильма «Маша и Медведь»)

- Ходьба на месте;
- шаг на степ, шаг назад, руки на поясе;
- шаг на степ боком, шаг вниз;
- шаг на степ, стоя на степе, руки поднять вперед вверх, помахать;
- шаг назад, руки развести в стороны, имитируя удивление;
- шаг вперед навстречу маме, хлопнуть в ладоши, шаг назад. Повторить другой рукой;
- шаг на степ, стоя на степе, помахать руками («крыльями»), шаг назад в и.п.

2-я часть

(под песню «Если утром дети улыбаются» из мультфильма «Маша и Медведь»)

- Шаг на месте, рука вперед, назад, ладонь вертикально;
- шаг на степ, круговые движения ладонями по очереди («умывание»);
- поставить пятку на степ, выполнить наклон вперед к носку («почистить сапожки»);
- шаг на степ боком, шаг в и.п.;
- ходьба друг за другом в паре вокруг степов;
- остановиться у степов, наклониться к маме, помахать.

Проводится дыхательное упражнение.

1 - й в е д у щ и й. Уважаемые мамы и дети, вы готовы продолжить путешествие?

2 - й в е д у щ и й. Путешествовать мы продолжим на поезде. Вставляйте друг за другом и в путь, друзья!

На экране появляется изображение поезда. Звучит музыка, участники двигаются друг за другом по залу.

На экране появляется пустой слайд.

1 - й в е д у щ и й. Интересно, к каким это героям мультфильма мы попали? Экран пуст!

2 - й в е д у щ и й. Отгадайте загадку и увидите этих героев.

Человечки очень споро
Чинят электроприборы!
Их не видно, не смотри,
Ведь они живут внутри.
Нету места мистике,
Если рядом ... (Фиксики).

На экране появляется изображение Фиксиков.

«А кто такие Фиксики — большой-большой секрет!» — так поется в песенке про Фиксиков. До недавнего времени люди почти ничего не знали об этих маленьких человечках, которые живут внутри машин и приборов. Фиксики ухаживают за техникой изнутри, чистят ее, смазывают, устраняют мелкие поломки. Они

умелые и добросовестные мастера. Фиксики привыкли скрываться от людей, но есть они повсюду: в компьютерах, холодильниках, телевизорах. Каждый помнит о случаях, когда неработающий прибор вдруг начинал работать, если по нему слегка стукнуть. Все просто: внутри проснулся Фиксик и все наладил. В нашем случае Фиксик проснулся в барабане.

1 - й в е д у щ и й. Разбирайте инструменты и поиграем с нашими Фиксиками.

Дети берут шумовые музыкальные инструменты и играют на них.

Наше путешествие продолжается на самолете.

На экране появляется изображение самолета. Звучит музыка, участники «летят на самолете».

На экране появляется изображение героев из мультфильма «Барбоскины».

2 - й в е д у щ и й

Роза, Лиза и Малыш
В комнате ловили мышь.
Генка сочинял стишок,
Дружок кушал пирожок.
Папа с мамой возле них.
Вся семья — Барбоскиных!

1 - й в е д у щ и й. Барбоскины предлагают поиграть в игру на умение определять темп музыки и выполнять танцевальные движения, соответствующие ему.

Игра «Катилось колечко»

Дети с родителями стоят в кругу.

Ведущий снимает с руки колечко и пускает его по кругу.

Катилось колечко
По лесу, вдоль речки,
Катилось по травке,
По узкой канавке,
По полю широкому,
По оврагу глубокому,
Катилось, катилось,
Остановилось!
Кто колечко нашел,
Тот в круг вошел.

Ребенок выходит в круг.

Имя назвал...

Называет имя.

Себя показал.

К ребенку выходит родитель, в паре они танцуют под музыку.

Колечко дружочку потом он отдал!

Передают кольцо другому ребенку.

Игра повторяется 2—3 раза.

Мы имя назвали,
Себя показали
И всем за игру
Мы спасибо сказали!

Участники говорят спасибо, кланяются.

1 - й в е д у щ и й. Вот и подошло к концу наше путешествие.

Вы бы хотели отправиться в путешествие еще раз?

Участники отвечают.

Приходите, мы будем рады видеть вас.

Под музыку участники выходят из зала.

Двигательный изотренинг «В стране Веселых мячей»

Задачи:

- помогать родителям ощутить радость от совместной двигательной деятельности и понять полезность парной гимнастики;
- формировать у родителей и детей умение выполнять движения в детско-родительской паре;
- совершенствовать умение детей действовать с мячом (прокатывать, бросать, ловить);
- развивать у детей и совершенствовать у родителей двигательную память, внимание, мышление, воображение.

Оборудование: мячи диаметром 20 см, массажные, фитболы, обручи, мячи-ежики по количеству детей.

Предварительная работа: беседа о мяче, его характеристиках, видах.

* * *

Педагог. Здравствуйте, родители и дети, мы собрались сегодня, чтобы поиграть. Но сначала отгадайте загадку.

Бьют его рукой и палкой,
Никому его не жалко,
Весело он скачет,
А зовется ... (мячик).

Правильно! Каким может быть мячик?

Д е т и. Круглым, гладким, колючим, маленьким, большим.

П е д а г о г. Что может делать мячик?

Д е т и. Прыгать, катиться, летать.

П е д а г о г. А для чего нужен мяч, как вы думаете?

Дети отвечают.

Сегодня мы отправимся в путешествие в страну Веселых мячей, чтобы узнать много интересного о разных мячах, их свойствах, пользе для нашего организма. Итак, мы отправляемся!

Участники встают в колонну, чередуясь ребенок — родитель.

Ходьба:

- обычная;
- на носках, руки вверх (взрослый берет ребенка сзади за вытянутые руки);
- на пятках, руки за голову (взрослый разводит локти ребенка);
- приставным шагом друг против друга, держась за руки.

Бег:

- обычный;
- держась за руки вместе;
- враспынную (дети разбегаются по залу, взрослые стоят на

месте, по сигналу дети подбегают к родителям).

Проводится ходьба с восстановлением дыхания.

П е д а г о г. Долго мы шли и наконец пришли в страну Веселых мячей. А вот и первый мяч. Он хоть и небольшой, но сколько пользы приносит!

Педагог раздает участникам мячи-ежики.

Пары участников встают по кругу.

Пальчиковая гимнастика мячом-ежиком

Участники выполняют движения в соответствии с текстом.

Этот мячик непростой,
Весь колючий, вот такой!
Меж ладошками кладем,
Им ладошки разотрем.
Вверх и вниз его катаем.
Свои ручки развиваем.

* * *

И.п.: мяч между ладонями.

Я мячом круги катаю —
Взад-вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошку,
Будто я сметаю крошку [3].

* * *

И.п.: сидя на полу, ноги прямые врозь.

Дружно на пол сели,
Продолжаем трюки делать.
По дорожке мяч качу,
Взад-вперед его гоню.

Участники прокатывают мяч по правой ноге, затем по левой.

* * *

И.п.: сидя на полу, упор руками сзади, ноги согнуты в коленях.

На полу круги катаю
Мяч из ног не выпускаю.

Катают мяч сначала правой стопой, затем левой.

Мячик кверху поднимаем
И обратно выпускаем.

Поднимают мяч пальцами ног, чередуя правую и левую ноги.

И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, мяч в правой руке.

К носу мячик приложу
И напротив подержу,
Выше глаз и глаз пониже,
Дальше от меня и ближе [1].

Выполняют движения в соответствии с текстом.

Проводится упражнение на дыхание.

Педагог. С мячом-ежиком мы поиграли, оправляемся дальше. Смотрите, какой мячик: круглый, гладкий — его можно прокатывать друг другу, а еще бросать и ловить.

ОВД

- Прокатывание мяча друг другу;
- бросание друг другу;
- взрослый держит в руках обруч, ребенок бросает мяч, стараясь попасть в обруч.

Педагог. Какие мячи бывают?

Дети. Резиновые, большие, маленькие, волейбольные, футбольные.

Педагог. Правильно. Нам на пути встретился большой мяч, который называется футбол. Как можно с ним поиграть?

Дети отвечают.

Игровые упражнения на футболе [5]

Родители помогают детям выполнять упражнения.

- Взрослый держит ребенка за руки, тот, сидя на мяче, подпрыгивает;
- ребенок лежит на мяче на животе, сгибая и разгибая ноги;
- ребенок лежит на животе, прокатывается вперед-назад, взрослый придерживает;
- ребенок лежит на спине, взрослый помогает ему выполнять покачивания вправо-влево, вперед-назад.

Во время выполнения упражнений педагог рассказывает о свойствах футбола.

Педагог. Вы любите играть с родителями?

Дети. Да!

Педагог. Тогда давайте поиграем.

Подвижная игра с футболом «Зайцы и волк» [4]

Родители стоят по всему залу, изображая деревья в лесу. Де-

ти — «зайчики» — прыгают по залу на фитболах. По сигналу «Волк!» дети спускаются с мяча и прячутся за него. «Волк» пытается поймать «зайчиков», не успевших спрятаться.

Педагог. Молодцы, а мы продолжаем дальше наше путешествие.

Участники убирают фитболы, берут массажные мячи.

А вот еще один мячик. Какой он?

Дети. С шипами, резиновый, мягкий, небольшой.

Педагог. Настало время отдохнуть, массажные мячи нам в этом помогут.

Массаж с помощью мяча

Ребенок сидит на полу, вытянув ноги вперед, родитель катает массажный мяч по его спине. Затем участники меняются ролями.

Игровое упражнение «Нарисуйте мячик»

Взрослый и ребенок в паре рисуют понравившийся им мяч.

Педагог. Молодцы! Ребята, с какими мячами вы сегодня познакомились?

Дети отвечают.

А теперь встаньте в пары, обнимите друг друга и скажите на ушко добрые, ласковые слова.

Закончилось наше путешествие по стране Веселых мячей.

Надеемся, что вам оно понравилось!

Литература

1. *Воробьева Т.А., Крупенчук О.И.* Логопедические игры с мячом. СПб., 2010.
2. *Каплунова И., Новоскольцева И.* Праздник каждый день. Конспекты музыкальных занятий с аудиоприложением. СПб., 2009.
3. *Крупенчук О.И.* Пальчиковые игры. СПб., 2012.
4. *Нечитайлова А.* Подвижные игры с фитболом // Здоровье дошкольника. № 6. 2010.
5. *Нечитайлова А.* Фитбол-гимнастика как средство профилактики нарушений осанки у детей старшего дошкольного возраста // Здоровье дошкольника. № 4. 2010.
6. *Силантьева С.В.* Подвижные игры на каждый день для укрепления здоровья детей. СПб., 2012.
7. *Сулим Е.В.* Детский фитнес. Физическое развитие детей 5—7 лет. М., 2017.
8. *Сулим Е.В.* Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3—5 лет. М., 2016.
9. *Сулим Е.В.* Занятия физкультурой: Игровой стретчинг для дошкольников. М., 2017.
10. *Токаева Т.Э.* Будь здоров, дошкольник. Программа физического развития детей 3—7 лет. М., 2016.
11. *Харченко Т.Е.* Спортивные праздники в детском саду. М., 2017.
12. *Шорыгина Т.А.* Беседы о здоровье. Метод. пособие. М., 2017.
13. *Шорыгина Т.А.* Спортивные сказки. Беседы с детьми о спорте и здоровье. М., 2017.

Книги по взаимодействию ДОО и семьи



ДИАЛОГ С РОДИТЕЛЯМИ

Методический аспект взаимодействия детского сада и семьи

Авторы — *Бабынина Т.Ф., Гильманова Л.В., Головенко В.Э.*

В пособии рассматриваются вопросы привлечения родительской общественности к эффективному сотрудничеству с педагогами ДОО. Проект состоит из трех направлений: аналитического (изучение семей воспитанников, уровня знаний педагогов), информационного (расширение знаний воспитателей о формах сотрудничества), практического (использование клубной деятельности в работе с семьями). Основной формой взаимодействия выбрана клубная деятельность.



Я — КОМПЕТЕНТНЫЙ РОДИТЕЛЬ

Программа работы с родителями дошкольников

Под ред. *Л.В. Коломийченко*

Программа «Я — компетентный родитель» направлена на становление ключевых и сопутствующих компетенций родителей, обеспечивающих своевременное и качественное личностное развитие детей, коррекцию отдельных отклонений, осознание и правовую регламентацию воспитательной функции семьи, грамотную организацию домашней развивающей среды, целенаправленную подготовку ребенка к обучению в школе.



СОЦИАЛЬНОЕ ПАРТНЕРСТВО ДЕТСКОГО САДА И СЕМЬИ

Сборник материалов

Сост. — *Т.В. Цветкова*

В книге представлены материалы по решению образовательных задач в детском саду с помощью семейных клубов с учетом федеральных государственных требований к условиям и содержанию воспитательно-образовательного процесса в ДОО. В рамках проекта социального партнерства ДОО и семьи авторы разработали формы и методы работы, призванные обеспечить полноценное развитие ребенка в контексте духовно-нравственного, патриотического и этического воспитания и др.

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, www.sfera-podpiska.ru

Интернет-магазин: www.sfera-book.ru

Лэпбук «Школа для будущих чемпионов»

Антонишина Е.Н.,

*инструктор по физкультуре МДОУ д/с № 9 «Аленушка»,
г. Коряжма Архангельской обл.*

В современный период в работе с дошкольниками все чаще используется лэпбук — папка или книга, в которую собираются материалы для детей по определенной тематике. Дидактическое пособие лэпбук «Школа для будущих чемпионов» рекомендуется использовать воспитателям дошкольной организации в индивидуальной работе с детьми, детям в самостоятельной и игровой деятельности. В лэпбуке собраны материалы по темам: «Спорт», «Олимпийские игры», «Здоровье».

Лэпбук позволит разнообразить работу и повысить познавательный интерес детей. Лэпбук — новая форма организации образовательной деятельности для развития активности и самостоятельности детей.

Цель: формирование системы знаний детей по темам: «Спорт», «Олимпийские игры», «Здоровье».

Задачи:

- знакомить с символикой Олимпийских игр;
- закреплять знания о зимних и летних видах спорта;
- обогащать представления о спортивных объектах родного города;
- расширять словарный запас детей;
- стимулировать развитие речевого творчества, умение составлять рассказы по картинке;
- формировать представление о здоровье, его ценности, укреплении и охране, полезных привычках;
- воспитывать у детей желание для самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- развивать инициативность, самостоятельность, творчество, логику, мышление, внимание.

* * *

Дидактическая игра «Виды спорта»

Задачи:

- формировать у детей интерес к спорту, учить называть и узнавать зимние и летние его виды;
- учить определять и называть необходимый инвентарь, оборудование, экипировку для данного вида спорта;
- развивать мышление, память, логику.

Вопросы:

- Как называется вид спорта?
- Как называется спортсмен, который занимается этим видом спорта?
- Какая спортивная одежда, обувь и экипировка необходимы для этого вида спорта?
- Какой инвентарь необходим для этого вида спорта?
- Где занимаются этим видом спорта?
- Этим видом спорта занимаются и мужчины и женщины?
- Как определяется победитель?
- Этот вид спорта одиночный или командный?
- Ты хотел бы заниматься этим видом спорта?

Дидактическая игра «Узнай символ»

Задачи:

- учить детей узнавать и называть вид спорта по его символам;
- расширять знания о видах спорта.

Дидактическая игра «Спортивные мячи»

Задачи:

- знакомить детей с мячами для спортивных игр;
- учить узнавать, для какой игры подходит тот или иной мяч.

Словарик

Задачи:

- расширять кругозор;
- обогащать словарный запас дошкольников.

Вопросы:

- В каких видах спорта играют клюшкой, мячом?
- Кому необходимы защитные очки?

Беседа «Олимпийские игры в Сочи»

Задачи:

- рассмотреть иллюстрации об Олимпийских играх в Сочи в 2014 г.;
- закрепить знания детей об Олимпийских играх, их символике: олимпийских флаге, огне, девизе, символе, медалях, талисманах.

Дидактическая игра «13 побед Геркулеса»

Дети должны, опираясь на картинку, назвать 13 видов спорта, в которых участвует герой.

Беседа «Спорт в Коряжме»

Задачи:

- научить узнавать и называть спортивные объекты родного города;

— рассказать, какими видами спорта здесь занимаются дети и взрослые.

Конкурс «Разминка для ума»
(загадки, ребусы, головоломки, викторины)

Загадки

Что же это за игра?
Побежала детвора,
Мяч гоняют, кто быстрее,
Забивают, кто ловчей.

(Футбол.)

Если выиграл ты матч
И забросил в сетку мяч,
Если выше всех прыжок,
Что получишь ты, дружок?

(Приз, медаль.)

Утром мы по распорядку
Всегда делаем ... (зарядку).

Когда весна берет свое
И ручейки бегут звеня,
Я прыгаю через нее,
Ну а она — через меня.

(Скакалка.)

За полем он следит всегда,
Чтоб честною была игра.

(Судья.)

Этот конь не ест овса,
Вместо ног — два колеса.
Сядь верхом и мчись на нем,
Только крепче правь рулем.

(Велосипед.)

Есть, ребята, у меня,
Два серебряных коня.
Езжу сразу на обоих,
Что за кони у меня?

(Коньки.)

Не по правилам играет
Даже пусть один игрок.
Чтоб его судья поправил,
Нужно посвистеть в ... (свисток).

Дидактическая игра
«Пиктограмма»

Задача: учить соотносить пиктограмму, обозначающую вид спорта и расположенную вверх ногами, с самим видом спорта.

Дидактическая игра
«Закончи пословицу»

Задача: учить детей заканчивать пословицу, услышав ее начало.

Пословицы:

В здоровом теле — здоровый дух.

Кто спортом занимается, тот силы набирается.

Пешком ходить — долго жить.

Кто любит спорт — тот здоров и бодр!

Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья!

Чистота — залог здоровья.

Здоровье не купишь.

Болен — лечись, а здоров — берегись!

Здоров будешь — все добудешь!

Здоровье дороже золота.

Дидактическая игра
«Школа чемпионов»

Задачи:

— формировать интерес к двигательной активности;

— учить узнавать упражнение;

— вызывать желание выполнить его.

Дидактическая игра «Найди фрагмент»

Задача: формировать умение сравнивать объекты, расставлять маленькие фрагменты в картинке.

Дидактическая игра «Мой режим дня»

Задачи:

- формировать у детей стремление вести здоровый образ жизни;
- учить составлять правильный режим дня.

Дидактическая игра «Составь рассказ по картинке»

Задача: стимулировать развитие речевого творчества.

Дидактическая игра «Раскрась картинку»

Задача: развивать мелкую моторику пальцев рук, глазомер, цветное восприятие.

Дидактическая игра «Пройди лабиринт»

Задача: детям необходимо называть номер дорожки, пройдя по которой они станут сильными и красивыми.

Сюрприз

За успешное выполнение заданий дети получают приз: кубок или медаль, спрятанные в кармашке.

Лэпбук — это просто и интересно!

Успехов вам!

Первоапрельская физкультура

Масленникова Н.Г.,

*инструктор по физкультуре МБДОУ д/с «Дюймовочка»,
пгт Приобье Октябрьского р-на, ХМАО—Югра*

Праздник Первое апреля не внесен ни в один календарь знаменательных дат, но с большим успехом отмечается в России, Германии, Франции и даже на Востоке. Отличается только названием: в одних странах его называют Днем смеха, в других — Днем дурака.

В нашем детском саду в рамках «Дня смеха, юмора и веселья» вся образовательная деятельность проходит под девизом «Улыбок много не бывает!». Весь день дети шутят, рисуют рожицы клоунов, сочиняют небылицы, поют любимые песни, соревнуются в надувании мыльных

пузырей, устраивают юмористический показ мод, танцуют. Все педагоги готовят для своих воспитанников настоящий праздник смеха!

Занятие по физкультуре в этот день проходит тоже необычно!

Детей из средней группы встречает клоун Бим, с которым дети выполняют задорную зарядку, играют в подвижные игры и соревнуются. Конечно, не обходится без подарков.

Дети старшей группы надевают на головы колпачки и превращаются в веселых клоунят. Тут начинается настоящее веселье! Ребята танцуют «Буги-вуги», играют в «Весельчаков» с воздушным шариком, корчат смешные рожицы, отгадывают загадки. Очень задорно проходит игра-эстафета «Бег вдвоем в одних штанах».

Воспитанники подготовительной к школе группы делятся на две команды и принимают участие в «Воздушных стартах», где во всех конкурсах используются воздушные шары. Участники команд переносят шарик в теннисной ракетке, прыгают с ним как кенгуру, играют в «воздушный хоккей», передвигаются парами, зажав шарик между животами. Очень весело проходит конкурс мыльных пузырей!

В детском саду в этот день царят смех, юмор и лучезарные улыбки!

* * *

Физкультурное занятие «В гости клоун к нам пришел» (в средней группе)

Дети входят в спортивный зал, где их встречает инструктор по физкультуре в костюме клоуна.

И н с т р у к т о р

Здравствуйте, ребяташки!
Девчонки и мальчишки!

Я клоун Бим! Люблю шутки, люблю смех. А вы повеселиться хотите? Тогда покажите, как вы умеете улыбаться.

Дети улыбаются.

Молодцы! Больше всего я люблю, когда у всех хорошее настроение, все улыбаются и смеются. А у вас хорошее настроение?

Д е т и. Да, хорошее!

И н с т р у к т о р. Сейчас измерим! *(Большим градусником «измеряет» детям настроение. Подходит к одному ребенку.)*

Этот мальчик молодец,
Настоящий огурец!

(Подходит к другому.)

Эта девочка болтушка,
Радостная хохотушка!

(Подходит к третьему.)

Этот мальчик просто чудо,
Смех его звучит повсюду!

Вижу, у вас отличное настроение! А умеете ли вы отгадывать загадки?

Д е т и. Умеем!



Инструктор. Сейчас мы это проверим.

Зазвенели ручьи,
Прилетели грачи.
На ветках плотные комочки,
В них дремлют клейкие листочки.

Кто скажет, кто знает?
Когда это бывает?

(Весной.)

Большая белая гора
Всю зиму крепла и росла.
Но от весеннего тепла
Гора осела, потекла.

(Сугроб.)

Эта скользкая дорога
Пролежит совсем немного.
Как пройдет по ней весна,
Вся разрушится она.

(Лед.)

Под крышей морковка бела
Всю зиму росла-росла.
Солнышко пригрело,
Всю морковку съело.

(Сосулька.)

Снег в лесу. Сугробов много.
Но слышна синицы трель.
С крыши прямо на дорогу
Звонко капает ... *(капель).*

Игра «Капель»

Инструктор

Звонко капаят капли
Возле нашего окна.
Птицы весело запели:
«Чив-чив-чив! Пришла весна!»

Сейчас мы изобразим капель.
Мальчики будут хлопать по коленям ладошками: кап-кап-кап.
Теперь девочки похлопают по



плечам: кап-кап-кап. А теперь все вместе: кап-кап-кап.

Дети выполняют.

Я вижу, вы дети умные и веселые! А вот здоровые ли вы? Не болеете?

Дети. Мы здоровые!

Инструктор. А зарядку по утрам делаете?

Дети. Да!

Инструктор

Тогда не ленитесь,
На зарядку становитесь!

Под музыку проводится зарядка, затем дети садятся на скамейки.

К нам весна шагает
Быстрыми шагами.
И сугробы тают
Под ее ногами.

Когда сугробы тают, получаются ручейки, по которым можно пускать кораблики. Давайте посоревнуемся, кто быстрее соберет из частей свой кораблик.

Эстафета «Сложи кораблик»

Из разрезанных частей дети собирают изображение кораблика.

Инструктор. Кораблик собрали, теперь выберем капитанов, которые перевезут ребят на другой берег.

Эстафета «По морям, по волнам»

Капитан надевает на себя обруч. Дети по очереди, хватаясь за него, переходят с капитаном «на другой берег».



Инструктор. А теперь я хочу проверить, насколько вы внимательные!

Игра «Ручей, дом, дерево»

Инструктор

Вы внимательными будьте,
И что делать, не забудьте!

По команде «Ручей!» — все бегут по кругу. Услышав команду «Дерево!», изображают его (ноги вместе, руки в стороны). По команде «Дом!» дети приседают и изображают руками крышу.

А сейчас отгадайте мою загадку.

Знаю я секрет один:
Есть волшебный витамин,
Не едят его, не пьют,
А ногами сильно бьют.

Тот, кто ловким хочет быть,
Будет с ним всегда дружить.
Все, кто смелым хочет стать,
Выходи со мной играть!

(Мяч.)

Эстафета «Чудесный витамин»

Дети прокатывают большой мяч до стойки и обратно.

Комплекс логоритмической гимнастики «Клоун»

Инструктор

Клоун рыжий, конопатый

Дети глядят себя по голове, показывают веснушки.

Очень нравится ребятам.

Трижды хлопают в ладоши.

Нос, как красный помидор.



Глядят нос сначала одной, потом другой рукой.

А в глазах его задор.

С помощью рук изображают глаза и хлопают «ресницами» (пальцами).

Слезы льются, как из крана.

«Собирают слезинки» в ладонь.

В разноцветные карманы.

Показывают карманы — ладони на бедрах.

А в карманах, там и тут,
Розы красные растут.

Кисти рук складывают в «бутон», поднимают вверх, раскрывают «лепестки».

То он плачет, то смеется,

Указательные пальцы подносят к глазам, затем к губам.

То он добрый, то дерется.

Глядят свои руки, затем выбрасывают кулаки вперед.

Ах, какой он неуклюжий,

Руки на поясе, выполняют наклоны туловища вправо-влево.

Но такой он всем и нужен.

Руки скрещивают на груди, разводят в стороны, ставят на пояс.

Инструктор выносит мольберты с изображением клоунов.

И н с т р у к т о р. Смотрите, это же портреты моих друзей! Но что-то с ними не так. Что именно?

Д е т и. У них нет носов.

Игра «Приклейте клоуну нос»

И н с т р у к т о р

Ой, ребята, помогите!
Клоунам носы верните!

Дети с завязанными глазами приклеивают клоунам носы.

Подвижная игра «Мыльные пузыри»

Дети — «мыльные пузыри» — встают в круг, в центре — водящий. Все маршируют и произносят слова:

Что за чудо-шарики в воздухе летят!

Красные, зеленые — радуют ребят.

Желтые и синие из мыла пузыри

Ветерком уносятся — их скорей лови!

После слова «лови» дети разбегаются, а водящий пытается их поймать. Ребенок, которого осалили, выбывает из игры.

И н с т р у к т о р. А вот немного волшебства!

Инструктор пускает мыльные пузыри, дети их ловят.

Под веселую музыку дети выходят из зала, инструктор их провожает.

Физкультурное занятие «Веселые клоунята» (в старшей группе)

Дети под музыку входят в спортивный зал.

И н с т р у к т о р

Праздник смеха и улыбки ранней к нам пришел весной!

Вот и солнце светит ярко, улыбаясь нам с тобой!

Сегодня разрешается

кривляться,

Шутить, играть и кувыркатся!

Праздник юмора с утра —

Крикнем вместе все...

Д е т и (*все вместе*). Ура!

И н с т р у к т о р. Как приятно смотреть на ваши веселые лица! Давайте в такой день поздороваемся тоже весело!

Здравствуйтесь, ладошки!

Дети вытягивают руки вперед, поворачивают ладонями вверх.

Хлоп-хлоп-хлоп!

Выполняют три хлопка.

Здравствуйтесь, ножки!

Выполняют «пружинку».

Топ-топ-топ!

Топают ногами.

Здравствуйтесь, щечки!

Гладят ладонями себя по щекам.

Плюх-плюх-плюх!

Три раза слегка похлопывают по щекам.

Пухленькие щечки!

Выполняют круговые движения кулаками по щекам.

Плюх-плюх-плюх!



Три раза слегка похлопывают по щекам.

Здравствуйтесь, губки!

Качают головой вправо-влево.

Чмок-чмок-чмок!

Три раза чмокают губами.

Здравствуйтесь, зубки!

Качают головой вправо-влево.

Щелк-щелк-щелк!

Три раза щелкают зубами.

Здравствуй, мой носик!

Гладят нос ладонью.

Бип-бип-бип!

Нажимают на нос указательным пальцем.

Инструктор. Ребята, вам нравятся игры? Прошу тех, кто любит игры и шутки, говорить громко «Я»!

Инструктор задает вопросы, а дети отвечают.

Кто любит игры?

Кто любит мультики?

Жевательные резинки?

Стирательные резинки?

Корзинки?

Пирожное?

Мороженое?

Шоколад?

Мармелад?

А подзатыльники?

Кто любит загорать?

Кто любит орать?

Купаться в грязной луже?

Кто не моет уши?

Кто любит петь и танцевать?

В веселых клоунов играть?

Предлагаю всем вам превратиться в самых веселых людей — клоунов!

Чтобы клоунами стать,

Нужно на носочки встать,

Любите смеяться и играть.
А вы знаете, что клоунята
Любят буги-вуги танцевать?

Дети исполняют танец «Буги-вуги».

Молодцы, детвора! В желтом шарике — загадки!

У него глаза цветные,
Не глаза, а три огня.
Он по очереди ими
Сверху смотрит на меня.
(Светофор.)

На спине иголки,
Длинные и колкие.
А свернется он в клубок —
Нет ни головы, ни ног.
(Еж.)

Вот так чудо! Он со вкусом,
Может кушать пыль и мусор!
И жужжит, как сотня ос,
Работяга ... (пылесос).

Я длинный, тонкий,
деревянный,
Любого цвета быть могу.
И если ты меня заточишь,
То нарисую, что захочешь.
(Карандаш.)

Розовый шарик мы возьмем
И играть скорей начнем!

Игра «Парк аттракционов»

Дети стоят парами по всему залу.

Мы на карусели сели,
Завертели карусели.

Держась за руки, кружатся.

Пересели на качели,

То вниз, то вверх летели.

Держатся за руки, один ребенок
стоит, другой приседает.

А теперь с тобой вдвоем
Мы на лодочке плывем.

Качаются вправо-влево.

Мы на берег выйдем с лодки
И поскачем по лужайке:
Будто зайки, будто зайки.

Прыгают на двух ногах по залу.

Инструктор. Эй, кто тут
самый веселый и ловкий? Покажи-ка свою сноровку!

Игра-эстафета «Бег в штанах парами»

Дети разбиваются на пары,
один ребенок продевает в штанину правую ногу, другой — левую.
Таким образом они добегают до ориентира и обратно. Передают штаны следующей паре.

Инструктор

Насмеялись? Наплясались?
И, надеюсь, наигрались?

Дети. Да!

Инструктор

Значит, нам пришла пора
попрощаться, детвора!

Ну а прежде, чем уйти в детсад,
Надо стать детьми опять!

Дружно встали, улыбнулись,
Высоко все потянулись,
На носочках повернулись,
Колпачки все сняли
И детьми все стали!

Дети выполняют движения по тексту.

На память о таком замечательном дне я дарю вам мыльные пузыри!

Ребята, не стесняйтесь,
Чаще улыбайтесь!
И всегда веселыми
Таковыми оставайтесь!

Физкультурное занятие «Веселые старты» (в подготовительной к школе группе)

Инструктор. Сегодня вы пришли на праздник смеха. В народе говорят: «Первого апреля никому не верю!» Потому что Первое апреля — это юмор, шутки, смех и улыбки на ваших лицах!

Нынче можно громко топать
И в ладоши звонко хлопать,
Можно прыгать и шуметь,
Танцевать и песни петь,
В игры разные играть,
Только, чур, нельзя скучать!
Для начала проведу
С вами я одну игру.

Игра «Это я, это я, это все мои друзья!»

Инструктор задает вопросы. Дети отвечают: «Это я, это я, это все мои друзья!» — или молчат.

Инструктор
Кто, ребята, очень рад каждый
день ходить в детсад?
Кто одежду бережет,
под кровать ее кладет?

Знает кто, что красный свет
означает «хода нет»?

Кто ложится рано спать
в ботинках грязных на кровать?
Кто из вас идет в поход
и кровать с собой несет?
Кто из вас не ходит хмурый,
любит спорт и физкультуру?
Кто из вас, из малышей,
ходит грязный до ушей?
Кто любит маме помогать,
по дому мусор рассыпать?
Кто любит песни распевать,
аплодисменты получать?

Всех вас без исключения
Ждут сегодня приключения!

Участники делятся на две команды.

Команды, готовы участвовать
в приключениях?

Д е т и. Да!

Так как сегодня день необычный, то и приветствие команд тоже будет необычным. Все станцуют заводной танец «Буги-вуги».

Дети исполняют танец «Буги-вуги».

А теперь начинаем наши веселые состязания! За каждую победу команды будут получать по одному мячику.

Подвижная игра «Голубки»

Участникам раздаются разноцветные ленточки — «хвостики», которые они прикрепляют на пояс.

Под текстовое сопровождение дети имитируют движения голубей.



Инструктор

Прилетали голубки
На зеленые лужки.
Они пили, они ели,
Возле берега сидели.
Шу! Полетели!

На последние слова выбегают два «птицелова» (капитаны команд) и ловят «голубей» только своей масти (срывают ленточки определенного цвета). Побеждает команда, капитан которой собрал больше «хвостиков».

Эстафета «Пронеси шарик на ракетке»

Участники по очереди переносят шарик на ракетке до стойки и обратно.

Эстафета «Кенгуру»

Участники прыгают с зажатым между коленями шариком.

Эстафета «Дружная пара»

Участники парами переносят шарик между животами, обняв друг друга.

Инструктор

Если вам смешинка в рот
Вдруг случайно попадет,
Не сердитесь, не ворчите —
Хохочите, хохочите!

Игра «Хохотунчики»

Инструктор подбрасывает воздушный шарик, и, пока он не упал, дети смеются. Игра повторяется 3—4 раза.

Эстафета «Воздушный хоккей»

Участники стараются забить воздушный шарик в ворота клюшкой.



Конкурс мыльных пузырей

Каждый участник надувает мыльные пузыри. Побеждает команда, участникам которой удалось надуть больше пузырей.

Инструктор. Пришло время подводить итоги. Я думаю, что сегодня победили смех, юмор и ваши лучезарные улыбки!

Ищите улыбку, цените улыбку,
Дарите улыбку друзьям.
Любите улыбку, храните улыбку,
Нам жить без улыбки нельзя!

Инструктор

Посмотри-ка, посмотри,
Разлетелись пузыри!
Мыльные, блестящие,
Почти как настоящие.
Я поймать один хотел,
А он куда-то улетел.
Я другой зажал в руке —
Только пена в кулаке!
Объявляю конкурс мыльных
пузырей!
Кто надует больше, ярче
и быстрее!

Литература

Картушина М.Ю. Праздники здоровья для детей 3—4 лет. Сценарии для ДОУ. М., 2009.

Картушина М.Ю. Праздники здоровья для детей 4—5 лет. Сценарии для ДОУ. М., 2010.

Картушина М.Ю. Праздники здоровья для детей 5—6 лет. Сценарии для ДОУ. М., 2010.

Картушина М.Ю. Праздники здоровья для детей 6—7 лет. Сценарии для ДОУ. М., 2010.

Шорыгина Т.А. Праздники в детском саду. Сценарии, стихи, загадки. М., 2010.

Издательство «ТЦ Сфера» представляет



СПОРТИВНЫЕ ПРАЗДНИКИ В ДЕТСКОМ САДУ

Автор — Харченко Т.Е.

Материал книги представляет собой сценарии спортивных праздников и развлечений, подвижных игр, КВН и викторин для детей 3—7 лет. Все мероприятия разделены по временам года — зимние праздники и развлечения, весенние, летние и осенние. Представлены также и праздники различной тематики для любого времени года.

В основе пособия — опыт успешной реализации на практике образовательных областей «Физическая культура» и «Здоровье».

К вопросу о ГТО в дошкольной организации

Байрак Я.В.,

инструктор по физкультуре ЧДОУ д/с № 262 ОАО «РЖД», г. Хабаровск

Вопросы по укреплению и сохранению здоровья детей рассматриваются многими учеными. Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова считают, что дошкольный возраст — решающий период в формировании фундамента физического и психического здоровья. Это один из ответственных этапов жизни ребенка. Именно в этот период закладываются основы здоровья: умственного, нравственного и физического развития, формируется личность человека. В это время ребенок интенсивно растет и развивается, движение становится его основной потребностью. Важно на этом этапе сформировать у детей основу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом [3].

Цели работы детского сада по физической культуре:

- охрана и укрепление здоровья детей;
- формирование жизненно важных двигательных умений ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- развитие физических качеств;

- накопление элементарных знаний о здоровом образе жизни;
- создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
- воспитание потребности в движении;
- обеспечение физического и психологического благополучия [1].

Успешное достижение этих целей возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физической культуры. Именно на это направлена разработанная в ходе исследования модель физического воспитания дошкольников «Стандарт предшкольной ступени норм ГТО на основе теста “ЗДРАВИК” по выполнению государственных требований к уровню физической подготовленности и психофизической зрелости населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса “Готов к труду и обороне” (ГТО)» [4].

Цель комплекса ГТО: повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и все-

стороннем развитии личности, обеспечении преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Таким образом в центре внимания оказывается не только физическая составляющая (укрепление здоровья, физическое развитие), но и духовная, определяемая потребностями общества (воспитание патриотизма, установление преемственности поколений) [2].

Задачи комплекса ГТО:

- увеличивать число граждан РФ, систематически занимающихся физической культурой и спортом;
- повышать уровень физической подготовленности и продолжительность жизни граждан РФ;
- формировать у населения осознанные потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;
- повышать общий уровень знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий.

С учетом психологических особенностей дошкольного возраста и игровой деятельности в качестве ведущей процесс сдачи норм ГТО может быть адаптирован в виде игровых мероприятий на местном, городском,

региональном и национальном уровнях.

Подготовка дошкольников к тестам ГТО должна быть комплексной и включать серии двигательных, психологических и соматических тестов. Такое тестирование позволит не только выявлять индивидуальные профили развития каждого ребенка (двигательный, психологический, соматический), но и разрабатывать индивидуализированные программы развития [4].

Литература

1. *Аверина И.Е.* Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях. М., 2007.
2. *Ефремова Ю.С.* Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) в системе социокультурного и психолого-педагогического сопровождения родительства // Педагогическое образование в России. № 1. 2015.
3. *Кожухова Н.Н.* и др. Методика физического воспитания и развития ребенка. М., 2008.
4. *Лазарев М.Л.* Воздействие психологических факторов на физическое здоровье детей. М., 1997.
5. *Югова Е.А.* Внедрение системы ГТО как фактор развития здоровьесберегающей компетенции // Педагогическое образование в России. № 1. 2015.
6. *Ярцева Н.В.* Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) в процессе физического развития дошкольников // Педагогическое образование в России. № 12. 2014.

Опыт реализации регионального компонента в физической культуре ДОО Краснодарского края

Духина Д.С.,

*инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 7,
станция Старощербиновская Краснодарского края*

Дошкольный возраст — благоприятный период для развития нравственно-патриотических чувств. ФГОС ДО рассматривает внедрение регионального компонента как необходимое условие вариативности дошкольного образования. Основа в воспитании у дошкольников гражданских чувств — накопление социального опыта жизни в своей стране. На нас, педагогов дошкольного образования, возложена важная миссия — воспитать подрастающее поколение патриотами своей страны, научить их любить Родину и гордиться ею.

Прежде всего необходимо дать детям понимание, что великая страна начинается с малой родины — того места, где они родились и живут. В нашем случае это Кубань.

Если ребенок знает историю своей станицы и края, интересуется их новостями, хочет стать частью происходящих в них событий, он вырастет настоящим патриотом не только малой роди-

ны, но и большой великой страны под названием Россия.

Современные требования к организации образовательного процесса в ДОО, с учетом региональных особенностей, вызывают необходимость создания педагогами детских садов дополнительных образовательных программ, помогающих им и родителям осуществлять нравственно-патриотическое развитие дошкольников.

Цели:

- формирование у дошкольников духовно-нравственных ориентаций;
 - воспитание эмоционально-ценностного отношения к традиционной культуре чувашского и других народов, проживающих на территории республики;
 - развитие творческого потенциала, толерантности в условиях многонациональной среды.
- Сегодня мы хотим поделиться опытом работы по реализации регионального компонента.

Для знакомства с малой родиной мы проводим экскурсии и туристские походы: в парк, к памятникам станицы, на спортивный стадион. На физкультурных занятиях внедряем региональный компонент в подвижных играх, на прогулке и во время развлечений.

Изучив кубанские подвижные игры, мы разработали их картотеку. К одной из игр — «Конь-огонь» мы изготовили атрибут в виде коня. Разработка была представлена на мастер-классе для педагогов и затем предложена детям для использования в игре.

Дети испытывают удовольствие от национальных игр, благодаря которым у них формируются нравственные основы патриотического воспитания, делающие их более устойчивы-



ми к нежелательному влиянию окружающих, пробуждают в их душах чувство любви к родному дому и интерес к истории родного края. Эти идеи становятся источниками создания вариативных программ нравственно-патриотической направленности.

Издательство «ТЦ Сфера» представляет



ЗНАКОМИМ ДЕТЕЙ С МАЛОЙ РОДИНОЙ

Методическое пособие

Автор — Пантелеева Н.Г.

Пособие содержит практико-ориентированный материал по приобщению старших дошкольников к малой родине на основе организации проектной деятельности всеми участниками образовательного процесса. Использован тематический принцип подачи сведений об окружающем в форме разнообразных проектов. Учитывается принцип интеграции образовательных областей на основе партнерской познавательно-исследовательской деятельности взрослых и детей.

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, www.sfera-podpiska.ru

Интернет-магазин: www.sfera-book.ru

План работы спортивной секции по обучению игре в бадминтон «Веселый воланчик»

Церковная О.Е.,

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

Задачи:

- знакомить детей с особенностями игры в бадминтон и полета волана (неравномерностью, изменчивостью направления полета, зависимостью от силы удара);
- учить действиям с воланом и ракеткой (стоя на месте, подбивать волан, поворачивая ракетку одной и другой стороной; бить по волану, подвешенному на веревочке; бить по волану, перебрасывая его через сетку);
- учить ударять по волану ракеткой справа, слева, сверху, посылать его в цель; правильно держать ракетку; перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку; свободно передвигаться по площадке с целью не пропустить волан;
- развивать глазомер, ловкость, умение ориентироваться в пространстве;
- воспитывать интерес и любовь к игре.

Оборудование: ракетки и воланы по количеству детей, горизонтальные мишени.

Бадминтон — спортивная игра, требующая от игроков ловкости и быстроты. Для игры необходимы ракетки и волан.

Чтобы ознакомить детей с особенностями полета волана, неравномерностью и изменчивостью направления его полета, зависимостью от силы удара, предлагаются упражнения: подбросить волан вверх и поймать его, затем перебрасывать волан друг другу (на месте, во время ходьбы, бега). Эти упражнения развивают глазомер, ловкость.

Далее детей учат действовать с воланом и ракеткой. Инструктор показывает, как нужно держать ракетку: рукой необходимо обхватить ее рукоятку близко к концу, чтобы можно было свободно перемещать кисть во время удара. Между большим и указательным пальцами должен образоваться угол. Чтобы проверить хват, руку с ракеткой выносят вперед. Головка ракетки должна быть перпендикулярна поверхности площадки. По волану бьют с правой и левой

сторон, а также сверху и снизу. Исходное положение: ноги на ширине плеч, слегка согнуты в коленях. Рука с ракеткой направлена вперед вверх, обод на уровне плеч, перпендикулярно земле.

Чтобы обучить действиям с воланом и ракеткой, проводится игра парами. У одного ребенка ракетка, у другого волан. Один ребенок набрасывает волан, другой отбивает его ракеткой (расстояние между участниками — 3 м). Когда дети овладеют этими навыками, они могут играть в паре друг с другом, в дальнейшем дошкольники могут играть в бадминтон через сетку.

Перспективный план

Октябрь

1-я неделя. Занятие 1

Задачи:

- учить детей сохранять положение волана на вытянутой вперед руке, положив его на ладонь;
- перебрасывать волан из одной руки в другую, стоя на месте, в ходьбе;
- удерживать волан на плече, приседая и вставая;
- ходить по залу, не роняя волан.

Содержание занятия

- Игра «Не роняй». *Задача:* учить передвигать волан с помощью обруча. *Варианты:* передвигать волан скакалками; везти волан, лежащий на боку.

- Консультация для родителей «Значение летних спортивных игр и упражнений для всестороннего развития ребенка».

2-я неделя. Занятие 2

Задача: закреплять умение удерживать волан на голове; внешней части ступни.

Содержание занятия

- Игра «Перебрось из руки в руку». *Задача:* учить бросать и ловить волан поочередно правой и левой рукой.

- Игра «Удержи волан». *Задача:* учить бросать и ловить волан правой рукой; удерживать волан на голове (плече, руке), передвигаясь по площадке.

- Беседа с родителями о правилах игры в бадминтон.

3-я неделя. Занятие 3

Задачи:

- учить детей подбрасывать волан высоко вверх, ловить его;
- закреплять умение удерживать волан на голове (плече, руке), стоя на месте, перемещаясь по площадке.

Содержание занятия

- Игра «Кто подбросит волан больше раз». *Задача:* учить удерживать волан на ракетке, подбрасывая его вверх.

4-я неделя. Занятие 4

Задачи:

- учить метать волан вдаль, точно бросать его в цель;
- закреплять умение подбрасывать волан вверх, ловить его.

Содержание занятия

• Игра «Поймай волан». *Задача:* учить метать волан вдаль, в баскетбольное кольцо, в горизонтальную цель, расположенную на земле и на высоте.

Ноябрь**1-я неделя. Занятие 5***Задачи:*

— учить подаче волана с помощью ракетки;
— продолжать учить отражать летящий навстречу волан.

Содержание занятия

• Игра «Попади в кольцо или щит». *Задача:* учить бросать волан в вертикальную цель.

• Игра «Отрази волан». *Задача:* учить отражать с помощью ракетки летящий навстречу волан.

2-я неделя. Занятие 6*Задачи:*

— продолжать учить подаче волана;
— учить отражать летящий навстречу волан.

Содержание занятия

• Игра «Волан по кругу». *Задача:* учить точно передавать волан по кругу.

• Игра «Загони волан в круг». *Задача:* учить ударом ракетки по волану попадать им в горизонтальную цель.

3-я неделя. Занятие 7*Задачи:*

— учить подавать волан ракеткой, перебрасывая его через две линии друг другу;

— отрабатывать точность и четкость удара.

Содержание занятия

• Игра «Перебрось волан через площадку». *Задача:* закреплять подачу волана ракеткой и точность его отражения.

4-я неделя. Занятие 8*Задачи:*

— учить перебрасывать волан через сетку с помощью ракетки;
— знакомить с правилами игры в бадминтон;
— отрабатывать точность и четкость удара.

Содержание занятия

• Игра «Волан через сетку». *Задача:* закреплять умение перебрасывать волан через сетку.

Декабрь**1-я неделя. Занятие 9**

Задача: учить технике правильной хватки ракетки.

Содержание занятия

• Тренер демонстрирует и объясняет технику и важность точного усваивания правильной хватки ракетки.

2-я неделя. Занятие 10

Задача: учить технике легких движений ракеткой от запястья (над головой и сбоку).

Содержание занятия

Осуществление легких движений ракетки от запястья (над головой и сбоку). И.п.: стоя, ноги раздвинуты. Тело в вертикальном положении, рука поднята, слегка согнута в локте при движении

над головой. При движении в сторону рука напряжена в горизонтальном положении.

3-я неделя. Занятие 11

Задача: учить технике осуществления легких движений ракетки от запястья (над головой и сбоку) в сочетании с ходьбой.

Содержание занятия

Осуществление легких движений ракетки от запястья (над головой и сбоку) в сочетании с ходьбой. Тело в вертикальном положении, взгляд направлен вперед.

4-я неделя. Занятие 12

Задача: учить технике жонглирования воланом передней частью ракетки.

Содержание занятия

Жонглирование воланом передней частью ракетки. Тело в вертикальном положении, взгляд следит за воланом. Волан ударять легко.

Январь

2-я неделя. Занятие 13

Задача: продолжать учить технике начального удара.

Содержание занятия

Отработка техники начального удара. Тренер демонстрирует и объясняет правильную технику выполнения начального удара.

3-я неделя. Занятие 14

Задача: учить технике выполнения начального удара с помощью тренера из и.п.

Содержание занятия

Выполнение начального удара с помощью тренера из и.п.

Тренер придерживает ударяющую руку и руку с воланом и указывает время для пуска волана.

4-я неделя. Занятие 15

Задача: учить технике исполнения сервисов напротив стены из и.п.

Содержание занятия

Исполнение сервисов напротив стены из и.п. Тренер придерживает ударяющую руку и руку с воланом и указывает время для пуска волана.

Февраль

1-я неделя. Занятие 16

Задача: учить выполнению начального удара с помощью тренера из и.п.

Содержание занятия

Тренер придерживает ударяющую руку и руку с воланом и указывает время для пуска волана.

2-я неделя. Занятие 17

Задача: учить выполнению сервисов напротив стены из и.п.

Содержание занятия

Выполнение сервисов напротив стены из и.п. Каждый игрок стоит лицом к стене (в нескольких метрах от нее) и следит за правильным хватом, удастся ли ударить волан снизу, не отрываясь ли ноги от пола.

3-я неделя. Занятие 18

Задача: учить выполнению сервисов самостоятельно, в левом и правом поле.

Содержание занятия

• Выполнение сервисов самостоятельно, в левом и правом поле. Ноги на ширине плеч, взгляд направлен вдоль траектории движения волана, во время удара ноги не должны быть отделены от пола, а ракетка, не останавливаясь, должна продолжать движение снизу вверх.

4-я неделя. Занятие 19

Задача: учить технике основного удара в бадминтоне.

Содержание занятия

Тренер демонстрирует и объясняет правильную технику для выполнения основного удара в бадминтоне.

Март**1-я неделя. Занятие 20**

Задача: учить имитационному осуществлению удара.

Содержание занятия

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, ракетка находится за спиной, локоть направлен вверх, другая рука поднята вперед и вверх, взгляд направлен вперед и вверх. Удар совершается по воображаемому перу, при этом тело отскакивает и поворачивается на 180°.

2-я неделя. Занятие 21

Задача: учить выполнению удара на определенной высоте волана.

Содержание занятия

Исполнение удара на определенной высоте. И.п.: раздвинутая

стойка. Взгляд направлен к «перу», при ударе тело поворачивается.

3-я неделя. Занятие 22

Задача: учить отбивать волан, поданный рукой тренера.

Содержание занятия

Тренер подает волан рукой, следующий удар происходит со стороны обучающихся. Волан подается на необходимой высоте.

4-я неделя. Занятие 23

Задача: учить отбивать волан, поданный ракеткой тренера.

Содержание занятия

Тренер подает волан ракеткой, и следующий удар происходит со стороны обучающихся. Взгляд направлен к волану, при ударе тело поворачивается.

Апрель**1-я неделя. Занятие 24**

Задача: учить технике передвижения по корту.

Содержание занятия

Тренер демонстрирует и объясняет правильную технику передвижения по корту.

2-я неделя. Занятие 25

Задача: учить выполнению движения по корту вперед-назад с помощью тренера.

Содержание занятия

Выполнение движения по корту вперед-назад с помощью тренера. Бег с поднятой вперед ракеткой, назад боком, держа ракетку за спиной.

3-я неделя. Занятие 26

Задача: учить выполнению движений по залу вперед-назад в сочетании с ударом по волану с задней линии и касанием сетки впереди ракеткой.

Содержание занятия

Выполнение движения по корту вперед-назад в сочетании с ударом по волану с задней линии и касанием сетки впереди ракеткой. Во время передвижения ракетка должна быть поднята.

4-я неделя. Занятие 27

Задача: учить раскидыванию и собиранию волана с четырех углов к центру корта в качестве состязательной игры.

Содержание занятия

Раскидывание и собирание волана с четырех углов к центру корта в качестве состязательной игры. Перед тем как дойти до каждого угла, обязательно нужно пройти через центр корта, при обратном движении готовиться к удару.

Май**1—3-я недели. Занятия 28—30***Задачи:*

- закреплять навыки игры в бадминтон;
- упражнять в игре в паре.

Содержание занятий

Игры с воланом и ракеткой.

4-я неделя. Занятие 31*Задачи:*

- закреплять навыки игры в бадминтон;
- упражнять в игре;

— развлечь детей.

Содержание занятия

- Игры-эстафеты.

«Круги». На полу разложены круги. Дети идут по широкому кругу, подбрасывая воланы на вытянутых вперед ракетках. При команде «Старт!» дети хватают волан и встают в круги. Кто останется без круга, выбывает из игры.

«Подкидывание в цель». Перед двумя командами на расстоянии 5 м нарисован круг. Участники стараются ударом ракетки забросить волан в круг. Попав в круг, участник возвращается в команду.

«Четверка». Через центр на одной половине корта натягивается веревка, таким образом корт делится на 4 части. В каждой четверти стоит игрок. Игроки разгрызают волан, перебрасывая его друг другу. Пропустивший получает штрафной балл.

Литература

Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г., Сергиенко Н.Н. Занятия по физкультуре с детьми 3—7 лет. Планирование и конспекты. М., 2012.

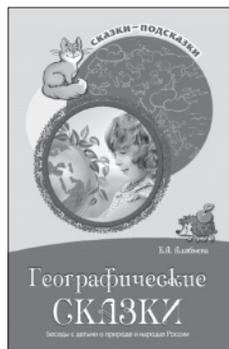
Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5—7 лет. М., 2009.

Гришин В.Г. Игры с мячом и ракеткой. М., 1982.

Сулим Е.В. Занятия физкультурой: Игровой стретчинг для дошкольников. М., 2017.

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

Книжные новинки

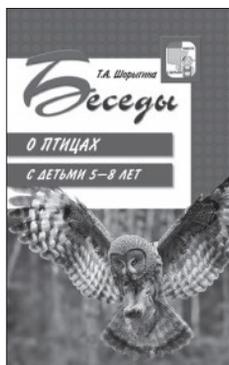


ГЕОГРАФИЧЕСКИЕ СКАЗКИ

Беседы с детьми о природе и народах России

Автор — *Алябьева Е.А.*

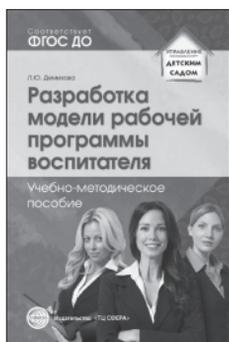
В книге представлены сказки для детей 6—9 лет, посвященные природе, ландшафтам и народам России. Через образы и сюжеты сказки они дают возможность зародить в детях интерес к познанию родного края, воспитывают гордость за свою страну и любовь к ней, вызывают желание сохранять природные и национальные богатства, преумножать их. Методическое сопровождение сказок поможет взрослым организовать тематическую беседу и различные виды детской деятельности.



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. Интересные и полезные сведения об их жизни помогут воспитателям, родителям, гувернерам, учителям младших классов пробудить у детей интерес к родной природе. В книге собраны стихи, сказки и загадки автора. Материал пособия может быть использован при коллективной и индивидуальной форме обучения.

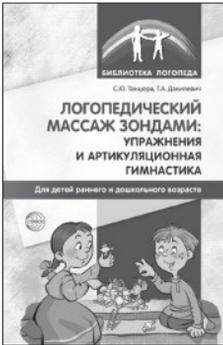


РАЗРАБОТКА МОДЕЛИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАТЕЛЯ

Учебно-методическое пособие

Автор — *Демихова Л.Ю.*

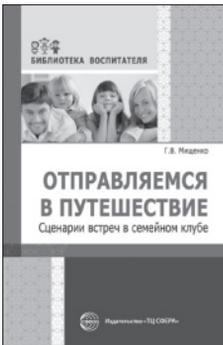
В книге содержится информация о том, как составить рабочую программу педагога дошкольной образовательной организации (ДОО). Представлена подборка методических материалов, учитывающих современные требования к планированию педагогического процесса. В пособии также дается примерное годовое тематическое планирование, варианты календарно-тематического планирования, методы и формы работы по образовательным областям, содержание совместной образовательной деятельности педагога с детьми, вариант рабочей программы воспитателя.



ЛОГОПЕДИЧЕСКИЙ МАССАЖ ЗОНДАМИ: упражнения и артикуляционная гимнастика для детей раннего и дошкольного возраста

Авторы — Танцюра С.Ю., Данилевич Т.А.

В пособии описаны приемы и методика массажа зондами, рассмотрена методика работы зондового массажа мышц языка, щек. Приведены комплексы артикуляционных упражнений по лексическим темам с использованием загадок и стихотворений. Они помогают в коррекции звукопроизношения, нормализуют просодическую сторону речи, способствуют развитию мелкой моторики. Адресовано учителям-логопедам, дефектологам, студентам дефектологических факультетов вузов.

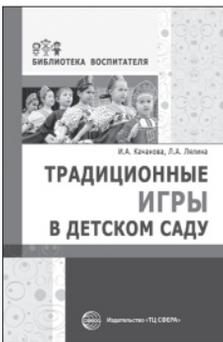


ОТПРАВЛЯЕМСЯ В ПУТЕШЕСТВИЕ

Сценарии встреч в семейном клубе

Автор — Мищенко Г.В.

В пособии представлен опыт работы Семейного клуба «Гармония» по взаимодействию всех участников образовательного процесса с целью привлечения родителей к совместной деятельности. Одна из задач такой работы — помочь мамам и папам не только психоэмоционально поддержать своих детей, но и научить простейшим методам и приемам коррекционной работы. В книгу включены сценарии досуговых совместных мероприятий («путешествий»). Все «путешествия» имеют определенную структуру, где обязательным элементом является сюрпризный момент. В некоторых разработках используются ИКТ.



ТРАДИЦИОННЫЕ ИГРЫ В ДЕТСКОМ САДУ

Авторы — Качанова И.А., Лялина Л.А.

В пособии представлены описания традиционных детских игр, а также пестушки, песенки, считалки, с которыми можно знакомить детей дошкольного возраста в условиях ДОО. Игры систематизированы в соответствии с возрастом детей. Пособие адресовано воспитателям дошкольных образовательных организаций, может представлять интерес для студентов педагогических университетов, родителей.

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, www.sfera-podpiska.ru

Интернет-магазин: www.sfera-book.ru

«Будь здоров, дошкольник!»



БУДЬ ЗДОРОВ, ДОШКОЛЬНИК!



БУДЬ ЗДОРОВ, ДОШКОЛЬНИК!

Учебно-методический комплект физического развития дошкольника

Автор — Токаева Т.Э.

- Программа создана на основе результатов физического развития и воспитания культуры здоровья детей с учетом интеграции содержания федеральных и региональных программ, требований ФГОС ДО.
- Дается технология овладения ребенком представлений о себе, своем здоровье и физической культуре.
- К программе прилагается комплект из четырех практических пособий «Технология физического развития детей: 3–4, 4–5, 5–6, 6–7 лет», в которых представлены педагогическая технология, сценарии физкультурных и оздоровительных занятий, тематическое планирование на год.
- Рекомендована педагогам, осуществляющим физическое воспитание и здоровьесбережение детей в ДОО.



БУДЬ ЗДОРОВ, ДОШКОЛЬНИК.

Технология физического развития детей

В 4 кн.: 3–4, 4–5, 5–6, 6–7 лет

Автор — Токаева Т.Э.

В книгах по технологии физического развития детей дано подробное описание физкультурно-оздоровительных занятий, игр, оздоровительных гимнастик, еженедельных циклограмм организации двигательного режима в детском саду, перспективное планирование форм и видов двигательной деятельности, адекватных психофизическим возрастным особенностям детей.

Закажите в ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИНЕ www.sfera-book.ru

Книги серии «Ребенок в мире поиска»



ИЗ ЧЕГО СДЕЛАНЫ ПРЕДМЕТЫ

Игры-занятия для дошкольников

Автор — Дыбина О.В.

В книге представлены сценарии игр-занятий по ознакомлению детей от 3 до 7 лет со свойствами и качествами материалов, из которых сделаны предметы.

Книга предназначена работникам дошкольных образовательных организаций и детских домов, студентам училищ, колледжей и вузов педагогического профиля, родителям. неизданное рядом



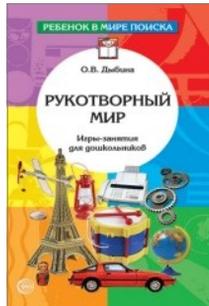
НЕИЗВЕСТНОЕ РЯДОМ

Опыты и эксперименты для дошкольников

Автор — Дыбина О.В.

В книге представлены разработки проблемных заданий, занимательные опыты и эксперименты для детей от 3 до 7 лет. В их содержание включены дидактические игры, алгоритмы, модели и схемы, направленные на развитие поисково-познавательной деятельности дошкольников.

Книга предназначена для воспитателей дошкольных образовательных организаций и детских домов и родителей.



РУКОТВОРНЫЙ МИР

Игры-занятия для дошкольников

Автор — Дыбина О.В.

В книге представлены дидактические игры и игры-занятия для детей в возрасте от 3 до 7 лет, расширяющие их знания об окружающем мире предметов.

Книга предназначена работникам дошкольных образовательных организаций, студентам педагогических вузов и колледжей, родителям.



ТВОРИМ, ИЗМЕНЯЕМ, ПРЕОБРАЗУЕМ

Игры-занятия для дошкольников

Автор — Дыбина О.В.

Книга содержит систему игр-занятий по развитию творческого мышления у детей, умения творчески преобразовывать, трансформировать и видоизменять предметы, используя схему-инструкцию.

Предложенные поделки дети могут создать в условиях индивидуальной работы с педагогом дополнительного образования или с родителями.

Книги серии «Библиотека воспитателя»



ПОДВИЖНЫЕ ТЕМАТИЧЕСКИЕ ИГРЫ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Сост. — Т.В. Лисина, Г.В. Морозова

В пособии представлены игры и упражнения на развитие эмоциональной и двигательной активности дошкольников по лексическим темам. Их можно использовать при работе в обычных и в логопедических группах. В книге подобраны игры на развитие общей и мелкой моторики, театрализованные и подвижные игры, физкультминутки. Пособие адресовано педагогам дошкольного и начального школьного обучения, а также логопедам, дефектологам и психологам.



ИГРЫ-ЗАБАВЫ НА УЧАСТКЕ ДЕТСКОГО САДА

Авт.-сост. — Е.А. Алябьева

В методическом пособии систематизированы игры из разных источников и представлены авторские варианты игр-забав, которые воспитатель может использовать на участке детского сада особенно в летний период. Эти игры будят фантазию детей, их творческую инициативу, доставляют удовольствие от общения друг с другом и с воспитателем, способствуют укреплению здоровья. Многие игры развивают пластику, артистические способности, разные виды восприятия.



ИГРЫ-ПУТЕШЕСТВИЯ НА УЧАСТКЕ ДЕТСКОГО САДА

Авт.-сост. — Е.А. Алябьева

В пособии представлены авторские игры-путешествия для детей 5—7 лет по самым разным темам. Они помогут педагогам организовать прогулки детей в разное время года, особенно летом. Игры-путешествия развивают воображение, память, ориентировку в пространстве, пантомимическую и речевую выразительность, артистичность, творчество, физические навыки; способствуют активизации знаний, закреплению самых разных понятий.

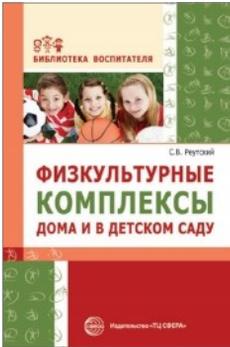
Наш адрес: 129226, Москва, ул. Сельскохозяйственная, д. 18, корп. 3

Тел.: (495) 656-72-05, 656-73-00

E-mail: sfera@tc-sfera.ru

Сайты: www.tc-sfera.ru, www.sfera-podpiska.ru

Интернет-магазин: www.sfera-book.ru

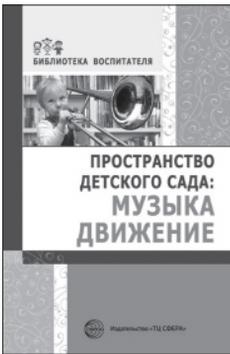


ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ КОМПЛЕКСЫ ДОМА И В ДЕТСКОМ САДУ

Автор — Реутский С.В.

В книге обсуждаются способы организации занятий с детьми, позволяющие удержаться на золотой середине — не тормозить действия ребенка на физкультурных занятиях чрезмерными родительскими и учительскими страхами, но и не переусердствовать, принуждая к непосильным физическим и психологическим нагрузкам.

Автор сопоставляет возможности физкультурных занятий в семье и детском саду, предлагая различные модели сотрудничества педагогов и родителей.



ПРОСТРАНСТВО ДЕТСКОГО САДА

Музыка, движение

Авторы — Барabanова О.А.

Пространственная организация детского сада связана с отказом от линейного планирования и жестко регламентированной организации жизни. Она реализуется через совокупность образовательных пространств, в которых ребенок свободно действует, создает и поддерживает вместе с другими нормы и правила этих пространств.

О том, как это может быть организовано в тесно связанных друг с другом сферах физического и художественно-эстетического развития, рассказывает эта книга.



ПРИБОЩАЕМ ДОШКОЛЬНИКОВ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

Методическое пособие

Авторы — Полтавцева Н.В. и др.

Методическое пособие посвящено изложению программы и методики формирования здорового образа жизни детей в условиях ДОО. В нем изложен подход, основанный на применении принципа осознанности в работе с дошкольниками, т.е. самостоятельного понимания детьми важности сохранения своего здоровья.

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, www.sfera-podpiska.ru

Интернет-магазин: 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** продолжают:

- 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



Издательство «ТЦ Сфера»
Периодические издания
для дошкольного образования

Наименование издания (периодичность в полугодии)	Индексы в каталогах		
	Роспечать	Пресса России	Почта России
Комплект для руководителей ДОО (полный): журнал «Управление ДОУ» с приложением (5); журнал «Методист ДОУ» (1), журнал «Инструктор по физкультуре» (4), журнал «Медработник ДОУ» (4); рабочие журналы (1): — воспитателя группы детей раннего возраста; — воспитателя детского сада; — заведующего детским садом; — инструктора по физкультуре; — музыкального руководителя; — педагога-психолога; — старшего воспитателя; — учителя-логопеда.	36804	39757	10399
Комплект для руководителей ДОО (малый): журнал «Управление ДОУ» с приложением (5) и «Методист ДОУ (1)	82687		
Комплект для воспитателей: журнал «Воспитатель ДОУ» с библиотекой (6)	80899	39755	10395
Комплект для логопедов: 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		
Для самых-самых маленьких: для детей 1—4 лет		34280	16709
Мастерилка: для детей 4—7 лет		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**.

На сайте журналов: www.sfera-podpiska.ru открыта подписка **РЕДАКЦИОННАЯ и ЭЛЕКТРОННАЯ**

В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ

- ◆ Игровое занятие с использованием русских народных подвижных игр
- ◆ Мультимедийное электронное пособие в физической работе
- ◆ Спортивный праздник, посвященный Дню Победы
- ◆ Роль семьи и общества в формировании представлений о здоровом образе жизни у ребенка

УВАЖАЕМЫЕ ПОДПИСЧИКИ!

Вы можете заказать предыдущие номера журнала «Инструктор по физкультуре», книги издательства «ТЦ Сфера» в нашем интернет-магазине www.sfera-book.ru.



«ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИКУЛЬТУРЕ»
2017, № 2 (62)

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. Парамонова

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 присланные 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; www.tc-sfera.ru

www.sfera-podpiska.ru

Рекламный отдел:
Тел.: (495) 656-75-05, 656-72-05

Номер подписан в печать 18.02.17.
Формат 60×90¹/₁₆. Усл. печ. л. 8. Тираж 2800 экз.
Заказ №

© Журнал «Инструктор по физкультуре», 2016
© Цветкова Т.В., 2016



4 607091 440270



0 0 0 6 1

КНИГИ ДЛЯ УВЛЕКАТЕЛЬНОГО ЧТЕНИЯ И ПРОВЕДЕНИЯ БЕСЕД С ДЕТЬМИ 3–8 ЛЕТ

- Пособия соответствуют ФГОС дошкольного образования
- Конспекты бесед, занятий с детьми сопровождаются иллюстрациями, вопросами и заданиями
- Рекомендованы воспитателям ДОО, учителям, гувернерам, родителям
- Могут быть использованы при коллективной и индивидуальной работе с детьми



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. Сайты: www.tc-sfera.ru, www.sfera-podpiska.ru

Интернет-магазин: www.sfera-book.ru



ПООЩРИТЕ ДЕТЕЙ

грамотой, дипломом, благодарностью



Большой выбор
на www.sfera-book.ru

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. Сайты: www.tc-sfera.ru, www.sfera-podpiska.ru

Интернет-магазин: www.sfera-book.ru

