

# ИНСТРУКТОР

## ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

№4/2018

ЭЛЕМЕНТЫ СПОРТИВНОГО  
ОРИЕНТИРОВАНИЯ  
В РАБОТЕ  
С ДОШКОЛЬНИКАМИ

ГТО  
В ФИЗИЧЕСКОМ  
И ПАТРИОТИЧЕСКОМ  
ВОСПИТАНИИ  
ДЕТЕЙ

ИГРОВЫЕ  
ТЕХНОЛОГИИ  
В РАБОТЕ  
С ДЕТЬМИ  
НА ПРОГУЛКЕ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ  
СУ-ДЖОК ТЕРАПИИ  
В РАЗВИТИИ  
МЕЛКОЙ  
МОТОРИКИ

ТЕХНОЛОГИЯ  
РАЗВИТИЯ  
ПАМЯТИ У ДЕТЕЙ  
В ДВИГАТЕЛЬНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ТЕМА НОМЕРА:

**СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ  
В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ  
ДОШКОЛЬНИКОВ**



# ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

**Подписные индексы в каталогах:**

«Роспечать» — 48607; 36804 (в комплекте)

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

«Почта России» — 10399 (в комплекте)

№ 4/2018



## ТЕМА НОМЕРА

### СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ

#### СОДЕРЖАНИЕ

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

#### Колонка редактора

<i>Парамонова М.Ю.</i> Курс на здоровую и долгую жизнь с детства .....	5
---	---

#### ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ РОСТ

##### Повышение квалификации

<i>Кузнецова Т.В.</i> Организация физкультурно-оздоровительной работы с часто болеющими детьми .....	6
--	---

##### Психофизическое развитие ребенка

<i>Христюк В.П.</i> Развитие внимания в процессе двигательной деятельности у старших дошкольников .....	25
<i>Головлева Т.Н.</i> Технология развития памяти у дошкольников в двигательной деятельности .....	27

#### ПЕДАГОГИКА ЗДОРОВЬЯ

##### Образовательная работа

<i>Берденгалиева Е.Н.</i> Игровое занятие по физическому развитию «Приключения зайчат» .....	32
<i>Карачарова Н.П.</i> Игровые технологии на прогулке для детей раннего возраста .....	35
<i>Филичкина И.А.</i> Занятие на развитие мелкой моторики «Волшебный листок» .....	46

<i>Куличкова И.А.</i> Здоровьесберегающие технологии в обучении плаванию.....	49
---	----

## **Физкультурно-оздоровительная работа**

<i>Огородникова Т.Н.</i> Играем в «Зарницу» с дошкольниками .....	52
<i>Чугунова Е.А.</i> Физкультурный праздник «Суперпапа» ко Дню отца .....	55
<i>Хошева М.А., Старостина О.А.</i> Планирование занятий по плаванию .....	59

## **СОТРУДНИЧЕСТВО**

### **Работа с родителями**

<i>Сергеева С.И., Яковлева Т.В.</i> Совместная деятельность педагогов и родителей по физическому развитию ребенка .....	64
---	----

### **Взаимодействие со специалистами**

<i>Гончарова О.Н.</i> Занятие в бассейне «Игры народов мира» .....	70
<i>Амехина Л.В.</i> Элементы спортивного ориентирования в работе со старшими дошкольниками .....	74
<i>Артеева Ю.С.</i> Интегрированное занятие «Солнце воздух и вода... Какая от них польза?» .....	79

### **Преемственность**

<i>Гольцова М.В., Рябкина И.Н., Денисова Ю.С.</i> ГТО в обеспечении преемственности физического и патриотического воспитания дошкольников и школьников .....	83
--	----

## **ЭТО ИНТЕРЕСНО**

### **Дискуссионный клуб**

<i>Тахташева Р.Д.</i> Использование су-джок терапии в развитии мелкой моторики .....	90
<i>Хмельницкая А.Н.</i> Спортивный праздник «Занимательный мир кино» с использованием ИКТ.....	96
<i>Антонишина Е.Н.</i> Нескучный досуг с использованием нестандартного оборудования .....	102
<i>Крохина К.С.</i> Нетрадиционное занятие «Прыжки через резиночку» .....	104

### **Народная педагогика**

<i>Ермакова М.П.</i> Спортивный праздник «Ярмарка народных игр в детском саду»....	110
---	-----

<b>Книжная полка</b> .....	31, 48, 51, 69, 116
----------------------------	---------------------

<b>Повышаем квалификацию</b> .....	122
------------------------------------	-----

<b>Вести из Сети</b> .....	124
----------------------------	-----

<b>Как подписаться</b> .....	127
------------------------------	-----

<b>Анонс</b> .....	128
--------------------	-----

## Редакционный совет

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

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

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

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

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

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

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

## Редакционная коллегия

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

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

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

**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

ДОУ д/с № 2 «Радуга», г. Заозерск Мурманской обл. ....	49	МБДОУ д/с «Теремок», г. Мытищи Московской обл. ....	70
МАДОУ д/с № 37 «Ягодка», г. Губкин Белгородской обл. ....	90	МБДОУ ЦРР — д/с № 178, г. Чебоксары, Чувашская Республика .....	64
МБДОУ д/с № 8, г. Орел .....	110	МБДОУ ЦРР — д/с № 246, г. Ульяновск .....	74
МБДОУ д/с № 14, г. Можга, Удмуртская Республика .....	52	МДОУ д/с № 9 «Аленушка», г. Коряжма Архангельской обл. ...	102
МБДОУ д/с № 15 «Ромашка», г. Шарыпово Шарыповского р-на Красноярского края .....	104	МДОУ д/с № 35 «Звездочка» г. Подольск Московской обл. ....	35
МБДОУ д/с № 16 «Ивушка», г. Старый Оскол Белгородской обл. ....	83	МДОУ д/с № 207, г. Ярославль .....	55
МБДОУ д/с № 26 «Петушок», г. Туапсе Краснодарского края .....	79	МКДОУ «Коелгинский детский сад "Солнышко"», с. Коелга Еткульского р-на Челябинской обл. ....	6
МБДОУ д/с № 27, г. Кузнецк Пензенской обл. ....	59	МКОУ «Валуевская средняя школа», с. Валуевка Старополтавского р-на Волгоградской обл. ....	32
МБДОУ д/с № 28, г. Майкоп Краснодарского края .....	46	СП д/с «Буратино» ГБОУ «СОШ № 2 с углубленным изучением отдельных предметов», пгт Усть-Кинельский Самарской обл. ....	27
МБДОУ д/с № 31, г. Апатиты Мурманской обл. ....	25		
МБДОУ д/с № 166 «Росинка», г. Ульяновск .....	96		
<hr/>			
Амехина Лариса Викторовна .....	74	Огородникова Татьяна Николаевна .....	52
Антонишина Елена Николаевна ...	102	Рябкина Ирина Николаевна .....	83
Артеева Юлия Сергеевна .....	79	Сергеева Светлана Ивановна .....	64
Берденгалиева Елена Николаевна .....	32	Старостина Ольга Александровна .....	59
Головлева Татьяна Николаевна .....	27	Тахташева Рауза Джагфаровна .....	90
Гольцова Марина Вячеславовна ...	83	Филичкина Ирина Альбертовна .....	46
Гончарова Ольга Николаевна .....	70	Хмельницкая Анастасия Николаевна .....	96
Денисова Юлия Сергеевна .....	83	Хошева Марина Алексеевна .....	59
Ермакова Марина Петровна .....	110	Христюк Валентина Павловна .....	25
Карачарова Надежда Павлиновна ...	35	Чугунова Елена Анатольевна .....	55
Крохина Ксения Сергеевна .....	104	Яковлева Татьяна Васильевна .....	64
Кузнецова Татьяна Владимировна ...	6		
Куличкова Ирина Александровна ...	49		

## Курс на здоровую и долгую жизнь с детства

Президент РФ четко обозначил в Послании Федеральному Собранию задачи по улучшению здоровья людей, отметив, что нашей стране «важен и ценен каждый человек, чтобы он чувствовал свою востребованность, прожил долгую и, главное, здоровую жизнь». Также глава государства поставил задачу увеличения продолжительности жизни: «К концу следующего десятилетия Россия должна уверенно войти в клуб стран “80 плюс”, где продолжительность жизни превышает 80 лет». Он особо подчеркнул, что «опережающими темпами должна расти продолжительность именно здоровой, активной, полноценной жизни, когда человека не ограничивают, не сковывают болезни...».

Таким образом, в российском государстве взят курс на здоровую и долгую жизнь, что означает необходимость проведения масштабной комплексной системной работы различных социальных институтов. Следовательно, еще большее значение должно придаваться физкультурно-оздоровительным мероприятиям по взаимодействию с детьми, формированию ценностного отношения к здоровью и основам здорового образа жизни с детства, сотрудничеству с семьей в вопросах физического развития и воспитания ребенка.

Чтобы заложить крепкий фундамент здоровья с детства, нужны новые научные исследования, инновационные методики, эффективные современные технологии физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста, интенсивное развитие соответствующей инфраструктуры и др. Для формирования здорового, жизнеспособного и социально активного подрастающего поколения важно с помощью физкультурных занятий воспитывать личностные и психофизические качества, необходимые человеку в современном мире. Это способность к рациональной организации своего времени, внутренняя дисциплина, собранность, ловкость, быстрота, скорость оценки ситуации и принятия решения, настойчивость в достижении поставленной цели, умение конструктивно воспринимать неудачи, преодолевать трудности, вера в себя и стремление к лучшему. Во многих статьях наших авторов отражены эти тенденции.

Призываем исследователей и практиков активнее делиться своими новыми разработками и успешным опытом в нашем журнале. Друзья! Мы ждем новых актуальных статей. Присылайте материалы на адрес: [123@tc-sfera.ru](mailto:123@tc-sfera.ru). Требования к публикациям вы найдете на сайте издательства: [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru).

Поздравляем всех с Великим праздником — Днем Победы!

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

## Организация физкультурно-оздоровительной работы с часто болеющими детьми

Кузнецова Т.В.,

*инструктор по физкультуре МКДОУ «Коелгинский детский сад “Солнышко”», с. Коелга Еткульского р-на Челябинской обл.*

---

**Аннотация.** Статья посвящена проблеме организации и содержания физкультурно-оздоровительной работы с часто болеющими детьми. Рассматриваются специфика психолого-педагогического сопровождения этой категории воспитанников, особенности профилактической работы, даются примеры практических мероприятий различной направленности.

**Ключевые слова.** Профилактика заболеваемости, физкультурно-оздоровительная работа, часто болеющие дети.

---

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ РОСТ

В настоящее время весьма важным представляются вопросы профилактики у детей заболеваний, связанных с нарушением иммунобиологического барьера, респираторной и опорно-двигательной систем. Все это ведет к поиску новых методик использования физических средств оздоровления для данной возрастной группы.

Воспитание здорового подрастающего поколения граждан России — первоочередная задача государства, от решения которой во многом зависит его будущее процветание. Однако современные тенденции в обществе свидетельствуют об обратном: растет число детей с различными проблемами в состоянии здоровья с рождения, раннего или дошкольного возраста.

Одним из главных средств профилактики заболеваемости выступают доступные и экологически чистые средства — физкультурно-оздоровительные упражнения, значение которых зачастую недооценивается как меди-

цинскими работниками, так и педагогами и родителями. Оздоровительная физическая культура предлагает достаточно много методик, технологий, оздоровительных систем, проверенных практикой и обоснованных научно.

### **Психолого-педагогические особенности ЧБД**

В системе охраны здоровья матери и ребенка проблема часто болеющих детей (ЧБД) остается важной не только с медико-социальной, но и с экономической точки зрения. Основной объем ЧБД среди детского населения приходится на возраст 3—4 года. Современные исследования показывают, что на долю ЧБД приходится от 25 до 56,9% всех заболеваний дошкольников. Уход за больными детьми — причина третьей части всех трудовых потерь, что тоже обусловлено контингентом ЧБД. Исследователи утверждают, что частые заболевания ребенка служат факторами риска хронической патологии в подростковом периоде и у взрослых (в 2 раза больше анемий, в 5 раз чаще сердечно-сосудистые заболевания, у 60% — аллергические проявления) [2].

В последние годы возникла тенденция к проявлению заболеваний в более раннем возрасте.

Общее количество заболеваний среди детей, в том числе детей дошкольного возраста, постоянно растет. Возросло число детей с функциональными расстройствами и хроническими болезнями. В частности, дети первой группы здоровья (отсутствие функциональных и морфологических отклонений) составляют всего лишь 16,2%, второй (функциональные и морфологические отклонения со сниженной сопротивляемостью организма — ЧБД) — 82,2, третьей группы здоровья (хронические заболевания в стадии компенсации) — 1,6% детей [8].

Принято считать, что часто болеющие дети — феномен специфически возрастной. Эту группу составляют преимущественно дошкольники, которые болеют различными респираторными заболеваниями более четырех раз в году. Однако исследования показывают, что острые респираторные вирусные инфекции не единственная причина частых заболеваний. В их число входят детские инфекции, отиты, синуситы и обращения по поводу хронических заболеваний только в фазе обострения.

В исследовании Н.Г. Веселова указано, что в медицине часто болеющими считаются дети:

— до 1 года, если случаи острых респираторных заболеваний (ОРЗ) — четыре и более в год;

- от 1 до 3 — 6 и более ОРЗ в год;
- от 3 до 5 — 5 и более;
- старше 5 лет — 4 и более ОРЗ в год.

Нередко ребенок болеет не только часто, но и длительно (более 10—14 дней одно ОРЗ).

Д.Н. Исаев характеризует общее состояние таких детей проявлениями, которые можно обозначить как преневротические (нарушения сна, тики, патологические привычки, беспричинный плач), вегетодистонические (головокружения, головные боли, нарушения ритма сердцебиения, одышка, обмороки, повторные боли в животе, гиперемия кожи, отрыжка воздухом), соматические (жажда, булимия, рвота после еды, ожирение, непереносимость отдельных видов пищи, кожный зуд и высыпания).

В структуре хронических заболеваний ЧБД, по исследованиям Н.Г. Веселова, наиболее значительны: заболевания ЛОР-органов (от 32 до 87,3%), органов пищеварения (от 20 до 25%), опорно-двигательного аппарата (от 18,3 до 28,7%) и болезни нервной системы (неврозы — 23%, астенический синдром — 16,4, малая мозговая дисфункция — 9,8, невротические реакции — 6,5%). Заболеваемость во всех возрастных группах выше у мальчиков [9].

Таким образом, ЧБД — термин, обозначающий группу детей, характеризующуюся более высоким, чем их сверстники, уровнем заболеваемости острыми респираторными инфекциями. При этом к ЧБД относят детей, у которых частые ОРЗ возникают в силу эпидемиологических причин из-за транзиторных, корригируемых отклонений в защитных системах организма [3].

Психологические особенности ЧБД достаточно подробно описаны разными авторами, которые связывают их со стойким эмоциональным напряжением ребенка, и в том числе со сложностями в развитии волевого поведения. В психологической литературе приводятся данные, указывающие на отличия ЧБД от их здоровых сверстников по ряду индивидуально-психологических характеристик. Так, им свойственны выраженная тревожность, боязливость, неуверенность в себе, быстрая утомляемость, зависимость от мнения окружающих (прежде всего от мнения матери). Они могут подолгу быть заняты одной и той же игрушкой, обходясь без общения с другими детьми, однако им необходимо присутствие рядом матери, от которой они не отходят ни на шаг.

Плохое самочувствие, ограничение движений, тяжелое и

длительное лечение приводят к развитию эмоционального беспокойства, нарушению сна, высокой тревожности, депрессивным и регрессивным реакциям. Все это отражает социальную ситуацию развития, складывающуюся в условиях болезни. Основными последствиями этой ситуации являются изменения в направленности личности, в системе самооценок, в установке на деятельность.

Параллельно с адекватной и даже несколько завышенной осознанной самооценкой у часто болеющих детей сосуществует негативное эмоциональное отношение к себе. В этом случае часто имеет место сравнение с матерью, проявляющееся в самоуничижении, приписывании себе отрицательных эмоций, таких как горе (печаль), страх, гнев (злость) и чувство вины.

Если говорить о поведении больного ребенка старшего дошкольного возраста, оно изменяется, часто становится «трудным» для окружающих его взрослых. И хотя болезнь в большинстве случаев не останавливает психическое развитие ребенка, она искажает, отягощает и замедляет его ход. Ситуация болезни, являясь тяжелой психической травмой, может не только активизировать компенсаторный потенциал психики,

но и разрушительно воздействовать на нее.

Особенности познавательной деятельности группы часто болеющих старших дошкольников:

- истощаемость психической деятельности, которая проявляется в значительном снижении показателей умственной работоспособности;

- трудности переключения внимания;

- снижение продуктивности воспроизведения и внимания;

- уменьшение уровней развития творческого воображения, объема произвольной зрительной памяти;

- большая эмоциональность, выразительность монологической речи, но меньшая самостоятельность, полнота и логическая последовательность.

Таким образом, среди особенностей развития личности часто болеющего ребенка старшего дошкольного возраста можно выделить преобладание позиции «малоценности», ущербности и непосредственно-чувственное отношение к себе (М.Н. Ливанова, В.В. Николаева). Кроме того, ярко выражены тревожность, неуверенность в себе, зависимость от чужого мнения (В.Н. Касаткин, А.Г. Румянцев). У больного ребенка формируется негативное представление о собственной личности, отме-

чается неустойчивая оценка болезни, нарастание пессимизма и депрессивности, изменяется иерархия мотивов, снижается их побудительная сила. Изменение социальной ситуации развития приводит к задержке развития личности — инфантилизму (М.Н. Ливанова).

У ЧБД, более чем у их здоровых сверстников, выражена тенденция к адекватной самооценке, но она во многом зависит от типа семейного воспитания. Основная направленность желаний часто болеющих детей обращена на предотвращение болезненных симптомов и избегание страданий, в то время как у их здоровых сверстников преобладают желания, направленные на преобразование окружающей среды и взаимодействие с другими людьми [4].

### **Особенности физкультурно-оздоровительной работы с ЧБД**

Физкультурно-оздоровительная работа — комплекс мероприятий, проводимых сотрудниками образовательного учреждения, направленных на укрепление и сохранение физического и психического здоровья и оздоровление организма ребенка [11].

Цель физкультурно-оздоровительной работы в ДОО — осво-

ение основных двигательных действий, подготовка к физическому воспитанию в школе, профилактика заболеваний и укрепление здоровья средствами физической культуры.

Основой всестороннего развития ребенка служит правильный уход за ним и физическое воспитание. Овладение естественными движениями (ходьба, бег, ползание, преодоление препятствий, подвижные игры) способствует интеллектуальному и функциональному развитию, усиливает процессы роста (анаболические), укрепляет здоровье (иммунную резистентность), повышает приспособляемость (адаптацию) организма к различным факторам внешней и внутренней среды [10].

На современном этапе развития образования существует несколько концепций физического развития дошкольников. В основе философии той или иной программы лежит определенный взгляд авторов на ребенка, закономерности его развития и, следовательно, на создание условий, которые способствуют становлению личности, оберегают его самобытность и раскрывают творческий потенциал каждого воспитанника. Развитие двигательной активности детей должно протекать в форме их приобщения к физической культуре как естественной составляющей



общечеловеческой культуры в собственном смысле слова [6].

В.Т. Кудрявцев и Б.Б. Егоров определили идею комплексного междисциплинарного подхода к вопросу физического воспитания дошкольника. Их программно-методическое пособие отражает две линии оздоровительно-развивающей работы: приобретение к физической культуре и развивающая форма оздоровительной деятельности. Они исходят из того, что: «Ребенок — это целостный духовно-телесный организм — средоточник, посредник и преобразователь значимых для него природно- и социально-экологических связей» [11].

Большой вклад в организацию оздоровительной работы внес ученый-педиатр и педагог Ю.Ф. Змановский, который указал на основные характерные черты данной работы:

- представление о здоровом ребенке как эталоне и практически достижимой норме детского развития;
- здоровый ребенок рассматривается в качестве целостного телесно-духовного организма;
- оздоровление трактуется не как совокупность лечебно-профилактических мер, а как форма развития, расширения психофизиологических возможностей детей;
- индивидуально-дифференцированный подход является

ключевым, системообразующим средством оздоровительно-развивающей работы с детьми.

Главная оздоровительная задача физического воспитания дошкольников — охрана жизни и укрепления здоровья, закаливание организма детей. Также необходимо вырабатывать у детей потребность, привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями, развивать умения самостоятельно заниматься этими упражнениями в детском учреждении и дома, проводить наиболее простые со своими сверстниками и детьми более младшего возраста. Важно воспитывать любовь к знаниям спортом, интерес к их результатам, а также к достижениям спортсменов.

*Основные задачи физкультурно-оздоровительной работы:*

- сохранение физического и психического здоровья;
- освоение основных двигательных действий;
- подготовка к физическому воспитанию в школе;
- профилактика заболеваний;
- укрепление здоровья средствами физической культуры [12].

Физкультурные занятия обязательны для всех детей. Они проводятся круглый год. Летом физкультура не отменяется. С дошкольниками рекомендуется



проводить следующие типы физкультурных занятий:

- классические (по схеме: вводно-подготовительная, основная, заключительная части);
- игровые занятия (с использованием игр: народные подвижные, игры-эстафеты, игры-аттракционы и т.д.);
- занятия тренировочного типа (ходьба, бег, строевые упражнения, спортивные игры, упражнения в лазанье, акробатические элементы, упражнения с мячом и т.д.);
- сюжетные занятия — комплексные (объединенные определенным сюжетом, спортивное ориентирование, с развитием речи, викторинами и т.д.);
- ритмическая гимнастика (занятия, состоящие из танцевальных движений);
- самостоятельные занятия (самостоятельная тренировка по выбору, затем проверка задания тренером) [6].

*Утренняя гимнастика* — один из важных компонентов двигательного режима, ее организация должна быть направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей.

*Физкультминутки* проводятся по мере необходимости (в течение 3—5 мин) в зависимости от вида и содержания занятий по развитию речи, рисованию, формированию элемен-

тарных математических представлений, главным образом в момент появления признаков утомляемости детей. Перед их началом следует открыть фрамуги. Общеизвестно, что физкультминутки применяются с целью поддержания умственной работоспособности на хорошем уровне. В тот момент, когда у детей снижается внимание и появляется двигательное беспокойство (как правило, на 12—15-й мин), наступает утомление, можно предложить несколько физкультурных упражнений стоя у своих столов или на свободном месте в группе. Это упражнения общеразвивающие: наклоны туловища, движение рук вверх, в стороны, полуприседания и приседания, подпрыгивание, подскоки, ходьба.

Физкультминутки могут сопровождаться текстом. При его произнесении детьми необходимо следить, чтобы выдох выполнялся при произнесении слов одной строки, а до начала следующей строки делался глубокий и спокойный вдох. После физкультминутки дыхание у ребенка остается спокойным. Можно проводить физкультминутки с музыкальным сопровождением, выполнять в их ходе танцевальные упражнения или импровизированные движения (кружения, полуприседания, наклоны и т.д.) [6].

*Игры и упражнения между занятиями*, или двигательная разминка, позволяют активно отдохнуть после умственной нагрузки и вынужденной позы. Она состоит из 3—4 упражнений, а также произвольных движений детей с использованием разнообразных физкультурных пособий. В конце разминки рационально провести упражнение на расслабление 1—2 мин. Продолжительность разминки не более 10 мин.

Проводятся также *подвижные игры, физические упражнения на прогулке*. Подвижные игры — сложная двигательная, эмоционально окрашенная деятельность, обусловленная установленными правилами, которые помогают выявить конечный итог или количественный результат. Они служат методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков и воспитания физических качеств. Подвижные игры подразделяются по содержанию на игры с правилами и спортивные.

*Летние забавы на прогулках*. В летнее время развлечения помогают педагогу в доступной и интересной форме решать серьезные воспитательные, образовательные и оздоровительные задачи. Активное участие в развлечениях обогащает детей новыми впечатлениями, дает

возможность приобрести двигательные навыки и умения. Игры-забавы — по сути физические упражнения, облеченные в игровую форму с музыкальным сопровождением или без (классики, резинки).

После дневного сна важно поднять настроение и мышечный тонус, а также позаботиться о профилактике нарушений осанки и стопы. Этому способствует *комплекс гимнастики после дневного сна*, который носит вариативный характер, в зависимости от этого будет меняться и ее продолжительность (7—15 мин). Дети постепенно просыпаются под звуки мелодичной музыки, лежа в постели, в течение 3—4 мин, выполняют 4—5 общеразвивающих упражнений. Можно предложить упражнения из различных положений: лежа на боку, на животе, сидя. После этого дети выполняют ходьбу, постепенно переходящую в бег, — выбегают из спальни в хорошо проветренную групповую комнату (температура 17—19 °С).

*Закаливание* — важнейшая часть физического воспитания детей. Лучшими его средствами служат естественные силы природы: воздух, солнце и вода.

*Медицинское обслуживание* дошкольников чаще всего осуществляют старшая медсестра и инструктор по гигиеническому

воспитанию. В течение учебного года реализуется оздоровительная работа с детьми: закаливание, витаминопротифакифика, фиточай, профилактические прививки, витаминизированное питание — и организируются регулярные осмотры детей подготовительных групп врачами-специалистами. В течение всего года родителей воспитанников информируют о лечебно-оздоровительной работе, заболеваемости детей [7].

При организации оздоровительных мероприятий необходимо соблюдение системы обеспечения безопасной жизнедеятельности, которая предполагает изучение правил дорожного движения и техники безопасности на занятиях и в совместной деятельности [11].

Работа по оздоровлению детей в ДОО также может включать работу психолога по развитию коммуникативных навыков и коррекции проблем эмоционального развития ребенка (страхи, тревожность, агрессивность) [12].

### **Содержание физкультурно-оздоровительной работы с ЧБД**

Содержание, методы и формы физкультурно-оздоровительных, коррекционных, закаливающих и профилактических мероприятий

в нашем дошкольном учреждении подбираются в соответствии с группой и состоянием здоровья каждого ребенка, рекомендаций педагогического и медицинского персонала [19].

К физкультурно-оздоровительным формам работы можно отнести:

- гимнастику после сна;
- обязательные ежедневные прогулки;
- самостоятельную двигательную активность детей;
- подвижные игры на свежем воздухе;
- ходьбу по «дорожкам здоровья»;
- утреннюю гимнастику, физкультминутки на свежем воздухе;
- постоянный контроль за осанкой;
- ЛФК [14].

Также используются методы нетрадиционной медицины:

- пальчиковая гимнастика и массаж;
- дыхательная гимнастика;
- зарядка для глаз;
- релаксация;
- изотерапия;
- музыкотерапия;
- сказкотерапия [15].

Рассмотрим основные виды деятельности более подробно.

#### **Физкультурное занятие**

Варианты проведения физкультурных занятий:

- по традиционной схеме;
- состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности;
- занятия-тренировки в основных видах движений;
- ритмическая гимнастика;
- занятия-соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей;
- занятия-зачеты, во время которых дети сдают физкультурные нормы;
- сюжетно-игровые (Л.Д. Глазырина).

### Утренняя гимнастика

Наряду с традиционной утренней гимнастикой используются разные типы и варианты как в содержательном плане, так и в методике проведения.

*Варианты проведения утренней гимнастики:*

- упражнения на полосе препятствий — детям предлагают упражнения с постепенным увеличением нагрузки: усложнение двигательных заданий с включением разных основных видов движений (увеличение числа повторов, усиление темпа движений, смена чередования физкультурных пособий);
- комплекс музыкально-ритмических упражнений (разминка, 5—6 основных развивающих упражнений).

Введение двигательной разминки во время перерыва между занятиями позволяет детям активно отдохнуть после умственной нагрузки и вынужденной позы. Она состоит из 3—4 упражнений, а также произвольных движений детей с использованием разнообразных физкультурных пособий. В конце разминки рационально провести упражнение на расслабление 1—2 мин [5].

### Подвижные игры

Разнообразные подвижные игры в любое время года — прекрасное средство закаливания. Увеличение пространства для движений, подходящая одежда, соответствующий подбор игрушек позволяют детям лучше удовлетворить свою потребность в движении, а воспитателю — удлинить пребывание детей на воздухе. На участок выносят обручи, качели, палатки, мячи, инвентарь для игры в песок и т.д. Учитывая состояние погоды, воспитатель выбирает игры, которые могут проводиться на ограниченном пространстве: игры с бегом по кругу «Пузырь», «Карусели», «Кошки-мышки», «Каравай»; с ходьбой по асфальту по начерченным линиям «Пройди по тропинке», «Поезд», «Метро»; проводятся игры с прыжками в длину с места «Через ручеек», «Не замочи ног».

Воспитатель следит за деятельностью детей во время прогулки. Выйдя на участок, сразу проводит подвижную игру, например: «Солнышко и дождик», «Догонялки», «Лохматый пес». Затем каждый ребенок берет ту игрушку, которая ему больше всего нравится. Во время самостоятельных игр воспитатель, если в этом есть необходимость, активизирует отдельных детей, объединяет несколько человек для игры с одним и тем же пособием. Если воспитатель замечает, что большая часть детей потеряла интерес к игрушкам, он предлагает поиграть в подвижную игру, активизируя тем самым детей на новый вид деятельности и дав возможность размяться. Летом можно организовать игры в песке, причем песок должен быть влажный («Постройка песочных домиков», «Найди предмет», «Куличики» и т.д.).

Летом большое место занимают игры с песком и водой. Обязательно выносятся дидактические, настольные игры, разнообразный материал. На прогулке необходимо больше использовать физкультурного оборудования в индивидуальной работе. В нашем учреждении педагоги используют разнообразные формы работы по физическому воспитанию, направленные на повышение двигательной актив-

ности детей. Воспитатели хорошо знают вопросы организации рациональной двигательной активности детей и ее педагогического руководства в процессе игр и упражнений на прогулке [13].

В процессе ежедневного проведения подвижных игр и физических упражнений на прогулке расширяется двигательный опыт детей, совершенствуются навыки в основных движениях, развиваются ловкость, быстрота, выносливость, формируются самостоятельность, активность, положительные взаимоотношения со сверстниками.

### **Оздоровительный бег (дозированный)**

Оздоровительный бег дает детям эмоциональный заряд бодрости и духовное равновесие; тренирует дыхание, укрепляет мышцы, кости, суставы. Проводится с небольшой подгруппой детей (5—7 чел.), при этом учитывается физический уровень подготовленности воспитанников. В старшем дошкольном возрасте пробегают в среднем темпе (2,4—2,7 м/с) без остановок значительные расстояния — от 950 до 1600 м — за 5—11 мин.

### **Физкультурные праздники и досуги**

Такие мероприятия включают занимательные упражнения,

встречу с любимыми героями, сюрпризы. Пребывание на свежем воздухе, игры с водой, разнообразная двигательная деятельность способствуют укреплению здоровья, закаливанию организма, обогащению двигательного опыта детей, что позволяет повысить интерес детей к движениям.

А также можно устроить праздники и развлечения (1 раз в месяц):

- «Веселые старты»;
- «Малые олимпийские игры»;
- «Светофорчик» [16].

При организации летних праздников мы знакомим детей с русскими народными праздниками, с особенностями их проведения. Ну и, конечно, без внимания не остаются и родители, которые принимают активное участие в «Веселых стартах» и «Летних олимпийских играх» [18].

### **Самостоятельная деятельность**

Помимо организованных видов занятий по физической культуре в режиме дня старших дошкольников значительное место занимает самостоятельная двигательная деятельность. Однако и здесь действия детей во многом зависят от условий, создаваемых взрослыми. Организация правильного руководства самостоятельной деятельностью детей в значительной мере влия-

ет на разнообразие игр, движений, не подавляя при этом инициативы самого ребенка.

Самостоятельная двигательная деятельность детей организуется в разное время дня: утром до завтрака, между занятиями, в часы игр после дневного сна и во время прогулок (утренней и вечерней). Активные действия детей чередуются с более спокойной деятельностью. При этом педагоги учитывают индивидуальные особенности каждого ребенка, его самочувствие.

При планировании самостоятельной деятельности педагоги создают физкультурно-игровую среду (пространство, достаточное для движений, разнообразие и чередование пособий и игрушек), выделяют в режиме дня специальное время для самостоятельных игр детей. Для создания разнородности и новизны физкультурно-игровой среды педагоги в течение дня вносят различные физкультурные пособия и по-разному группируют их. Это позволяет избежать однообразия движений и способствует всестороннему развитию детей.

### **Лечебная физкультура**

Одной из разновидностей лечебной гимнастики выступает *корректирующая гимнастика*. Она проводится с целью исправления

некоторых дефектов опорно-двигательного аппарата и лечения их начальных форм: нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопия. Корректирующая гимнастика с наибольшим успехом применяется в период роста организма.

*Ортопедическая гимнастика* рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы [2].

ЛФК использует весь арсенал средств, накопленных физкультурой для лечения и профилактики огромного числа болезней, с учетом специально методически разработанных и подобранных комплексов упражнений. Основные ее средства — физические упражнения и естественные факторы природы.

Физические упражнения в ЛФК делят на три группы: гимнастические, спортивно-прикладные и игры.

*Гимнастические упражнения* состоят из сочетанных движений. С их помощью можно воздействовать на различные системы организма и на отдельные мышечные группы, суставы, развивая и восстанавливая силу мышц, быстроту, координацию и т.д. Все упражнения подразделяются на общеразвивающие (общеукрепляющие), специальные и дыхательные (статические и динамические).

*Общеукрепляющие упражнения* применяют для оздоровления и укрепления организма, повышения физической работоспособности и психоэмоционального тонуса, активизации кровообращения, дыхания.

ЛФК способствует совершенствованию работы ЦНС, органов дыхания, кровообращения, закаливает организм: тренирует терморегуляционные механизмы, повышает сопротивляемость организма недоношенных детей. Так, дети, занимавшиеся ЛФК, в 2—3 раза реже болеют ОРВИ, чем воспитанники, которые не занимались ею. А если они и заболевают, заболевание протекает в более легкой форме, без осложнений. У таких детей реже диагностируют грыжи (пупочные, пахово-мошоночные).

Также средствами ЛФК служат массаж и закаливание.

### **Методы нетрадиционной медицины**

#### **Дыхательная гимнастика**

Дыхательные упражнения способствуют насыщению кислородом каждой клеточки организма. Правильное дыхание стимулирует работу сердца, головного мозга и нервной системы, избавляет человека от многих болезней, улучшает пищеварение



(прежде чем пища будет переварена и усвоена, она должна поглотить кислород из крови и окислиться).

### **Пальчиковая гимнастика**

Пальчиковая гимнастика развивает ручную умелость, мелкую моторику и координацию движений рук. Упражнения превращают учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и положительно воздействуют на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

### **Самомассаж и массаж**

Самомассаж и массаж помогают повысить защитные функции организма ребенка. Во время утренних процедур проводим самомассаж ушных раковин, пальцев. Во время дыхательной гимнастики — игровой самомассаж. Это основа для закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети радуются, у них повышается настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развитию навыков собственного оздоровления.

### **Релаксация**

Релаксация — один из путей преодоления внутреннего напря-

жения у ребенка. Обучая детей ее приемам, мы помогаем им снять внутреннее мышечное напряжение, успокоиться, тем самым привести нервную систему и психику в нормальное состояние покоя. Умение детей управлять своими чувствами и эмоциями еще один шаг к воспитанию у них уверенности в себе.

Для получения наибольшего оздоровительного эффекта соблюдаем следующие правила при подборе упражнений и их выполнении:

- упражнения на релаксацию выполняем в тихой, спокойной обстановке;
- расслабляемся с закрытыми глазами;
- в зависимости от условий применения данных упражнений используем различные позы;
- во время выполнения учим детей распознавать ощущения напряженности и расслабленности;
- не спешим заканчивать релаксацию;
- дети могут полежать, если им хочется;
- выходим из этого состояния медленно и спокойно: сначала потягиваемся, словно после пробуждения от сна, затем открываем глаза и потихоньку садимся. При выполнении релаксации используем спокойную музыку.



## Игры-путешествия

Игры-путешествия включают все виды подвижной деятельности, используя средства всех разделов программы. Данный материал помогает педагогам закрепить умения и навыки, приобретенные ранее, сплотить ребят, дает им возможность стать, кем они мечтают, побывать, где хотят, и увидеть, что пожелают. Такие занятия отличаются от классических высоким эмоциональным фоном, способствующим развитию мышления, воображения, эмоционально-двигательной сферы и творческих способностей детей.

## Музыкотерапия

Музыкотерапия — метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, а также для лечения различных соматических и психосоматических заболеваний. Слушание музыки и движения под нее способствуют организации здорового образа жизни у наших воспитанников.

Специфическая музыка звучит на утренней гимнастике 3 раза в неделю: перед каждым обедом, во время подготовки ко сну и за час до ужина.

Для агрессивных детей мы используем возбуждающую музыку (по принципу: подобное лечится подобным), спокойная же музыка расслабляюще действует, налаживает контакты между воспитателем и детьми.

## Изотерапия

Это терапия изобразительным творчеством. Эффективны все виды творчества, но чаще всего такими лечебными свойствами в наибольшей степени обладает рисование. Нежелание ребенка рисовать — само по себе уже некоторый симптом не вполне благоприятного развития личности.

Рисование развивает чувственно-двигательную координацию, связано с важнейшими функциями (зрительные, двигательная координация, речь, мышление), рисование не только способствует развитию каждой из этих функций, но и связывает их между собой [17].

Мы предлагаем детям порисовать ладонями, выдуть краску через соломинки, т.е. используем нетрадиционную технику рисования, предоставляя ребенку на выбор разнообразные материалы: бумагу разного формата (прекрасный материал — обои), пластилин, природный материал, краски, цветные карандаши, тонкие и толстые кисти, тампончики, свечи, нитки.

Любое рисование, фантазирование, конструирование тоже лечение.

### Сказкотерапия

В основе сказкотерапии лежит идея о том, что каждая сказочная ситуация несет в себе скрытый смысл решения сложных ситуаций. Сказка не только учит детей переживать, радоваться, сочувствовать, грустить, но и побуждает их к речевому контакту.

Продолжение лечения при помощи сказки проходит в группе с помощью театральных игрушек на ладошке, картинок на фланелеграфе, записи фонограммы. Педагоги придумывают с детьми новые персонажи к знакомым сказкам, пробуют сочинять самостоятельно сказки.

По ходу слушания или разыгрывания сказки дети учатся расслабляться, правильно дышать, у них расширяются представления об эмоциях, чувствах и состояниях. Дошкольники преодолевают барьеры общения, развивают речь, коммуникативные навыки, внимание, чувственное восприятие, мышление, воображение [18].

### Практика физкультурно-оздоровительной работы с ЧБД в ДОО

С целью повышения эффективности организации физ-

культурно-оздоровительной работы в детском саду была разработана и апробирована комплексная программа по здоровьесбережению детей в ДОО и семье. В реализации программы приняли участие дети старшего дошкольного возраста, педагоги, родители воспитанников.

*Цели:* сохранение и укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса с учетом индивидуальных возможностей и способностей; формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения здоровья.

*Задачи:*

- обеспечивать условия для физического и психологического благополучия участников воспитательно-образовательного процесса;
- формировать доступные представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах, основы безопасности жизнедеятельности;
- реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей;
- оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении

здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни.

*Принципы организации деятельности педагогов:*

- научности — подкрепление всех мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками;
- комплексности и интегративности — решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса;
- активности, сознательности — участие всего коллектива в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей;
- адресованности и преемственности — поддержание связей между возрастными категориями, учет уровня развития и состояния здоровья;
- результативности и гарантированности — реализация прав детей на получение помощи и поддержки, гарантия положительного результата.

Реализация оздоровительной деятельности ДОО предлагает интеграцию профилактического и организационного направлений.

*Профилактическое направление* включает в себя выполнение санитарно-гигиенического режима, проведение обследования по

скрининг-программе и выявление патологий, предупреждение острых заболеваний и невротических состояний методами неспецифической профилактики, проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

*Организационное направление* предполагает организацию здоровьесберегающей среды в ДОО, определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики, составление индивидуальных планов оздоровления, изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик, систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров, пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

В рамках деятельности ДОО по здоровьесбережению детей инструктором по физкультуре разработана своя концептуальная модель деятельности.

На повышение двигательного статуса детей оказывает большое влияние двигательный режим. Вся физкультурно-оздо-

ровительная работа в детском саду строится с учетом его структуры. Его организованной формой служат физкультурные занятия. При проведении занятий инструктор по физкультуре использует как традиционные, так и нетрадиционные формы: сюжетные, тренировочные, контрольные, комплексные, игры-эстафеты, на спортивных тренажерах и др. Кроме того, он применяет авторские разработки занятий, построенные на основе положений и принципов программы Н.Н. Ефименко «Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». Процесс обучения на занятиях носит дифференцированный, вариативный характер. Используется принцип чередования активной деятельности с упражнениями на дыхание, релаксацию.

Поднимающие настроение и мышечный тонус утренняя гимнастика, физкультминутки, бодрящая гимнастика после дневного сна в сочетании с закаливающими процедурами стали естественными и необходимыми в нашем детском саду.

Мы разработали систему оздоровительной работы по следующим направлениям:

— использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОО;

- психологическое сопровождение развития;
- разнообразные виды организации режима двигательной активности ребенка;
- система работы с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни;
- организация питания;
- оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение.

Много положительных эмоций дети получают в ходе спортивных праздников и досугов. Традиционно проводится каникулярная неделя, на которой дошкольники принимают участие в «Веселых стартах» и других мероприятиях, показывая уровень своего физического развития, получают эмоциональный заряд от своих достижений. Особенно детям нравится, когда в праздниках активное участие принимают мамы и папы. Такие праздники носят название «Семейные старты», «Папа, мама, я — спортивная семья».

Все эти формы взаимодействия с детьми позволяют выработать разумное отношение детей к своему организму, привить необходимые культурно-гигиенические навыки, наилучшим образом приспособить ребенка к постоянно изменяющимся условиям окружающей среды.

В нашем детском саду работает логопункт. В нем родители могут получить квалифицированную консультацию опытных специалистов.

### Литература

1. Антонов Ю.Е. Здоровый дошкольник. Оздоровительные технологии XXI века. М., 2001.

2. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста. М., 2003.

3. Давыдова О.И., Богославец Л.Г., Майер А.А. Работа с родителями в детском саду. М., 2006.

4. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. М., 2002.

5. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду / Под ред. Т.С. Яковлевой. М., 2006.

6. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века / Авт.-сост. Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова, Т.Ф. Саулина. М., 2001.

7. Каштанова Г.В., Мамаева Е.Г. Медицинский контроль за физическим развитием дошкольников и младших школьников. М., 2006.

8. Каштанова Г.В. Организация оздоровительного центра в образовательном учреждении: Практик. пособие. М., 2002.

9. Коровина Л.М. Совершенствование двигательных навыков у детей в упражнениях и играх с использованием элементов соревнования и творческих заданий / Под ред.

А.В. Кенеман, М.Ю. Кистяковой, Т.И. Осокиной. М., 1999.

10. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. М., 2002.

11. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005.

12. Покровский Е.А. Детские игры, преимущественно русские. СПб., 1994.

13. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5—7 лет. М., 2002.

14. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста. М., 2004.

15. Рукова М. Особенности организации занятий по физкультуре // Дошкольное воспитание. 2002. № 9.

16. Сивачева Л. Спортивные игры с нестандартным оборудованием // Обруч. 2001. № 4.

17. Современные программы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста / Сост. С.С. Бычкова. М., 2002.

18. Физическое воспитание и развитие дошкольников: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / Под ред. С.О. Филипповой. М., 2007.

19. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М., 2000.

# Развитие внимания в процессе двигательной деятельности у старших дошкольников

Христюк В.П.,

педагог-психолог МБДОУ д/с № 31, г. Апатиты Мурманской обл.

**Аннотация.** Статья посвящена проблеме развития внимания у детей старшего дошкольного возраста в процессе двигательной деятельности. В представленном конспекте физкультурного занятия сюжетом предусмотрены этюд-имитация, разнообразные подвижные игры на внимание, передачу настроения и др.

**Ключевые слова.** Внимание, двигательная деятельность, старшие дошкольники.

Представляем физкультурное занятие для воспитанников средней группы на развитие внимания.

*Задачи:*

- развивать внимание в процессе двигательной активности;
- снимать эмоциональное и мышечное напряжение;
- корректировать негативные поведенческие реакции.

**Педагог.** Здравствуйте, как я рада всех вас видеть! Посмотрите, какая чудесная у меня игрушка «Нежданка». Она не простая, а волшебная. Когда вы даете ее кому-то, то передаете ваши тепло и доброту.

Дети передают игрушку по кругу, здороваются друг с другом и говорят комплименты.

Молодцы, ребята! Вы поздоровались друг с другом, значит, пожелали здоровья.

Педагог проводит беседу о том, как важно быть внимательным. Приводит примеры разных видов внимания: распределенного (при переходе улицы), устойчивого (на занятиях), сосредоточенного (в игре).

## Этюд-имитация «Три медведя»

Жили-были три медведя,  
Три медведя во бору,  
Выходили на зарядку  
Три медведя поутру.  
Малыш — маленький Мишка,  
Ушастенький Топтыжка.

Дети идут семенящим шагом на носочках.

Шла в розовой панамочке  
Купать Топтыжку мамочка.

Идут, делая мягкие шаги и кокетливые движения руками.

И важно, молодец,  
Шел сзади отец.

Делают вращательные движения.

Все дружно прыгнули в воду (*слегка наклоняются вперед и имитируют технику плавания*). Вышли медведи из воды, отряхиваются (*трясут головой, телом*). Топтыжке весело, он прыгает (*прыгают*). Мама пританцовывает (*делают танцевальные движения*). Папа, хоть и тяжелый, тоже пляшет (*прыгают с ноги на ногу, тяжело переваливаясь*).

### Игры на развитие внимания

#### Игра «Съедобное — несъедобное»

Водящий бросает мяч, называя предмет. Дети должны ловить мяч только в том случае, если предмет съедобный.

#### «Добрый друг»

Дети под музыку шагают по кругу, когда музыка смолкает, взрослый вручает мячик одному из детей, и тот, называя по имени своего друга, говорит о его добрых делах и поступках. Затем все дети хором произносят:

Встаньте, дети! Встаньте в круг!

Встаньте в круг!  
Встаньте в круг!  
Я твой друг, и ты мой друг,  
Добрый верный друг!

#### «Флажки»

Когда ведущий поднимает красный флажок, дети должны подпрыгнуть, когда зеленый — хлопнуть в ладоши, когда синий — шагать на месте.

#### «Море волнуется»

Играющие сидят на стульях, поставленных по кругу. Каждому игроку присваивается название какого-либо предмета из корабельной обстановки. Затем рассказывают о плавании на корабле, называя предметы, необходимые для морского плавания. Вызванные игроки встают, выстраиваются друг за другом. Затем следует команда: «Море волнуется!». Игроки имитируют волны. По команде «Море, утихни!» все стремятся вернуться в круг и сесть на стулья. Оставшийся без стула становится капитаном.

#### «Повторяй за мной»

Под любую считалочку дети ритмично выполняют простые движения, например: хлопают в ладоши, по коленям, топают ногами, кивают головой. Дети повторяют движения. Неожиданно движения меняются, и тот, кто вовремя не заметил этого движения, выбывает из игры.



### Комплекс упражнений «На берегу моря»

Дети выполняют упражнения на напряжение и расслабление мышц рук, ног, туловища, шеи, лица.

#### Упражнение «Встали в круг»

Педагог. Обнимаем себя за плечи и говорим: «Я храбрый, смелый, я люблю себя и никого не боюсь!» Взяли друг друга за руки: «Мы вместе! Мы любим друг друга. Мы смелые! Мы не боимся!» Закрыли глаза. Чувствуем руки

свои и товарищей, которые держим в своих руках. Тепло передается друг от друга и согревает нас. Произносим: «Мне тепло от тепла моего друга! Мне хорошо от этого!» А теперь открываем глаза, смотрим друг на друга и говорим: «Спасибо, что ты подарил мне свое тепло!»

#### Игра на релаксацию «Передай настроение»

Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.

## Технология развития памяти у дошкольников в двигательной деятельности

Головлева Т.Н.

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

---

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема внедрения в непосредственную образовательную деятельность по физическому развитию технологии развития памяти — эйдетики. Описываются ее сущность, возможности, приемы и варианты использования.

**Ключевые слова.** Инновационные технологии, эйдетизм, развитие памяти.

---

**В** настоящее время педагоги интенсивно внедряют в работу инновационные технологии.

Основная сложность заключается в выборе такой из них, которая оптимально способ-



ствовала бы развитию личности ребенка.

Современное образование предлагает широкий спектр инновационных технологий развития детей. В их числе — эйдети́зм (от греч. «эйдос» — образ). Это методика обучения и запоминания информации, развивающая способность мыслить образами, способствующая развитию воображения [4].

В Большой советской энциклопедии эйдети́зм определяется как разновидность образной памяти, выраженная в сохранении ярких, наглядных образов предметов по прекращении их воздействия на органы чувств. Обладающий эйдети́змом человек не воспроизводит в памяти воспринимавшиеся им предметы, а как бы продолжает видеть их.

Л.С. Выготский описывает эйдети́зм как особый картинный характер памяти преимущественно на зрительные впечатления, позволяющий удерживать и воспроизводить чрезвычайно живой образ воспринятого ранее предмета, по своей наглядности и детальности почти не уступающий образу восприятия. В той или иной форме и степени он присущ каждому человеку, особенно в детском и подростковом возрасте, но в яркой форме встречается довольно редко [1]. Одно из первых описаний эйдетики дал русский ис-

следователь В. Урбанчич (1907). Фундаментальные исследования эйдети́зма были выполнены в 20-е гг. XX в. немецким психологом Э. Йеншем и его учениками [2].

Таким образом, эти исследования дают возможность говорить об эйдети́зме как о всеобщей ступени в развитии памяти.

Методика обучения развитию образной памяти очень заинтересовала педагогов и воспитанников нашего сада. Мы задались вопросом: каким образом ее можно использовать на занятиях по физической культуре?

Наши специалисты частично используют приемы этой методики, например, давая названия упражнениям. Так, выполняя повороты вправо-влево из исходного положения ноги вместе, руки на поясе, мы говорим: «Матрешка» — и дети без труда вспоминают способ выполнения упражнения. Или, делая наклон корпуса вперед и касаясь носка ноги противоположной рукой с последующей сменой рук, мы говорим: «Мельница». Таким образом активизируется память, создается определенная ассоциация.

С целью развития двигательной и слуховой памяти мы разработали серию мультимедийных пособий. Каждый слайд выполняет роль подсказки. Самым наглядным стало пособие

«В гостях у сказки» для детей 3—5 лет. На тематической неделе, посвященной сказкам, в группе дошкольники познакомились с ними и их героями. На занятиях по физической культуре персонажи сказок появлялись на экране монитора под музыку из экранизации произведения или одноименного мультфильма. Дети выполняли разминку, упражнения и играли, связывая образ героя с движениями. Например, убежали как три поросенка от волка, ходили, высоко поднимая колени, как крокодил из сказки «Мойдодыр», выполняли наклоны, чтобы вытащить застрявшего в норе Кролика Винни-Пуха, и выполняли гимнастику для кистей рук, чтобы не замерзнуть у Снежной королевы.

На утренней гимнастике звучала только музыка, которая использовалась на занятиях без сопровождения видеоряда. И дети без труда по первым звукам музыки называли сказку, героя и автора произведения. Мы убедились, что методика действительно работает.

Мы создали пособие по ознакомлению дошкольников с видами спортивного оборудования. Работу осуществляли в течение Недели спорта. На первом этапе проводилась игра «Найди и покажи»: по увиденному на слайде изображению дети находили оборудование (кольца, обручи, гимнастические палки и т.д.) в зале

или группе. На втором этапе воспитанники играли в игру «Что на что похоже?», создавая ассоциативный ряд к каждому из спортивных предметов (20 наименований). Так, обруч был рулем, скакалка — змеей, изображение отвесной скалы соответствовало шведской стенке, а салют обозначал султанчики. Дети с первой же попытки без подсказок и ошибок воспроизвели весь ряд по разным картинкам.

Далее мы сочинили сказочную историю про домового Обруча, который пользовался только спортивными вещами. Она приведена ниже.

### **Сказка про домового Обруча**

**(авторы – воспитанники  
старшей группы)**

В одном странном-престранном городе, в Странном переулке стоял не менее странный дом, в котором был заброшенный и странный спортивный зал. В него давно никто не ходил, что тоже было очень странно... Но каждый вечер там загорался свет, а утром его кто-то гасил...

Оказалось, что там жил один очень маленький странный человечек по прозвищу *Обруч*. Это был домовый-хранитель зала, который никого не пускал к себе. Пользовался он в домашнем обиходе только спортивным оборудованием.

Так, шторы были натянуты на обычную скакалку, дверь он подпирал гантелями, а из обыкновенного мяча он сделал абажур для лампочки. Гиря нужна была для того, чтобы бороться с назойливыми комарами и мухами.

Штангу Обруч использовал вместо утюга, и он гладил ею одежду, которую хранил в сложенных в углу палках-каталках (авторское нетрадиционное спортивное оборудование. — Прим. авт.). А в праздники он сам для себя устраивал салют из султанчиков. Мягкие валики служили подушками, а на шведской стенке он вывешивал свой единственный парадный костюм и мечтал, что когда-нибудь в его почтовом ящике появится приглашение в гости.

Обруч представлял, как повяжет на шею красивую ленту, возьмет флажки и на огромном парашюте спустится к калитке по адресу, написанному в приглашении, пройдет по дорожке и увидит, как друзья собрались на лужайке и радостно встречают его. Потом они все вместе возьмут кубики и построят настоящий дом, с печкой и трубой, из которой разноцветными кольцами будет валить дым. Каждое утро Обруч будет тренировать свое дыхание на тренажере, чтобы однажды позвать к себе друзей громким возгласом: «Я вас жду к себе в гости!» — а

соседские кошки от такого крика выгнут спины дугой и разбегутся кто куда. А потом с друзьями он будет играть в игру «Двенадцать палочек».

Так мечтал маленький Обруч в пустом зале...

После того как все названия спортивного оборудования были связаны в одну историю, дети без наглядной опоры и помощи взрослого безошибочно смогли назвать 20 предметов по теме. Но самое удивительное, что по прошествии времени на спортивном празднике в интеллектуальной эстафете воспитанники группы, в которой проводилась целенаправленная работа по методике развития памяти, обыграли команду соперников, с которыми такая работа не осуществлялась (дети узнавали названия и предназначение спортивного оборудования в обычном режиме), со счетом 7:13.

## Литература

1. Выготский Л.С. Эйдетика // Основные течения современной психологии: Сб. ст. М.; Л., 1930.
2. Лурия А.Р. Маленькая книжка о большой памяти. М., 1968.
3. Haber R.N., Hershenson M. The psychology of visual perception. N.Y., 1973.
4. <http://enc-dic.com/modern/Jedetizm-ot-grech--eidos---obraz-65099.html>.

# КАК РАЗВИТЬ РЕБЁНКА?



Ответ на этот вопрос вы найдете в новой серии книг для родителей и воспитателей издательства «ТЦ Сфера»



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

**Издательство «ТЦ СФЕРА»**

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

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

**E-mail:** sfera@tc-sfera.ru. **Сайты:** www.tc-sfera.ru, www.sfera-podpiska.ru

**Интернет-магазин:** www.sfera-book.ru



# Игровое занятие по физическому развитию «Приключения зайчат» Для младших дошкольников

**Берденгалиева Е.Н.,**

*воспитатель МКОУ «Валуевская средняя школа»,  
с. Валуевка Старополтавского р-на Волгоградской обл.*

---

**Аннотация.** В статье представлен сценарий игрового физкультурного занятия для младших дошкольников. Его сюжет предусматривает выполнение различных видов основных движений. Дети упражняются в ходьбе, беге, прыжках.

**Ключевые слова.** Младшие дошкольники, физкультурное занятие, ходьба, бег, прыжки.

---

*Цель:* развитие двигательной активности.

*Задачи:*

- учить действовать по сигналу воспитателя;
- развивать воображение, координацию движений, быстроту, ловкость;
- упражнять в прыжках с места, в ходьбе по гимнастической скамейке и кочкам;
- формировать сплоченность детского коллектива.

*Оборудование:* гимнастическая скамейка, объемный макет «кочки», плоскостной макет «ручей», морковки, вырезанные из цветного картона (в 2—3 раза больше, чем количество детей), корзинка, большой зонт, аудио-запись спокойной музыки, песни «Зайки танцевали» (муз. и сл. А. Чугайкиной).

\* \* \*

Дети входят в зал, здороваются с инструктором.





Вот тут мостик на пути,  
Осторожно нужно по нему  
идти.

Дети идут по гимнастической  
скамейке с поддержкой инструктора.

Молодцы! Продолжаем путь!

Дети строятся за инструктором,  
маршируют.

Мы — веселые зайчата,  
Очень любим мы морковь!  
В поле мы сейчас пойдём  
И моркови наберём!

Подходят к «болоту» с «кочка-  
ми» (объемному макету).

Смотрите, болото впереди!  
По кочкам нужно нам пройти.

Дети идут по «кочкам», подходят  
к инструктору.

Вот и все! Мы пришли на по-  
ле, где растет сладкая морковь.

Инструктор раскладывает мор-  
ковки по полу.

## Игра «Раз, два, три — морковки собери!»

Дети по сигналу начинают  
собирать морковки, несут ее  
инструктору, он складывает в  
корзину. Педагог хвалит воспи-  
танников, особенно тех, кто со-  
брал больше других. Игра повто-  
ряется 2—3 раза.

**И н с т р у к т о р.** Молодцы,  
зайчата! Теперь можете поиграть  
и на травке поскакать.

Дети разбегаются по залу, рез-  
вятся.

## Подвижная игра «Солнышко и дождик»

Дождевая туча по небу плывет,  
Холодным дождем сейчас  
вас польет!

Инструктор раскрывает большой  
зонт.

Чтоб не намочнуть  
под дождем,  
Собирайтесь под зонтом!

Дети бегут под зонт.

Дождь прошел и солнце  
светит!

Инструктор закрывает зонт.

Слышно, музыка играет,  
Зайчат на танец приглашает!

Звучит песенка «Зайки танцева-  
ли». Дети расходятся по залу, танцу-  
ют. Выполняют движения по показу  
инструктора в соответствии со сло-  
вами песенки.





вает свои социальные функции и тем самым готовится к следующему этапу жизни.

Игра предопределяет развитие ребенка, формирует его способности и личные качества. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования направлен на «реализацию Программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры» [1].

Прогулка — один из важнейших режимных моментов, во время которого дети играют, двигаются, познают себя, других и окружающий мир. Задача педагога — создать комфортные условия, благоприятную атмосферу на прогулке и стать связующим звеном в цепи «ребенок — игра», обогащая игровой опыт детей.

*Цель применения игровых технологий:* обогащение игрового опыта детей раннего возраста на прогулке.

*Задачи:*

- учить управлять собой, своим поведением, соблюдая правила игры;
- развивать эмоциональную отзывчивость, игровые навыки, познавательную активность, творческие способности, образное мышление;
- укреплять физическое и психическое здоровье;
- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу;

— создавать условия для игр на прогулке при взаимодействии детей, педагогов и родителей.

Игровые технологии состоят из отдельных игр и игровых элементов, включающих обширную группу методов и приемов организации педагогического процесса. В работе с детьми в течение всей прогулки мы постоянно их используем, что стимулирует интерес детей к действиям и деятельности, будит их воображение, активизирует творческие проявления, побуждает к сопереживанию, заставляет думать, анализировать, сравнивать и обобщать, двигаться. Малышам импонирует эмоциональная вовлеченность в игру взрослого, им передается его эмоциональный настрой, обостряется восприятие, сосредоточивается внимание.

Дети учатся понимать игровые правила и подчиняться им, действовать в воображаемой ситуации, начинают управлять собственными движениями.

*Методы и приемы* использования игровых технологий на прогулке:

- поощрение словом;
- показ, личный пример, зрительный образ;
- сюрпризный и сюжетный моменты;
- использование художественного слова, звукоподражания;
- игровая мотивация;

- вызов эмоций, имитация движений;
- выразительность, интонация речи;
- повтор, напоминание, подсказка, обобщение;
- диалогическая беседа;
- активизация воображения, побуждение;
- моделирование проблемной ситуации, поиска, результата.

Приведем примеры игр для детей раннего возраста, используемых на прогулке в разное время года.

Осенью повторяем с детьми знакомые стихи А. Барто («Самолет», «Лошадка») и обыгрываем их, выполняя имитационные движения, подражая знакомому персонажу. Используем подвижные игры с ориентиром на зрительный образ, например, «Пойдем в гости к мишке». Малыши вместе со взрослым произносят: «Мишка, выходи!», пляшут с персонажем, ходят по узкой дорожке.

Устраиваем игры-перебежки: «Побежали к зайке, а теперь назад, ко мне».

Это позволяет успокоить перевозбудившихся детей, чтобы снова включить их в игру. Используем в работе игры, в ходе которых дети учатся играть, не мешая друг другу (например: «Собери шарики»).

Обыгрывание потешек — незаменимый помощник педагога. Оно помогает установить контакт с ребенком, вызвать у него

положительные эмоции, симпатию к воспитателю. Например: «Кто у нас хороший?», «Петушок, петушок».

Особое внимание мы уделяем играм в парах с использованием фольклорного жанра. Такие игры способствуют становлению субъектного эмоционально положительного отношения к сверстникам, формированию потребности в общении, развитию согласованности движений. Например, игры «Радуга-дуга», «Солнышко-ведрышко».

### Игра-заключичка «Радуга-дуга»

*Цель:* формировать умения действовать согласованно в паре, вызывать положительные эмоции.

\* \* \*

Радуга-дуга,  
Не давай дождя,

Дети стоят парами, взявшись за руки, раскачиваются.

Давай солнышко,  
Колоколнышко! [8]

Прыгают на двух ногах, хлопают в ладоши.

Игра повторяется несколько раз, воспитатель хвалит детей.

Совместные игры-ситуации с несколькими партнерами помогают детям пережить чувство общности, формируют умение вступать в эмоционально-практическое взаимодействие с груп-



пой сверстников. Рассмотрим пример таких игр.

### Сюжетная игра-ситуация «Поможем Зайке перейти дорогу»

*Цели:* формирование представлений о пешеходном переходе, правилах поведения на дороге, развитие речевой активности.

\* \* \*

Воспитатель предлагает детям покататься на машине в «зоне пешеходного перехода». Затем показывает игрушку зайку.

Воспитатель. Зайка спешит к маме, но не знает, как перейти дорогу, ведь едут машины. Как помочь Зайке? Где можно переходить дорогу?

Дети отвечают.

Давайте покажем Зайке пешеходный переход и перейдем вместе с ним дорогу.

Человек шагает смело  
По полоскам черно-белым.

Зайка благодарит детей и убегает. Воспитатель хвалит их и предлагает походить по «пешеходному переходу».

Детям очень нравится играть с осенними листочками, шишками в такие игры, как «Листопад», «Поймай листок», «Сдуй листок с ладошки», «Собери букет», «Собери шишки».

### Подвижная игра «Листопад»

*Цель:* формирование представлений о цвете, величине осенних листьев, листопаде.

\* \* \*

Дети берут много осенних листьев.

Воспитатель

Листопад, листопад,  
Листья желтые летят.

Дети бросают листочки и приседают. Воспитатель хвалит детей. Игра продолжается.

В создании благоприятных условий для формирования у детей заботливого отношения к птицам, желания кормить их помогут такие игры, как сюжетная игра-ситуация «У кормушки».

### Сюжетная игра-ситуация «У кормушки»

*Цель:* воспитание заботливого отношения к птицам.

\* \* \*

Воспитатель показывает детям игрушечную птичку.

**В о с п и т а т е л ь.** Птичка очень грустная, так как хочет поесть. Как ей помочь?

Дети отвечают.

Воспитатель обращает внимание на кормушку. Дети кладут корм, кормят игрушечную птичку. Та благодарит детей и улетает, но обещает вернуться со своими подружками. Воспитатель читает стихотворение и предлагает детям показать, как клевала птичка хлебные крошки.

На прогулку мы ходили,  
Птичкам семечки носили.  
Птички ждут нас каждый раз,  
Птички очень любят нас.

*Е. Груданов [12]*

Встреча Нового года всегда радостное событие, полное хлопот. Игра-путешествие «В гости к Елочке» подготавливает детей к этому празднику.

### **Игра-путешествие «В гости к елочке»**

*Цели:* формирование элементарных представлений о елочке, воображения, активной речи, эмоциональной отзывчивости.

\*\*\*

В группе дети и воспитатель изготавливают новогодние украшения для елочки и сочиняют сказку.

**В о с п и т а т е л ь.** Жила-была елочка, приближался праздник — Новый год, но у нее не было нарядного платья. Сейчас мы пой-



дем на прогулку и отправимся в гости к елочке, украсим ее.

Елочка благодарит детей за красивый наряд. Приглашает в хоровод.

Зима — замечательное время для прогулок и игр на свежем воздухе. В зимний период постройки из снега позволяют создать неповторимую предметно-пространственную развивающую среду на участке детского сада, способствующую укреплению здоровья, развитию эмоциональной отзывчивости. Мы стараемся, чтобы дети получили радость от зимы. Сначала сгребаем снег в кучи, дети помогают в меру своих возможностей: носят снег в лопатках. Придаем сугробам различную форму — «скульптуры» начинают «оживать». Затем «принаряжаем» «снежных гостей». Используем крышки пластиковых бутылок, одноразовые тарелки, шишки и другой бросовый материал.

Малыши радуются «снежным гостям» и с удовольствием с ними играют. Дети катаются на ледянках с горки, по тропинке-лабиринту отправляются в гости к Колобку и медведю. Вместе обыгрывают снежные фигуры при помощи подвижных, народных игр с речевым сопровождением.

### **Русская народная игра «Журочка и цыплята»**

*Цели:* формирование у детей умения согласованно выполнять движения, эмоциональной от-

зывчивости, доброжелательного отношения к сверстникам.

\* \* \*

Дети и воспитатель ходят по кругу, взявшись за руки вокруг снежной фигуры — «курицы». Воспитатель произносит стихи и показывает детям движения.

Желтые цыплятушки,

Дети ходят по кругу.

Пошли по двору гулять,  
Себе зернышки искать.  
Себе зернышки искать,

Приседают, берут снег.

Чтобы маме показать.  
— Мама! Мама! Посмотри!  
Пи-пи-пи! Пи-пи-пи!

Встают, подходят к «курице» и показывают снег на varejках [11].

Игру повторяют 2—3 раза, отмечая положительный настрой детей: «Все цыплятушки молодцы, зернышки нашли и маме принесли, играли хорошо».

Дети очень любят зиму, каждый день она готовит новое открытие. Это время года дает большие возможности для игр и творчества, но яркие и положительные впечатления малышей во многом зависят от взрослых. Поддерживая стремления детей к творчеству, мы обыгрываем ситуацию, эмоционально комментируя, используя художественное слово.

Пример стихотворения для игр приведен ниже.

Мы снежную бабу слепили  
на славу.  
На славу, на славу, себе  
на забаву.  
На нас она черными смотрит  
глазами,  
Как будто смеется двумя  
угольками.  
*А. Бродский [10]*

Такие приемы позволяют заинтересовать детей, дольше удерживать их внимание, создавать необходимые эмоции, настрой и положительный мотив творческой деятельности. Отметим игры с элементами продуктивной деятельности, например: «Снеговик», «Украсть печку», «Красивая шубка для кота Васьки».

Интересны самостоятельные игры детей со снегом («Построю дом для Белочки», «Пирожное для Зайки», «Куличики», «Расчищу дорожку для куклы Кати» и др.). Воспитанники самостоятельно могут организовать игру «Едем на машине», «покупаться» в снегу.

Весной, когда просыпается природа, хорошо проводить хороводные игры.

### **Хороводная игра «Ай да березка!»**

(исполняется под песню «Ай да березка!» муз. Т. Попатенко, сл. Ж. Агаджановой)

Мы вокруг березки

Воспитатель и дети поют, стоя вокруг березки, взявшись за руки.

Встанем в хоровод.  
Радостно и звонко  
Каждый запоем.

*Припев.*

Ай да березка,  
Взявшись за руки, идут по кругу.

Белый ствол!  
Зеленей, зеленей  
Ты листвою.  
К вечеру мы дружно

Поют, стоя в кругу, слегка пома-  
хивая руками, приседают.

Скажем ей: «Прощай!»  
Ты без нас, березка,  
В поле не скучай.

*Припев.*

Взявшись за руки, идут по кругу [9].  
Воспитатель хвалит детей, они машут березке.

Весна — время уборки и высадки рассады в клумбы. Можно организовать на прогулке с детьми игры с элементами труда.

### **Сюжетная игра-ситуация с элементами труда «В гости Маша к нам пришла»**

В гости Маша к нам пришла  
И цветочки принесла.  
Мы цветы сажали,  
Землю украшали.

*Цели:* формирование простейших практических навыков посадки цветов на клумбу, интереса к труду, эмоциональной отзывчивости.



\* \* \*

Воспитатель показывает детям куклу Машу из бросового материала и говорит: «В гости Маша к нам пришла и цветочки принесла».

Дети рассматривают цветы, любуются куклой Машей. Она предлагает посадить цветы на клумбу, чтобы все лето любоваться ими. Воспитатель берет цветы и просит детей помочь. Педагог и ребенок трудятся совместно, остальные дети наблюдают.

Воспитатель хвалит детей и предлагает поводить хоровод. Дети

встают в круг, кукла Маша — в центре.

Воспитатель

В гости Маша к нам пришла

Дети идут по кругу.

И цветочки принесла.

Мы цветы сажали,

Приседают.

Землю украшали.

Встают и разводят руки в стороны.

Дети благодарят Машу, воспитатель хвалит их.

Малышам нравится поливать растения и любоваться красивы-





ми цветами, разговаривать с куколкой Машей.

В летний период в играх на прогулке используется экспериментирование с песком и водой, бросовым и природным материалом. Отметим игры с водой: «Водопад», «Волны», «Лейся, лейся», «Водичка течет», «Дождик», «Лодочка и ветерок», «Тонет — не тонет», «Кораблики», «Достань сокровища».

Пускание мыльных пузырей — незатейливая детская забава. Конечно, лучше всего эта затея подходит для прогулок на свежем воздухе: ветерок помогает выдувать и отправлять в путешествие разноцветные шарики.

Дети очень любят играть с мыльными пузырями, например: в игре «Поймай пузырь» одни надувают пузыри, а другие их ловят.

Летом дети много играют самостоятельно, следует отметить такие игры, как «Напоим цветок» (с элементами труда), «Едем на машине», дети катаются на самокатах, играют с мячом.

Мы привлекаем старших дошкольников к играм с детьми раннего возраста. Малыши с удовольствием играют в подвижные и народные игры, такие как «Солнышко и дождик», «Как у дедушки Егора...».



### Подвижная игра «Солнышко и дождик»

*Цель:* развитие умения управлять своим поведением.

\* \* \*

Дети выбирают водящего — «дождика». Вместе с ним они ходят по кругу, взявшись за руки, и произносят слова вместе с воспитателем:

Солнышко, солнышко,  
Посвети немножко!  
Выйдут детки погулять —  
Станут бегать и играть [8].

Дети останавливаются, раскачивают руками.

Дождик, дождик, пуще,  
Будет травка гуще.  
Кто под дождик попадет,  
Тот сейчас домой пойдет [8].

«Дождик» догоняет детей. Воспитатель раскрывает зонт, игроки прячутся под ним. Воспитатель хвалит детей, говорит, что дождик прошел, снова выглянуло солнышко.

### Русская народная игра «Как у дедушки Егора...»

*Цели:* формирование радостных эмоций, доброжелательного отношения к взрослым и сверстникам.

\* \* \*

Игра сопровождается словами.

Как у дедушки Егора  
Было семеро детей.  
Они не пили, не ели,

Все на дедушку глядели,  
Разом делали вот так [13].

Дети, взявшись за руки, идут по кругу. В кругу стоит ребенок — «дедушка». На слова: «Разом делали вот так» — «дедушка» показывает движения, дети повторяют за ним. Воспитатель хвалит малышей, игра повторяется с другим «дедушкой».

Также мы проводим работу с родителями, которая предполагает:

- ♦ педагогическое просвещение родителей:
  - консультацию на тему «Играйте вместе с детьми»;
  - беседу на тему «Игры детей раннего возраста на прогулке»;



♦ включение родителей в деятельность группы:

- изготовление атрибутов и обогащение предметно-развивающей среды на участке ДОО (оформление прогулочной веранды по временам года, центров развития детей на участке);
- помощь в уборке снега, листья на участке;
- изготовление совместно с детьми кормушек для птиц, снежных фигур;
- участие в акциях «Осенний субботник», «Сделаем наш детский сад самым красивым»;
- совместные игры родителей с детьми на свежем воздухе.

Результативность применения игровых технологий на прогулке:

- обогащается игровой опыт детей раннего возраста;
- ребенок эмоционально откликается на игру, предложенную педагогом;
- взаимодействие ребенка со взрослыми и сверстниками способствует накоплению опыта доброжелательных отношений;
- играя на прогулке, ребенок развивает познавательную активность, творческие способности, укрепляет здоровье;
- объединение детского сада и семьи играет большую роль в формировании игровых навыков и умений ребенка.

Взаимодействие педагога и детей в игре на прогулке — эффективный способ приобретения ребенком социального опыта доброжелательного общения, проявления нравственных качеств и чувств.

В ходе игр на прогулке дети укрепляют физическое и психическое здоровье, учатся управлять собой, соблюдая правила игры, развивают эмоциональную отзывчивость, игровые навыки, познавательную активность, творческие способности. Объединение усилий детского сада и семьи для развития личности ребенка в игре на прогулке создает условия для участия родителей в образовательной деятельности.

### Литература

1. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
2. *Белая К.Ю.* Формирование основ безопасности дошкольников. Для занятий с детьми 2—7 лет. М., 2015.
3. *Гербова В.В.* Развитие речи в детском саду. Вторая группа раннего возраста. М., 2014.
4. *Губанова Н.Ф.* Развитие игровой деятельности. Первая младшая группа. М., 2014.
5. Ребенок третьего года жизни: Пособие для родителей и педагогов / Под ред. С.Н. Теплюк. М., 2014.

6. Соломенникова О.А. Ознакомление с природой в детском саду. 1-я младшая группа. М., 2014.

7. Теплюк С.Н. Игры-занятия на прогулке с малышами. Для работы с детьми 2—4 лет. М., 2014.

8. Заклички для детей // <http://uchthat-v-skole.ru/biblioteka/zaklichki/262-dly1>

9. Ай да березка! // <http://pesenok.ru/18/Tema-Derevyu-Bereza/tekst-pesni-Ay-da-berezka-instrum>.

10. Стихи про снеговика для детей // [http://narodstory.net/stihi\\_pro\\_snegovika.php](http://narodstory.net/stihi_pro_snegovika.php).

11. Игры для детей раннего возраста // <http://dob.1september.ru/article.php?ID=200100204>.

12. Организация наблюдений в группе и на прогулке // <https://megaleksii.ru/s162165t5.html>.

13. Фольклорный праздник // <http://86gmz-sov.edusite.ru/DswMedia/otkzanyatieposidelkiyanvar-.pdf>.

## Занятие на развитие мелкой моторики «Волшебный листок» В средней группе

**Филичкина И.А.,**

*инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 28,  
г. Майкоп Краснодарского края*

---

**Аннотация.** В статье представлен конспект физкультурного занятия для детей средней группы с нетрадиционным оборудованием. Сюжетом занятия предусмотрено выполнение детьми разнообразных упражнений и заданий с использованием листа бумаги. В ходе занятия дети знакомятся со свойствами последней, у детей развиваются мелкая моторика, воображение, сообразительность, доброжелательность.

**Ключевые слова.** Физкультурное занятие, средняя группа, мелкая моторика.

---

Предлагаем физкультурное занятие в средней группе с использованием нетрадиционного оборудования, направленное на развитие мелкой моторики. Уме-

ние выполнять различные виды движений.

*Задачи:*

— учить, играя, выполнять различные виды движений;

- знакомить со свойствами бумаги;
- развивать мелкую моторику, воображение, сообразительность;
- закреплять навыки работы по аппликации;
- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу и желание дружно играть.

*Оборудование:* половина листа желтой и оранжевой бумаги, контурное изображение дерева, клей, корзина для бумаги.

*Предварительная работа:* наблюдение за осенними изменениями в природе; беседы об осени; заучивание стихов на осеннюю тематику, аудиозапись музыки, аудиопроигрыватель.

\* \* \*

Под музыку дети в физкультурной форме и воспитатель входят в зал, где их встречает инструктор.

Инструктор показывает детям листы бумаги.

**Инструктор.** Что это? Какого цвета?

Дети отвечают.

Для чего нужна бумага?

Дети отвечают.

Давайте сегодня поиграем с листочком бумаги и узнаем, что он может превращаться в разные предметы. Повернитесь друг за другом, возьмите листок подмышку. Шагом марш!

Дети шагают с листком.

На что сейчас похож листок?

Дети высказывают предположения.

Ой, ребята! Припекает солнце, накроем головы.

Дети идут, держа листок на голове, а потом медленно убирают руки и идут осторожно, стараясь его не уронить.

А сейчас во что превратился листок?

**Дети.** В панамку, бейсболку, кепку, шляпу.

**Инструктор.** Появилась тучка, пошел дождь. Убежим от него!

Дети бегают, подняв над головой лист бумаги.

Наконец-то дождь кончился, но сколько луж он нам оставил! Чтобы перебраться через них, мы из наших волшебных листов построим мостик и сделаем камешки.

Дети из желтой бумаги делают мост, а из оранжевой — камешки. Идут по «мосту», сохраняя равновесие, перепрыгивают с «камешка» на «камешек».

Ох, устали ребяташки,  
Прыгали без передышки.

А теперь давайте поиграем в снежки. Мы сможем осенью играть в снежки?

**Дети.** Нет.

Инструктор. А волшебный листок поможет нам в этом. Давайте сделаем из него шарик.

Дети комкают лист бумаги.

А теперь, ребята, мы разделимся на две команды и будем бросать друг в друга наши волшебные снежки. Только, чур, за своим шариком не бежать, ни у кого его не отнимать, а поднимать и бросать те, которые прилетят к вам.

Дети бросают друг в друга «снежки», поднимая их с пола.

Ребята, разгладьте листы бумаги.

Дети выполняют задание.

Посмотрите, что я делаю.

Инструктор рвет листок.

Порвите их на мелкие кусочки.

Дети выполняют задание.

А теперь мы устроим листопад.

Дети подбрасывают клочки бумаги и дуют на них.

Надо собрать волшебные листы в корзинку.

Дети ползают, нагибаются, собирая обрывки бумаги.

А ведь, правда, жаль выбрасывать такую красоту?

Дети отвечают.

Посмотрите, стоит совсем голое деревце, ветер сорвал с него листья. Давайте вернем ему их. Возьмите кусочки бумаги и наклейте их на дерево.

Дети выполняют задание.

У нас получилось красивое осеннее дерево. Мы его оставим в группе и будем им любоваться. Сегодня мы многое узнали о простом листе бумаги. Молодцы!



## Книжная полка



### ЗАНЯТИЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ Игровой стретчинг для дошкольников

Автор — Сулим Е.В.

В книге представлен материал для повышения интереса детей к физкультурным занятиям за счет введения увлекательных упражнений игрового стретчинга. Предложены конспекты-сценарии сюжетно-игровых занятий, спортивных сказок и более 80 разнообразных упражнений по игровому стретчингу с большим количеством иллюстраций, призванных облегчить работу педагога по обучению детей упражнениям, а также рифмованные слова и стихотворения. В данное издание внесены изменения в соответствии с ФГОС ДО.

Закажите в интернет-магазине: [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)



# Здоровьесберегающие технологии в обучении плаванию

**Куличкова И.А.,**

*инструктор по физкультуре ДОО д/с № 2 «Радуга»,  
г. Заозерск Мурманской обл.*

---

**Аннотация.** Статья посвящена проблеме применения здоровьесберегающих технологий в работе с детьми старшего дошкольного возраста при обучении плаванию. Предложен перечень и описание ряда оздоровительных мероприятий в бассейне для выполнения на суше и в воде.

**Ключевые слова.** Оздоровительные технологии, плавание, бассейн.

---

Сегодня актуальная проблема — формирование осознанного отношения к здоровью и здорового образа жизни (ЗОЖ). Одним из средств ее решения служит использование здоровьесберегающих технологий, внедрение которых подразумевает и обучение детей плаванию.

Внедрение в ДОО здоровьесберегающих технологий позволяет использовать плавание для закаливания, сохранения и укрепления здоровья детей. Плавание влияет не только на физическое, но и на умственное развитие ребенка, стимулирует его нервно-психическое (психомоторное) развитие. Активное движение укрепляет мышцы, сердечно-сосудистую систему, дыхательный аппарат.

Что же такое здоровьесберегающие технологии? Это технологии, направленные на сохранение, поддержание и укрепление здоровья субъектов педагогического процесса. Их цели — формирование необходимых знаний, умений и навыков ЗОЖ. Применение здоровьесберегающих технологий актуально в случаях гиподинамии, детских стрессов, тревожности.

В нашем детском саду на занятиях плаванием мы стараемся обеспечить полноценное физическое развитие детей. Задача — оптимально увеличить степень оздоровления воспитанников. Мы рассматриваем бассейн как одну из главных оздоровительных процедур в единой системе оздоровления детей в ДОО.



Плавание — лучшее лекарство для часто болеющих детей. Дошкольники, посещающие бассейн, меньше болеют, легче переносят зимние морозы и погодные изменения. Плавание развивает координацию, точность движений, гибкость, выносливость.

До и после занятий проводятся следующие оздоровительные мероприятия.

*Хожение по шипованным коврикам.* Это мероприятие имеет мощный закаливающий эффект, поскольку стопы рефлекторно связаны с глазами.

*Массаж стоп.* Осуществляется воздействие на биологически активные центры, находящиеся на ногах, профилактика плоскостопия.

*Массаж кистей рук.* Оказывает благотворное воздействие на внутренние органы.

*Дыхательные упражнения с озвученным выдохом.* Помогают избавиться от насморка, простуд, расстройства сна и пищеварения.

*Игры, эстафеты.* Создают положительное эмоциональное отношение к выполняемому заданию.

*Прием фиточая.* Помогает восстановить силы и укрепить иммунитет.

*Акваэробика в воде и музыкотерапия.* Способствуют эмоциональному и двигательному раскрепощению, проявлению чувства радости и удоволь-

ствия от движения в воде. Акваэробика — синтетический вид деятельности, основанный на умеренных по интенсивности движениях в воде под музыку. Она разносторонне воздействует на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы. Ее основу составляют разнообразные движения, позволяющие выразить эмоциональные состояния, сюжеты, образы.

*Фигурное плавание.* Представляет собой составленные из элементов хореографии комплексы с использованием акробатических и гимнастических комбинаций для построения различных фигур в воде.

*Контрастный душ.* Помогает закаливанию организма, повышает его сопротивляемость к изменению температур.

Важно соблюдать принцип: «Тренироваться, но не перенапрягаться, закаляться, но не переохлаждаться». В закаливании самое главное — температурный перепад. Чтобы его компенсировать, организм и запускает механизм закаливания. Поэтому в бассейне соблюдается температурный режим: температура в разминочном зале — +20 °С, в раздевалке — +25 °С, воды в чаше бассейна — +30 °С, воздуха в бассейне — +32 °С. Закаливание необходимо всем детям. У них еще не испорчена

терморегуляция, они чувствуют себя комфортно и в облегченной одежде.

Применение плавания как закаливающего средства способствует быстрой адаптации организма к изменяющейся среде, снижению заболеваемости. В ходе занятий в бассейне можно сочетать подачу учебного материала с использованием здоровьесберегающих технологий.

## Литература

*Булгакова Н.Ж.* Обучение плаванию в школе. М., 1974.

*Васильев В.С., Никитский Б.Н.* Обучение детей плаванию. М., 1973.

*Гужаловский А.А.* Развитие двигательных качеств. М., 1978.

*Кистяковский И.Ю.* Рекомендации по обучению детей плаванию // Плавание. 1976. Вып. 1.

*Макаренко Л.П.* Юный пловец. М., 1983.



## Книжная полка



### ЗАНЯТИЯ В БАССЕЙНЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ

Автор — Рыбак И.В.

В издании представлена образовательная программа по плаванию «Морская звезда» для детей старшего дошкольного возраста. В программе предложена структура занятий и специфика обучения плаванию. Ее содержание построено на интеграции образовательных областей: «Физическая культура», «Здоровье», «Безопасность», «Труд», «Художественное творчество» и др.

Для реализации задач по обучению плаванию представлены разнообразные комплексы упражнений, подвижные игры, дыхательная, релаксационная гимнастика, образно-игровая форма упражнений в стихах и загадках.



### ФИГУРНОЕ ПЛАВАНИЕ В ДЕТСКОМ САДУ Методическое пособие

Авторы — Маханева М.Д., Баранова Г.В.

Методические рекомендации содержат общую характеристику средств, обеспечивающих здоровый образ жизни ребенка, методику работы по плаванию старших дошкольников, а также перспективное планирование занятий в бассейне для детей 6—7 лет и работы студии «Рисунки на воде». Представлены рекомендации по развитию нетрадиционных форм обучения плаванию детей 6—7 лет. Данная проблема рассматривается в единой системе физкультурно-оздоровительной деятельности детского сада.

**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

# Играем в «Зарницу» с дошкольниками

**Огородникова Т.Н.,**

*инструктор по физкультуре МБДОУ д/с №14,*

*г. Можга, Удмуртская Республика*

---

**Аннотация.** В статье представлен сценарий военно-спортивной игры «Зарница» для детей старшего дошкольного возраста, в ходе которой согласно сюжету дети преодолевают препятствия, решая сложные двигательные задачи. В процессе игры дети ставятся в условия, способствующие формированию взаимопомощи и товарищеских взаимоотношений.

**Ключевые слова.** Военно-спортивная игра «Зарница», старшие дошкольники.

---

**П**редлагаем вашему вниманию военно-спортивную игру «Зарница» для детей старшего дошкольного возраста.

*Цель:* военно-патриотическое воспитание детей.

*Задачи:*

- формировать высокие нравственные качества, инициативу и самостоятельность, дисциплину, товарищество и дружбу, коллективизм, волю, смелость, находчивость, выносливость;
- воспитывать готовность к защите Родины.

*Оборудование:* маршевая музыка, аудиопроигрыватель, бинты, мешочки с песком, красные круги из картона, план-карта, пластиковые бутылки, игрушечный самолет, шишки, медали,

разрезные картинки, конверты, шнур, объемные макеты («кочки»).

\* \* \*

Звучит маршевая музыка. На спортивную площадку выходят дети и выстраиваются по периметру. Под торжественную музыку появляется Генерал.

**Генерал.** Здравия желаю, товарищи бойцы!

**Дети.** Здравия желаем!

**Генерал.** Товарищи бойцы, в генеральном штабе произошло чрезвычайное происшествие: из сейфа были похищены очень важные документы. Ваша цель: найти документы и доставить их мне. Хочу предупредить, что задание очень сложное, вам нужно преодолеть много препятствий.

Придется проявить мужество, отвагу, смелость, решительность для достижения цели. Товарищи бойцы, к выполнению боевого задания готовы?

**Д е т и.** Да!

**Г е н е р а л.** Командирам отрядов приготовиться к сдаче рапортов. Командиру отряда «Снайперы» сдать рапорт!

**К о м а н д и р о т р я д а «Сн а й п е р ы».** Отряд, равняйся, смирно!

Командир маршевым шагом подходит к Генералу и докладывает.

**Товарищ генерал!** Отряд «Снайперы» к выполнению боевого задания готов! Командир отряда (*фамилия, имя*). Рапорт сдал!

**Г е н е р а л.** Рапорт принял!

Командир отряда «Снайперы» становится в строй.

Командиру отряда «Зенитчики» сдать рапорт!

**К о м а н д и р о т р я д а «З е н и т ч и к и».** Отряд, равняйся, смирно!

Командир маршевым шагом подходит к Генералу.

**Товарищ генерал!** Отряд «Зенитчики» к выполнению боевого задания готов! Командир отряда (*фамилия, имя*). Рапорт сдал!

**Г е н е р а л.** Рапорт принял!

Командир отряда «Зенитчики» становится в строй.

Для выполнения этого задания вам нужно пользоваться планом, на котором синим цветом обозначено место, откуда вы должны начать свое движение, а красным — место, где вы найдете пакет с документами. Стрелки вам помогут идти в правильном направлении. Встречаемся на этом же месте. Командирам отрядов получить план маршрута.

Командиры подходят к генералу и берут планы. Отряды группируются, знакомятся с планом, находят то место, откуда нужно начать выполнение заданий.

### **Задание «Разминируй поле»**

Дети должны найти пластиковые бутылки и открыть крышки, тогда «мина» считается обезвреженной.

Если ребенок вытаскивает «мину» из земли, считается, что она «взорвалась», боец ранен и ему требуется «медицинская помощь», санитары его перевязывают.

### **Задание «Пройди через колючую проволоку»**

Нужно перешагнуть через «колючую проволоку» (натянутый шнур и т.п.), не задев за нее.

Если ребенок дотронулся до «колючей проволоки», он считается раненым, и санитары его перевязывают.

### **Задание «Сбей вражеский самолет»**

Нужно попасть «снарядами» — шишками в самолет, который висит на дереве.

### **Задание «Пройти через болото»**

Нужно перебраться через болото по кочкам (объемному макету), сохраняя равновесие и удерживая предметы в руках. Принести «снаряды» — шишки, которые хранятся на другой стороне «болота».

Нельзя наступать на красные кружки — «торфяные кочки», которые могут вспыхнуть. Ребенок, наступивший на такой кружок, считается раненым.

### **Игра «Снайперы»**

Нужно попасть мешочком с песком — «гранатой» во «вражеский грузовик» (мишень или корзина для мячей), который везет боеприпасы.

Правила: нельзя переступить черту, иначе можно «взорваться» вместе с грузовиком.

### **Игра «Срочная медицинская помощь»**

«Раненым бойцам» нужно быстро сделать перевязку.

### **Игра «Ключ к разгадке»**

В заключение детям предлагается выполнить ряд заданий, чтобы найти пакет: встать лицом к дереву; сделать два шага вперед;

два шага направо; четыре шага вперед; три шага влево; идти прямо.

Дети выполняют задания и находят пакет. Все вместе открывают его, но в нем документы разрезаны. Дети приходят к выводу, что кусочки нужно собрать. В результате этой работы в каждом отряде получается свой документ — рисунок. После выполнения задания детям предлагается сделать привал, они немного отдыхают и перекусывают. Все собираются в назначенном месте и сдают рапорта Генералу о том, что задание выполнено.

**Генерал.** Равняйся, смирно! Командирам отрядов приготовиться к сдаче рапортов. Командиру отряда «Снайперы» сдать рапорт!

Командир маршевым шагом подходит к Генералу и докладывает.

**Командир отряда «Снайперы».** Товарищ Генерал! Отряд «Снайперы» задание выполнил — документ доставлен! Командир отряда (*фамилия, имя*). Рапорт сдал!

Командир вручает документ Генералу.

**Генерал.** Рапорт принял! Командиру отряда «Зенитчики» сдать рапорт!

Командир маршевым шагом подходит к Генералу и докладывает.

Командир отряда «Зенитчики». Товарищ Генерал! Отряд «Зенитчики» задание выполнил — документ доставлен! Командир отряда (*фамилия, имя*). Рапорт сдал!

Командир вручает документ Генералу.

Генерал. Рапорт принял! Товарищи бойцы! Вы отлично справились с заданием. Все документы доставлены в штаб, молодцы!

Генерал награждает детей медальми.

## Физкультурный праздник «Суперпапа» ко Дню отца Для старших дошкольников

**Чугунова Е.А.,**

*инструктор по физкультуре МДОУ д/с № 207, г. Ярославль*

---

**Аннотация.** В статье представлен сценарий физкультурного праздника, посвященного Дню отца. Его сюжетом предусмотрено выполнение разнообразных командных заданий с участием пап и других членов семьи, в которых укрепляются взаимоотношения в семье и повышается статус отца.

**Ключевые слова.** Взаимодействие с семьей, физкультурный праздник, старшие дошкольники.

---

В нашем дошкольном учреждении родители — полноправные участники воспитательно-образовательного процесса. Это касается и физического воспитания. В настоящее время взаимодействие ДОО и семьи особенно актуально. Зачастую папы, в силу различных обстоятельств, меньше, чем мамы, участвуют в жизни ребенка. Такие формы взаимодействия с родителями,

как спортивные праздники, Дни здоровья, походы, способствуют укреплению семейных отношений, формированию потребности в здоровом образе жизни (ЗОЖ), снятию эмоционального напряжения.

*Задачи:*

- повышать статус отца в семье и социуме;
- привлекать родителей к совместным мероприятиям через





символизирующий любовь и уважение к отцу, стал популярен и у нас. Дорогие папы, спасибо, что вы отложили все дела и пришли к нам. Сегодня все ласковые слова, все стихи адресованы вам. Вы самые дорогие гости на нашем празднике! Прошу подтвердить это аплодисментами.

Будем праздник продолжать.  
Будем танец танцевать.  
Не зевайте, не ленитесь.  
В круг скорее становитесь!

Дети танцуют.

А теперь начинаются веселые конкурсы для наших пап.

### **Конкурс «Парковка»**

Папы должны «припарковать автомобиль» — закрутить на палочку веревку, привязанную к игрушечной машинке.

**В е д у щ и й.** Наши папы ловко справились с этим заданием. Ребята, а вы так можете?

**Д е т и.** Да.

Дети выполняют задание.

**В е д у щ и й.** Много разных увлечений есть у наших пап, а одно из них — рыбалка.

### **Конкурс «Папа-рыболов»**

Папы должны «поймать» рыбу. Им выдаются гимнастические палки с привязанными на них веревками с крючками. Нужно поднять за петельку как можно больше конусов.

**В е д у щ и й.** А ребята тоже умеют рыбу ловить.

### **Конкурс «Ребенок-рыболов»**

Дети «ловят» рыбок на магнитах с помощью магнитной удочки.

**В е д у щ и й.** А вот следующее испытание — сложное задание.

### **Конкурс «Папа-строитель»**

Папы делятся на две команды. С помощью гимнастических палок они парами должны по очереди переносить кубики и ставить их друг на друга, стараясь не опрокинуть башню.

**В е д у щ и й.** Наши папы также отличные спортсмены.

### **Конкурс «Папа-футболист»**

Папы делятся на две команды. Участники по очереди обводят футбольный мяч «змейкой» между конусами и возвращаются к своей команде.

**В е д у щ и й.** Папы, в следующем конкурсе вам помогут дети.

### **Конкурс «Самый внимательный папа»**

Дети встают в круг. Одному из пап завязывают глаза. Дети идут по кругу. Папа говорит: «Стоп!» Дети останавливаются. Папа должен найти своего ребенка с закрытыми глазами. Игра повторяется 3—4 раза.

В е д у щ и й

Праздник продолжаем,  
Весело играем!

### Игра

#### «Птички в гнездышках»

Дети-«птички» под музыку свободно летают по залу, а родители-«гнездышки» стоят в большом кругу. Пока первые двигаются, последние могут поменяться местами. Когда музыка смолкает, «птички» летят к своим «гнездышкам».

В е д у щ и й. Наши папы еще и самые сильные. Давайте в этом убедимся.

#### Конкурс «Богатырская сила»

За 2 мин папы должны смять газетный лист одной рукой в плотный комок, не помогая при этом другой рукой и не прижимая ее к себе.

В е д у щ и й. А следующий конкурс на ловкость.

#### Конкурс «Самый ловкий папа!»

На полу лежит канат. Выбираются двое участников — пап. Они встают спиной друг другу с разных сторон каната. Под музыку участники танцуют, когда музыка смолкает, они должны как можно быстрее вытащить канат из-под ног.

В е д у щ и й. Наши папы ловкие, сильные, смелые! А сейчас

мы проведем конкурс для всей семьи.

#### Конкурс «Дружная семья»

Соревнуются две команды: папа, мама и четверо детей. Папа надевает обруч на себя и одного члена семьи, перебегает на другую сторону зала. И так с каждым участником команды. Затем папа бежит за обручем, находящимся на другой половине зала, надев его, возвращается к команде. Мама с папой в обруче бегут за ребенком и перебегают втроем на противоположную сторону зала. Команда, выполнившая задание первой, становится победительницей.

В е д у щ и й. А сейчас я приглашаю всех на веселый танец.

Дети и родители танцуют.

Папы наши молодцы,  
Все большие удалцы.  
Сильные и смелые,  
Ловкие, умелые.  
Громко скажем мы сейчас...

Д е т и (*хором*). Наши папы просто класс!

Дети дарят подарки папам и получают угощение. Ведущий представляет слово мамам.

#### Литература

Занимаемся, празднуем, играем: сценарии совместных мероприятий с родителями / Авт.-сост. Т.И. Кан-

дала, О.А. Семкова, О.В. Уварова. 2-е изд. Волгоград, 2011.

Организация спортивного досуга дошкольников 4—7 лет/ Авт.-сост.

Н.М. Соломенникова. Волгоград, 2013.

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

## Планирование занятий по плаванию

**Хошева М.А.,**

*инструктор по физкультуре;*

**Старостина О.А.,**

*воспитатель МБДОУ д/с № 27, г. Кузнецк Пензенской обл.*

---

**Аннотация.** В статье описывается программа по обучению плаванию дошкольников, направленная на развитие двигательных навыков в воде, формирование здорового образа жизни.

**Ключевые слова.** Плавание, физическое развитие, здоровый образ жизни.

---

Большинство поступающих в детский сад детей имеют проблемы со здоровьем: плоскостопие, уплощение стоп, нарушение осанки, отклонения в развитии нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной систем. Как современному педагогу обеспечить максимальные возможности для сохранения и укрепления здоровья дошкольников? Наш ответ — научить плавать.

Обучение плаванию — уникальное средство физического развития и оздоровления детей. Мы активные сторонники обучения ему с ранних лет.

Нам повезло: в нашем детском саду есть бассейн. Для об-

учения плаванию мы разработали программу по физическому развитию «Веселый дельфин», ориентированную на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни и укрепление здоровья обучающихся.

*Цель:* создание условий для укрепления физического здоровья детей в процессе обучения плаванию.

*Задачи*

*Образовательная:* формировать начальные представления о плавании как о виде спорта, его значении в жизни человека, безопасном поведении на воде и рядом с водоемом, свойствах воды (плотности, вязкости, прозрачно-

сти), ее выталкивающей и под-  
держивающей силе, ценностях  
здорового образа жизни.

*Развивающие:*

- развивать двигательные навы-  
ки в воде, умение проплыть  
определенными способами  
(«кроль» на груди и спине);
- совершенствовать опор-  
но-двигательный аппарат.

*Воспитательные:*

- воспитывать двигательную  
культуру, нравственно-воле-  
вые качества;
- учить заботиться о своем здо-  
ровье.

Программа рассчитана на два  
года. Занятия проводятся 2 раза в  
неделю в утренние часы, их про-

должительность — 20—30 мин в  
зависимости от возраста ребенка.  
Тематическое планирование за-  
нятий по плаванию представлено  
в таблице.

Занятия проводятся по под-  
группам в зависимости от уровня  
физической подготовленности де-  
тей, состояния их здоровья и име-  
ющихся двигательных навыков.

В первый год дети учатся  
свободно передвигаться в воде,  
играть, нырять. На втором году  
дошкольники развивают умение  
держаться на воде, выполнять  
скольжение с работой ног, согла-  
совывать работу ног и рук. В ре-  
зультате по выходе из детского  
сада ребенок умеет плавать.

### Тематическое планирование занятий по плаванию

№ п/п	Темы программы	Количество занятий		
		Теория	Практи- ка	Всего
1	2	3	4	5
<b>Первый год обучения</b>				
1	Формирование представлений о воде и правилах безопасного поведения	10	—	10
1.1	Формирование представлений о правилах поведения в бассейне и на водоемах	2	—	2
1.2	Формирование представлений о ценности здорового образа жизни	3	—	3
1.3	Темы по интересам	5	—	5
2	Развитие двигательных навыков в воде	—	30	30
2.1	Различные передвижения по бассейну	—	3	3

Продолжение

1	2	3	4	5
2.2	Прыжки в воду с последующим погружением	—	2	2
2.3	Скольжение на груди с доской	—	3	3
2.4	Погружение в воду в группировке («поплавок»)	—	2	2
2.5	Погружение в воду с задержкой дыхания	—	3	3
2.6	Скольжение с держанием партнера за руки	—	4	4
2.7	Скольжение на спине с доской	—	4	4
2.8	Произвольное изменение темпа движений ног способом «кроль»	—	1	1
2.9	Безопорное положение в воде, скольжение без досок	—	4	4
2.10	Лежание на воде на груди с разведенными руками и ногами («морская звезда»)	—	2	2
2.11	Работа ногами способом «кроль»	—	2	2
3	Плавание	—	50	50
3.1	Плавание на груди с доской на небольшое расстояние способом «кроль»	—	30	30
3.2	Плавание на спине с доской на небольшое расстояние способом «кроль»	—	19	19
3.3	Контрольное занятие. Плавание с доской на груди способом «кроль» на скорость парами	—	1	1
<b>Второй год обучения</b>				
1	Представление о воде и правилах безопасного поведения	10	—	10
1.2	Правила поведения в бассейне и на водоемах	2	—	2

Окончание

1	2	3	4	5
1.3	Правила гигиены	2	—	2
1.4	Ценности здорового образа жизни	3	—	3
1.5	Темы по интересам детей	3	—	3
2	Развитие двигательных навыков в воде	—	20	20
2.1	Прыжок в воду с погружением	—	2	2
2.2	Скольжение на груди и спине	—	2	2
2.3	Скольжение с вращением туловища	—	2	2
2.4	Скольжение с доской на груди и спине с последующей работой ног и правильным дыханием	—	2	2
2.5	Выдохи в воду с последующим поворотом головы для вдоха	—	2	2
2.6	Гребковые движения руками способом «кроль»	—	2	2
2.7	Задержка дыхания в воде на счет 10	—	2	2
2.8	Ныряние с доставанием предметов со дна	—	2	2
2.9	Движение ногами, вдох и выдох с поворотом головы способом «кроль»	—	2	2
2.10	Повороты со спины на грудь	—	2	2
3	Плавание	—	50	50
3.1	Свободное плавание по всей длине бассейна (8 м) способом «кроль» на груди	—	10	10
3.2	Свободное плавание по всей длине бассейна (8 м) способом «кроль» на спине	—	10	10
3.3	Плавание в полной координации, с движением рук, ног и дыханием	—	29	29
3.4	Итоговое занятие. Праздник-соревнование «В гостях у золотой рыбки»	—	1	1

Такое разделение на этапы обучения условно, поскольку каждый ребенок усваивает материал в индивидуальном темпе. Некоторые дети не сразу адаптируются к воде, проявляя страх или неуверенность. Им требуется больше времени, чем другим воспитанникам.

*Алгоритм обучения детей плаванию*

1. Создание положительного эмоционального фона.
2. Игры на воде.
3. Игры с погружением в воду.
4. Формирование умения держаться на воде и принимать горизонтальное положение пловца.
4. Развитие двигательных навыков для овладения техникой плавания «кроль».
5. Плавание.

Переходить к следующему этапу обучения плаванию можно только после усвоения предыдущего. Часто бывает так, что дети, одновременно находящиеся в бассейне, выполняют упражнения разного уровня сложности: одни играют на воде, другие учатся нырять.

В течение двух лет с момента начала функционирования бассейна было приобретено оборудование для обучения плаванию дошкольника на основе дифференциации образовательного процесса (плавательные доски, резиновые мячи, нудлы, круги, колобашки, тонущие игрушки, ласты, обручи, подводные арки).

*Результаты:*

- 82% детей осуществляют скольжение на груди и спине;
- 74% — могут скользить, выполняя движения ногами;
- 86% — ныряют под воду;
- 14% — проплывают 15 м способом «кроль».

Показателем эффективности работы мы считаем результаты сдачи норм ГТО. В 2017 г. 24 воспитанника приняли участие в следующих видах испытаний: плавание, прыжки в длину с места, челночный бег, сгибание и разгибание рук в упоре и наклоны на гибкость, метание в цель. Золото получили 12 человек; серебро — 15; бронзу — 18 воспитанников.

Мы пропагандируем важность обучения детей плаванию с помощью открытых мероприятий, проводимых каждый месяц, а также фотоотчетов и методических шпаргалок.

Радует динамика посещения воспитанниками и их семьями городского бассейна: за два года их количество увеличилось с 15 до 36%.

### Литература

- Викулов В.Г.* Плавание. М., 2003.
- Горбунов Е.В.* Вода дарит здоровье. М., 2003.
- Еремеева Л.Ф.* Научить ребенка плавать. СПб., 2005.
- Рыбак М.В.* Плавай, как мы! М., 2014.
- Яблонская С.В.* Физкультура и плавание в детском саду. М., 2008.



# Совместная деятельность педагогов и родителей по физическому развитию ребенка

**Сергеева С.И.,**  
заведующий;

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

---

**Аннотация.** Статья посвящена проблеме использования нетрадиционных форм работы с родителями в процессе реализации физкультурно-оздоровительной работы. Дано краткое описание опыта использования разнообразных форм работы и представлен сценарий спортивного праздника для старших дошкольников с родителями, в ходе которого семейные команды участвуют в соревнованиях, играх-эстафетах и др.

**Ключевые слова.** Семья, взаимодействие с семьей, здоровый образ жизни, спорт.

---

СОТРУДНИЧЕСТВО

Ни одна, даже самая лучшая, педагогическая система не может быть в полной мере эффективной, если в ней нет места семье. Ребенок не может существовать вне семьи. Если ДОО и семья закрыты друг для друга, он оказывается между двумя несообщающимися системами. Во избежание этого необходимо, чтобы они взаимодействовали. Главными в них должна стать атмосфера добра, доверия и взаимопонимания. Только в этом случае можно создать условия, помогающие раскрыть таланты и способности детей, только тогда они будут расти здоровыми, счастливыми и умными.

Вопрос о взаимодействии образовательного учреждения и родителей — в ряду самых актуальных на

сегодняшний день. Взаимодействие детского сада и семьи предполагает совместную деятельность педагогов и родителей по воспитанию ребенка, общение, обмен мыслями, чувствами, переживаниями. Родители выступают в позиции партнеров, а не учеников воспитателей.

До недавнего времени существовало определенное отчуждение между детским садом и семьей. Причина заключалась в создании «закрытой» модели дошкольного учреждения, когда родители утром отводили ребенка в детский сад, а вечером забирали и только время от времени участвовали в коллективных и индивидуальных формах работы, которые проводились по инициативе воспитателя и носили скорее принудительный, чем добровольный характер. Родители не видели и не знали, чем занимались их дети на протяжении дня, как с ними обращались и чему учили.

Главная задача работы с семьей — разрушить барьер между детским садом и родителями. Взаимодействие должно строиться на принципах совместной деятельности и предусматривать координацию педагогического взаимного воздействия на ребенка. При этом целью семейного воспитания, так же как и общественного дошкольного, должно быть раз-

витие личности ребенка. Родители и воспитатели объединяют свои усилия и обеспечивают ему двойную защиту, эмоциональный комфорт, интересную и содержательную жизнь в детском саду и дома, что, в свою очередь, стимулирует развитие его основных способностей, умение общаться со сверстниками и гарантирует подготовку к школе.

Отказавшись от формального общения, монолога в пользу диалога с родителями, мы отдали приоритет таким формам работы, как «круглый стол», мастер-классы, совместные со взрослыми праздники и развлечения, выставки совместных работ родителей и детей, тренинговые занятия, помогающие родителям ориентироваться в различных ситуациях, анализировать их, находить оптимальные решения.

Эффективной нетрадиционной формой работы с родителями можно считать мини-собрания. За чашкой чая происходит спокойное, доверительное общение. Дни открытых дверей — возможность для родителей присутствовать на любом занятии, прогулке, принимать участие в разных мероприятиях дошкольного учреждения. Семьи с удовольствием участвуют в экскурсиях, походах выходного дня.

Наряду с этим устанавливается более тесная связь ДОО и

семьи, что положительно влияет на воспитательную и оздоровительную работу с детьми. Участие родителей в спортивных мероприятиях способствует сближению членов семьи, формирует интерес к физической культуре, а через нее — к здоровому образу жизни. Ни одна, даже самая лучшая, физкультурно-оздоровительная программа не дает полноценных результатов, если ее задачи не решаются совместно с семьей, если в дошкольном учреждении не создано детско-взрослое сообщество («дети — родители — педагоги»).

ДОО и семья — две основные социальные структуры, определяющие уровень здоровья ребенка. Их воспитательные функции различны, но для всестороннего развития детей необходима согласованная работа. Признание приоритета семейного воспитания требует новых форм и отношений семьи и дошкольного учреждения — сотрудничества и взаимодействия.

Для решения проблемы оздоровления детей нужно, прежде всего, установить доверительно-деловые контакты со взрослыми, участвующими в воспитании. Личный интерес и серьезный подход родителей к физическим упражнениям — пример для ребенка. Дети очень любят, когда физкультурой вместе с ними занимается папа и мама.

В нашем детском саду стало доброй традицией проведение спортивных праздников для воспитанников и членов их семей. Таким образом, применение в работе ДОО различных форм взаимодействия с родителями помогает повысить эффективность деятельности по оздоровлению детей и сформировать устойчивые стереотипы здорового образа жизни в семье.

## **Спортивный праздник**

### **«Папа, мама, я — здоровая семья»**

#### **Для старших дошкольников и их родителей**

*Цель:* приобщение детей и родителей к здоровому образу жизни.

*Задачи:*

- осуществлять преемственность в физическом воспитании детей между ДОО и семьей;
- развивать ловкость, выносливость, волевые качества в достижении цели, умение ориентироваться в пространстве;
- вызывать положительные эмоции у родителей и детей;
- создавать доброжелательную атмосферу, веселое спортивное настроение у детей и их родителей.

*Оборудование:* обручи, ленты, конус, теннисные ракетки, воз-

душные шарик, маленькие мячи, музыкальное сопровождение, аудиопроигрыватель, карточки с изображением видов спорта, волейбольная сетка, грамоты, подарки.

\* \* \*

Под музыку в зал друг за другом входят участники команд и становятся в одну шеренгу.

В е д у щ и й

Приветствует садик веселых  
гостей,  
От теплых улыбок в зале  
светлей.

Оставили папы сегодня  
работу.

И мамы забыли большие  
заботы.

Обули кроссовки и, взяв  
малышей,

Пришли на праздник здоровья  
скорей.

И с гордостью каждый  
сможет сказать,

Что ближе семьи никого  
не сыскать!

Любителям спорта наше «Ура!» Приятно видеть людей с приветливой улыбкой и счастливым взглядом. А если это семья — приятно вдвойне. Мы рады приветствовать всех участников на спортивном празднике «Папа, мама, я — здоровая семья». Пришло время познакомиться с нашими участниками.

Каждая команда представляется и произносит девиз.

А кого можно назвать здоровым человеком?

1 - й ребенок

Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья:  
Должен быть режим у дня.

2 - й ребенок

Следует, ребята, знать:  
Нужно всем побольше спать.  
Ну а утром не лениться —  
На зарядку становиться!

3 - й ребенок

Чистить зубы, умываться  
И почаще улыбаться,  
Закаляться, и тогда  
Не страшна тебе хандра.

4 - й ребенок

У здоровья есть враги,  
С ними дружбы не води!  
Среди них тихоня лень,  
С ней борись ты каждый  
день.

5 - й ребенок

Кушать овощи и фрукты,  
Рыбу, молокопродукты.  
Вот полезная еда,  
Витаминами полна!

6 - й ребенок

На прогулку выходи,  
Свежим воздухом дыши.  
Только помни: на природе  
Одеваться по погоде!

7 - й ребенок

Спорт, ребята, очень нужен!

Мы со спортом очень дружим!

Спорт — помощник, спорт —  
здоровье!

Спорт — игра!

Д е т и *(вместе)*

Физкульт-ура!

В е д у щ и й

Все хотят соревноваться,

Пошутить и посмеяться,

Силу, ловкость показать

И сноровку доказать!

Этой встрече все мы рады,

Собрались не для награды.

Нам встречаться чаще нужно,

Чтобы все мы жили дружно!

И н с т р у к т о р

Прежде чем соревноваться,

Мы скорей должны размяться.

По показу инструктора дети вместе с родителями выполняют ритмические упражнения.

### **Игра «Хвостики»**

Необходимо сорвать «хвостики» соперников (схватиться за ленточку и сорвать ее). При этом постараться сохранить «свои». Проигрывает команда, участники которой останутся без «хвостов».

### **Игра «Один за всех и все — за одного»**

По сигналу папа бежит с большим обручем вокруг конуса.

Вернувшись, он «забирает» маму, а затем ребенка.

### **Игра «Донеси шарик»**

Папа с мамой несут воздушный шарик, а ребенок — малый мяч на теннисной ракетке.

### **Игра «Угадай вид спорта»**

Участники одной команды должны без слов показать вид спорта, указанный в карточке, а участники другой — угадать его.

### **Игра «Гимнастический этюд»**

Под ритмичную музыку все участники двигаются по залу. По сигналу каждая команда совместно выполняет гимнастическую фигуру.

### **Игра «Кузнечики»**

По очереди сначала ребенок, затем мама и папа выполняют прыжок в длину с места. Место приземления служит началом прыжка следующего участника команды.

### **Конкурс «Дружная семейка спортом занимается»**

Одновременно все участники команды выполняют задания: папа отжимается, мама вращает обруч, ребенок приседает.

### **Игра «Веселый волейбол»**

Под ритмичную музыку участники перебрасывают воздушные шары через волейбольную сетку. Как только музыка

смокает, происходит подсчет мячей: у кого их меньше, та команда и выиграла.

**В е д у щ и й.** Ребята, молодцы! Уважаемые родители, спасибо, что пришли, поучаствовали в празднике, были примером для детей! Так держать!

Ведущий вручает грамоты и подарки.

## Литература

*Алямовская В.Г.* Как воспитать здорового ребенка. М., 1993.

*Давыдова О.И., Богославец Л.Г., Майер А.А.* Работа с родителями в

детском саду: Этнопедагогический подход. М., 2006.

*Доронова Т.Н.* Взаимодействие дошкольного учреждения с родителями: Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений. М., 2002.

*Зверева О.Л., Кротова Т.В.* Общение педагога с родителями в ДОУ: Методический аспект. М., 2010.

*Зверева О.Л.* Современные формы взаимодействия ДОУ и семьи // Воспитатель ДОУ. 2009. № 4.

*Маханева М.Д.* Воспитание здорового ребенка: Пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений. М., 2000.



## Книжная полка



### К ЗДОРОВОЙ СЕМЬЕ ЧЕРЕЗ ДЕТСКИЙ САД Методические рекомендации к программе

*Под науч. ред. М.Е. Верховкиной, В.С. Коваленко*

Методические рекомендации разработаны с целью проектирования системы обеспечения эмоционального благополучия и укрепления здоровья детей в семье и детском саду в контексте требований ФГОС ДО. Рассмотрен механизм укрепления физического и психического здоровья детей с опорой на ресурсы каждого ребенка. Данный механизм предусматривает повышение компетентности родителей через различные формы школ здоровой семьи.

### 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».

Закажите в интернет-магазине: [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)

# Занятие в бассейне «Игры народов мира» Для старших дошкольников

Гончарова О.Н.,

инструктор по плаванию МБДОУ д/с «Теремок»,

г. Мытищи Московской обл.

---

**Аннотация.** В статье представлен конспект игрового физкультурного занятия в бассейне для старших дошкольников с использованием музыкального сопровождения. В его ходе дети знакомятся с играми разных стран и народов — русскими, литовскими, африканскими, турецкими и т.д.

**Ключевые слова.** Занятие в бассейне, старшие дошкольники, игры народов мира.

---

*Цель:* сохранение и укрепление здоровья детей с помощью народных игр.

*Задачи:*

- создавать условия закрепления дружеских отношений внутри детского коллектива;
- совершенствовать навыки плавания;
- приобщать к истокам народного фольклора;
- развивать ловкость, быстроту реакции, координацию, волю, целеустремленность, самоконтроль;
- воспитывать толерантное отношение к другим народам.

*Предварительная работа:* выбор и разучивание народных игр; беседы о народных играх; подго-

товка презентации; изготовление белых голубей из бумаги на занятиях по конструированию.

*Оборудование:* аудиопроигрыватель, бутылочки с водой (гантели), 4 емкости для воды, картинки с изображением герба и флага стран, карта мира, 2 мячика для пинг-понга, рисунки детей на тему «Дружат дети всей Земли» для оформления помещения бассейна, аудиозаписи песен «Я, ты, он, она...» (муз. Д. Тухманова, сл. Р. Рождественского), «Дружат дети всей Земли» (муз. Д. Львова-Компанейца, сл. В. Викторова), «Чунга-чанга» (муз. и сл. В. Шаинского).

\* \* \*

Под звучание песни «Я, ты, он, она...» дети входят в бассейн.



Ребенок

Свети, нам солнышко, свети,  
Пусть смеются дети,  
Пусть будет мир на всей  
Земле!  
На нашей голубой планете!

**Инструктор.** Здравствуй-те, ребята! У нас сегодня гости, давайте их поприветствуем!

Дети выполняют задание.

Ребята, вы уже знаете, как велик мир: сколько народов, сколько стран... Представители разных народов отличаются друг от друга цветом глаз, волос, кожи, чертами лица, но все они живут на одной планете Земля. И дети других стран так же, как и дети России, ходят в детский сад, учатся в школе и, конечно же, любят играть в разные игры. С помощью игр мы можем познакомиться с особенностями жизни других народов. Сегодня мы отправимся в путешествие: посетим африканскую страну, а также Турцию, Нидерланды, Литву и вернемся обратно в Россию. (*Инструктор показывает страны на карте.*) А путешествовать мы будем на корабле под названием «Дружба». Поиграем в игры, которые любят дети, живущие в разных странах.

Дети спускаются в бассейн, встают в рассыпную.

Ребенок

Мы отправляемся в поход,  
Корабль наш вперед плывет.  
А чтобы было веселей,  
Мы станцуем поскорей.

### **Разминка в воде**

Выполняется под песню «Чунга-чанга».

**Инструктор.** Пока мы делали разминку, наш корабль приплыл к берегам Африки — большому континенту. Здесь очень жарко, есть большая пустыня Сахара. Люди берегут воду, стараясь не пролить ни одной капли. И я предлагаю вам поиграть в африканскую игру «Водоносы». Жители Африки наливают воду в емкости и несут ее на голове, придерживая руками.

### **Африканская народная игра «Водоносы»**

Дети делятся на две команды и поочередно несут на голове емкость с водой, поддерживая ее руками, затем выливают воду в другой сосуд. Назад возвращаются бегом и передают емкость следующему игроку. Побеждает команда, у которой окажется больше воды.

**Инструктор.** Молодцы, ребята! Ну а мы продолжаем путешествие. Капитан, полный вперед!

Дети по очереди проплывают друг за другом «торпедой».

Наш корабль приплыл в прекрасную солнечную страну Турцию. Поиграем в турецкую игру «Чехарда-эстафета».

### **Турецкая народная игра «Чехарда-эстафета»**

Дети строятся в три колонны по двое. Стоящие первыми наклоняются, погружаясь под воду «медузой», а стоящие вторыми перепрыгивают через них. Тот, кто перепрыгнул, становится вперед и тоже наклоняется.

Побеждает команда, которая первой добралась до обозначенного места.

**И н с т р у к т о р.** Ребята, похожа турецкая «чехарда» на нашу игру?

Дети отвечают.

Мы побывали в жарких странах, а сейчас наш корабль держит путь на север. Капитан, полный вперед!

Дети плывут кролем на груди. Инструктор показывает картинку с символикой Нидерландов.

Это небольшая страна Нидерланды, омываемая Северным морем. Ночью на небе там ярко светят звезды. Давайте покажем, какие они.

Дети ложатся на воду «звездами» сначала вверх лицом, потом — вниз.

А еще там дуют сильные ветры.

### **Голландская народная игра «Ветродуи»**

Дети встают по трое. Перед каждым стоит глубокая тарелка с шариком для пинг-понга. Дети должны выдуть его. Побеждает игрок, сделавший это быстрее.

**И н с т р у к т о р.** Следующая наша остановка будет в Прибалтике, мы посетим Литву.

Инструктор показывает картинку с символикой Литвы.

Мы поиграем в литовскую народную игру «Рыболовная».

### **Литовская народная игра «Рыболовная»**

Дети делятся на две группы, становясь друг против друга на расстоянии нескольких шагов. Одна группа — «рыболовы» (их меньше), другая — «рыбы». В начале игры между участниками происходит диалог:

**Р ы б ы.** Что вы вяжите?

**Р ы б о л о в ы** (*выполняя имитирующие движения*). Невод.

**Р ы б ы.** Кого вы будете ловить?

**Р ы б о л о в ы.** Рыбу.

**Р ы б ы.** Какую?

**Р ы б о л о в ы.** Щуку.

**Р ы б ы.** Ловите!

«Рыбы» разбегаются враспынную. «Рыболовы» стараются поймать их. Игра повторяется, но называется другая рыба, и игроки меняются ролями.

«Рыба» считается пойманной, когда «рыболов» дотрагивается до нее рукой, — она уходит в обозначенное место.

**Инструктор.** Ребята, на какую игру похожа эта литовская игра?

Дети отвечают.

В каждой стране мы играли в любимые игры детей. А сейчас пришло время возвращаться домой, в Россию!

Инструктор показывает картинку с изображением символики России.

Полный вперед!

Дети плывут на спине.

### Русская народная игра «Золотые ворота»

Выбирают двух водящих — «Солнце» и «Луну». Они становятся лицом друг к другу, берутся за руки и поднимают их вверх, образуя «ворота». Остальные играющие встают парами и по очереди проплывают в них.

Водящие речитативом повторяют текст:

Золотые ворота,  
Пропускают не всегда,  
Первый раз прощается,

Второй раз запрещается,  
А на третий раз  
Не пропустим больше вас!

«Ворота» закрываются на последнем слове и ловят того, кто в этот момент проплывал через них. Дети, зная, что это происходит в конце стихотворения, спешат быстрее проплыть через них. Водящие могут ускорять темп произнесения: так вся игра становится более динамичной и неожиданной. Пойманный игрок становится водящим, и игра продолжается.

**Инструктор.** Ну а в конце нашего путешествия исполним хоровод. Вставайте все в большой круг, возьмитесь за руки!

Дети водят хоровод под песню «Дружат дети всей Земли».

Ведь, правда, друзья, хорошо  
на планете,  
Когда на планете счастливые  
дети!

Давайте беречь от невзгоды  
любой  
Большой и доверчивый шар  
голубой!

Ребята, вам понравилось наше путешествие? В каких странах и на каких континентах мы побывали? Понравились вам игры, в которые играют дети в других странах? Что нового вы узнали?

Дети отвечают.

# Элементы спортивного ориентирования в работе со старшими дошкольниками

Амехина Л.В.,

инструктор по физкультуре МБДОУ ЦРР — д/с № 246,

г. Ульяновск

---

**Аннотация.** В статье представлена последовательность работы по использованию элементов спортивного ориентирования в работе с детьми старшего дошкольного возраста. Приводится сценарий физкультурного занятия в подготовительной к школе группе.

**Ключевые слова.** Спортивное ориентирование, контрольные карточки, старшие дошкольники.

---

Спортивное ориентирование — довольно молодой, но уже хорошо зарекомендовавший себя вид спорта: динамичный, доступный как взрослым, так и детям. Спортсмен, пользуясь компасом, должен преодолеть дистанцию именно в том порядке, который обозначен на карте [2].

Первое достоинство спортивного ориентирования — органическое сочетание двигательной и интеллектуальной деятельности в развитии ребенка, второе — его исключительно физкультурно-оздоровительный характер, поскольку бег в нем осуществляется с умеренной нагрузкой (в быстром темпе он может привести к ошибкам и снижению

результативности). Третье достоинство — создание у детей интереса к физической культуре.

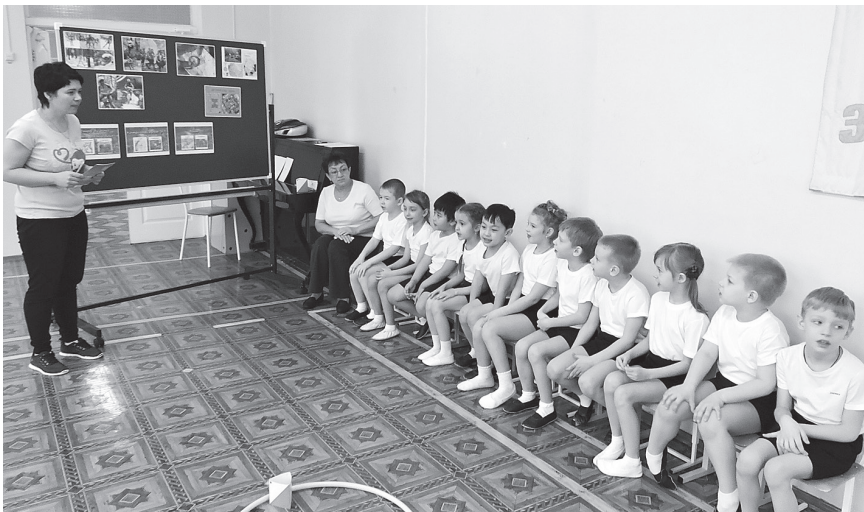
В ориентировании не требуется высокий уровень физической подготовленности, поэтому любой ребенок может быть лидером. Это свойство ориентирования очень важно в личностном плане: у детей формируется чувство успешности.

В нашем детском саду спортивное ориентирование организуется со старшими дошкольниками для оптимизации умственной и двигательной деятельности, комплексного решения задач развития; формирования ориентировки в пространстве, умений анализировать ситуацию

и действовать по схеме, элементов самоорганизации. В работе с детьми мы упростили условия организации данного вида спорта и используем его элементы.

Сначала мы рассказываем детям о том, что такое спортивное ориентирование, какие его виды выделяют по способу передвижения. Затем знакомим детей с картой. Для этого сравниваем картинку с изображением детского сада с помощью знаков спортивного ориентирования и его фотографии с большой высоты. Далее мы знакомим детей с компасом, его назначением, знаками спортивного ориентирования. Объясняем, что для разных объектов на местности придумали условные обозначения на карте, одинаковые для всех

стран. Потом рассказываем о видах дистанций: по заданному направлению — где нарушать порядок взятия контрольных пунктов нельзя; по выбору — где участник соревнований сам выбирает последовательность взятия контрольных пунктов. Знакомим детей с обозначением на карте старта или точки начала ориентирования (красным треугольником), контрольного пункта (красным кругом), финиша (красным кругом и внутри которого — еще один круг). Контрольный пункт (КП), который выставляется на местности, представляет собой красно-белый матерчатый (бумажный) знак в форме призмы. На этом знаке мы изображаем различные геометрические фигуры для



Инструктаж

удобства прохождения дистанции детьми и отметки контрольного пункта.

Затем вместе с детьми мы составляем карту спортивного зала, придумываем условные обозначения. Используем различный спортивный инвентарь: гимнастические скамейки, кубы, дуги, конусы, гимнастические лестницы, обручи и т.д. Предлагаем детям контрольные карточки — настоящий документ, с помощью которого контролируют прохождение КП участником.

На физкультурных занятиях на свежем воздухе мы знакомим детей с ландшафтом территории детского сада и проводим спортивное ориентирование.

В результате проведения занятий с использованием элементов спортивного ориентирования у старших дошкольников формируются представления об этом виде спорта, умение работы с картой, интерес к физической культуре.

Ниже приводится сценарий физкультурного занятия в подготовительной к школе группе.

## **Спортивное ориентирование**

### *Задачи:*

- закреплять представление о спортивном ориентировании как виде спорта;
- развивать умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным

действиям, физические качества и ориентировку в пространстве;

- формировать умение взаимодействовать со сверстниками в двигательной деятельности, целеустремленность, упорство в достижении поставленной цели.

*Оборудование:* плакаты с видами спортивного ориентирования, макеты контрольных пунктов, разновидность отметок, карточки по количеству участников.

\* \* \*

**Инструктор.** Здравствуйте, ребята! Сегодня мы продолжим знакомиться со спортивным ориентированием. Давайте вспомним, что такое спортивное ориентирование.

**Дети.** Спортивное ориентирование — вид спорта, в котором участники самостоятельно, при помощи спортивной карты и компаса, должны пройти заданное число контрольных пунктов (КП), расположенных на местности.

**Инструктор.** Какие виды ориентирования по способу передвижения вы знаете?

**Дети.** Бегом, на лыжах, на велосипедах. А еще по заданному направлению — это вид дистанции, на которой КП соединены последовательно. Нарушать порядок взятия КП нельзя. По выбору — это вид дистанции, на

которой участник соревнований сам выбирает последовательность взятия КП.

**Инструктор.** А что такое карта?

**Дети.** Карта — упрощенное изображение местности.

**Инструктор.** А что такое компас?

**Дети.** Компас — инструмент для ориентирования на местности.

**Инструктор.** Что можно определить при помощи компаса?

**Дети.** При помощи компаса можно определить, где находятся стороны света: север, юг, запад, восток.

**Инструктор.** Внутри компаса есть стрелка, которая вращается. Куда она всегда указывает?

**Дети.** Стрелка внутри компаса вращается вертикально и по

кругу. Она всегда указывает на север.

Инструктор демонстрирует картинку с изображением детского сада с помощью знаков спортивного ориентирования и его фотографию с высоты птичьего полета.

**Инструктор.** Посмотрите на картинку и фотографию. Скажите, что здесь изображено.

Дети отвечают.

Какие знаки спортивного ориентирования вы знаете?

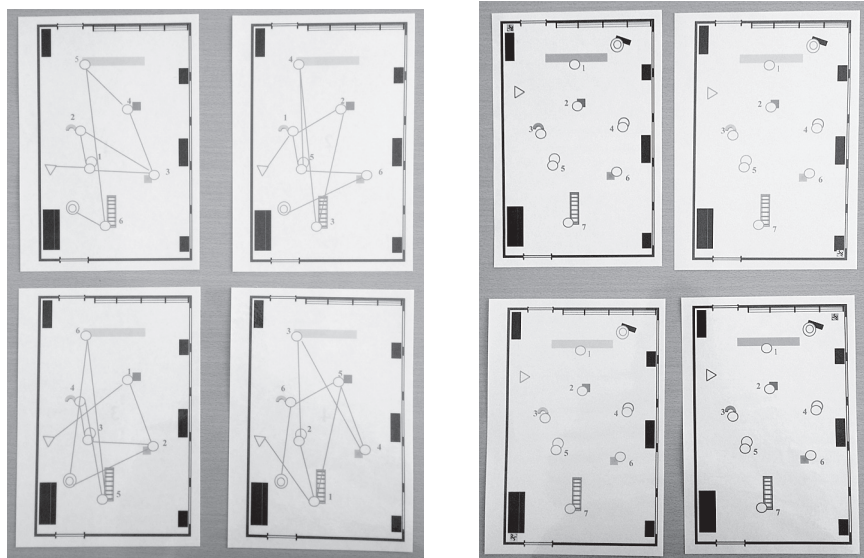
**Дети.** Куст, поляна, отдельно стоящее дерево, тропинка, непроходимый лес и т.д.

**Инструктор.** Как вы уже знаете, для разных объектов на местности придумали условные обозначения на карте. Как на карте обозначен старт или точка начала ориентирования?



Примеры обозначения контрольных пунктов





Карты-схемы маршрутов

Дети. Красным треугольником.

Инструктор. А контрольный пункт?

Дети. Красным кругом.

Инструктор. Ребята, а как на карте обозначен финиш?

Дети. Красным кругом, внутри которого еще круг.

Инструктор. Ребята, скажите мне, что представляет собой КП и как он выглядит.

Дети отвечают.

Еще у каждого участника соревнований есть своя контрольная карточка. Что это?

Дети отвечают.

Молодцы, ребята! Вы уже много узнали о спортивном ори-

ентировании. А сейчас устроим соревнование. Я раздам вам карты. Посмотрите, где старт, где финиш, КП. Какой вид соревнований у нас сегодня?

Дети. В заданном направлении.

Инструктор. На старт, внимание, марш!

Дети двигаются в заданном направлении.

Молодцы! Вы прошли все контрольные пункты. А сейчас я предлагаю разделиться на две команды. Каждая получит карту, на которой показано, в каком месте спрятан сюрприз.

Дети следуют карте и находят сюрприз.

А теперь давайте подведем итог, узнаем, все ли справились с заданием, чьи контрольные карточки правильно и аккуратно заполнены. Какие трудности вы испытывали? Что у вас не получилось? Что понравилось? Что нового вы узнали?

Дети отвечают.

Ребята, вы большие молодцы. Кто-то быстрее, кто-то чуть медленнее, но вы все справились с заданием, нашли сюрпризы.

На этом наше очередное знакомство со спортивным ориентированием закончилось. До новых встреч!

### Литература

1. Приказ Минобрнауки России № 1155 от 17.10.2013 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
2. Спортивное ориентирование: Учеб. пособие / Сост. Н.Н. Ключникова, Н.А. Чернова. Ульяновск, 2009.

## Интегрированное занятие «Солнце воздух и вода... Какая от них польза?»

### В подготовительной к школе группе

**Артеева Ю.С.,**  
воспитатель МБДОУ д/с № 26 «Петушок»,  
г. Туапсе Краснодарского края

---

**Аннотация.** Конспект образовательной деятельности предусматривает расширение представлений детей о пользе солнца, воздуха и воды для человеческого организма, а также формирование у детей ценности здоровья. В занятии используется игровой квест, в ходе которого уточняются представления дошкольников о пользе естественных сил природы.

**Ключевые слова.** Поисковая деятельность, мотивация, рефлексия, метод вопросов.

---

Предлагаем вниманию конспект физкультурного занятия в подготовительной к школе группе, направленный на формирование знаний детей о влиянии на организм естественных сил природы.

*Цель:* расширение представлений о значении воздуха, солнца и воды для жизни человека.

*Задачи*

*Обучающие:*

- знакомить со свойствами солнца, воздуха, воды и их ролью в жизни человека через опытно-экспериментальную деятельность;
- закреплять знания об условиях развития живых организмов.

*Развивающая:* развивать познавательную активность в процессе экспериментирования.

*Воспитательная:* воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

*Методы и приемы:* словесный (беседа, художественное слово); наглядный (демонстрация презентации, показ); игровой; практический (проблемные ситуации, опыты, метод вопросов).

*Оборудование:* презентация «Солнце, воздух и вода», парашют, стаканы с водой, коктейльные трубочки и целлофановые пакеты (по количеству детей), фонограмма «Ручеек».

\* \* \*

#### ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Воспитатель. Ребята, что такое путешествие?

Дети отвечают.

Предлагаю сегодня отправиться в необычное, очень ин-

тересное путешествие. А куда мы отправимся в первую очередь, подскажет следующая загадка:

Ну-ка, кто из вас ответит?  
Не огонь, а больно жжет,  
Не фонарь, а ярко светит,  
И не пекарь, а печет.

(Солнце.)

Как вы думаете, как называется первая станция нашего путешествия?

Дети. «Солнечная».

Логопед. На каком транспорте можно добраться до этой станции?

Дети отвечают.

#### ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

На экране — слайд с изображением Солнца.

Воспитатель. Мы прибыли на станцию «Солнечная». Что такое Солнце? Это планета или звезда? Как вы думаете, приносит ли оно какую-нибудь пользу живым организмам? Могут ли живые существа прожить без света и тепла? Ребята, что было бы без Солнца?

Дети отвечают.

Как Солнце помогает быть нам здоровыми?

Дети отвечают.

Как называется следующая станция, вы узнаете, если отгадаете еще одну загадку:

Через нос проходит в грудь  
И обратный держит путь.  
Он – невидимый, и все же  
Без него мы жить не можем.  
(Воздух.)

Как называется следующая станция?

Д е т и. «Воздушная».

В о с п и т а т е л ь. На каком транспорте можно путешествовать по воздуху?

Дети отвечают.

Это что за потолок,  
То он низок, то высок,  
То он сер, то беловат,  
То чуть-чуть голубоват,  
А порой такой красивый —  
Кружевной и синий-синий.  
(Небо.)

Правильно. Кто знает, что такое небо? Из чего оно состоит?

Дети отвечают.

Небо — толстый слой воздуха.

На экране — слайд с изображением голубого неба.

Какое небо изображено?

Дети отвечают.

На экране — слайд с изображением серого неба и завода с дымиющимися трубами.

А почему здесь небо такое серое, грязное?

Дети отвечают.

Ребята, как вы думаете, почему мы не задыхаемся?

Дети отвечают.

Правильно, растения и деревья помогают очищать воздух. А еще, ребята, над трубами заводов устанавливают уловители дыма. Как вы думаете, что должен делать человек, чтобы воздух был чище? Для чего нужен воздух?

Дети отвечают.

Попробуйте задержать дыхание, зажмите нос, а я буду считать до пяти. Что вы почувствовали? Как вы думаете, что произошло, если бы не было воздуха? Как вы считаете, где может находиться воздух? Можно ли его увидеть, почувствовать?

Дети выполняют задание и отвечают.

Предлагаю проверить это.

Воспитатель вместе с детьми проводит эксперименты, которые доказывают, что воздух невидим, но его можно ощутить. Воздух есть везде, где бы мы ни находились.

## Эксперимент 1

Дети создают движение воздуха с помощью парашюта.

В о с п и т а т е л ь. Что мешает парашюту опускаться быстро? Что вы чувствуете, когда парашют опускается?

Дети отвечают.

Воздух невидимый, но его можно почувствовать.

Как вы думаете, воздух можно «поймать»? Проверим? С помощью чего можно «поймать» воздух?

Дети отвечают.

А еще воздух можно поймать с помощью пакета. Может быть, вы знаете, как это сделать?

Дети отвечают.

### Эксперимент 2

Дети с помощью целлофановых пакетов «ловят» воздух, закрывают их, а затем подбрасывают и ловят.

### Эксперимент 3

Воспитатель предлагает проверить, есть ли воздух внутри человека.

Перед каждым ребенком стоит стакан с водой и трубочкой для коктейля. Дети делают вдох носом, а выдыхают через рот в трубочку.

Воспитатель вместе с детьми делает вывод о том, что воздух выходит в виде воздушных пузырьков.

Воспитатель. Какой вывод можно сделать? Внутри нас есть воздух, мы им дышим. Можно ли с помощью воздуха укрепить свое здоровье? Как это можно сделать?

Дети отвечают.

Продолжим путешествие. Название следующей станции вам подскажет песенка. А кто ее исполнитель, вы с легкостью отгадаете.

Воспитатель включает аудиозапись струящейся воды.

Как будет называться следующая станция?

Дети. «Вода».

Воспитатель. На чем можно путешествовать по воде?

Дети отвечают.

Кому и для чего нужна вода? Всю ли воду можно пить? Что произойдет, если на планете не будет воды? Что нужно делать, чтобы она была пригодной для питья и жизни живых существ? Как с помощью воды можно закалять свой организм?

Дети отвечают.

Ну что ж, ребята, наше путешествие подошло к концу, нам пора возвращаться. Прошу занять свои места на ракете для возвращения на нашу планету.

### ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Воспитатель. На каких станциях вы побывали? Что нового вы узнали благодаря этому путешествию? Что больше всего понравилось? Что необходимо для жизни человека и других живых существ?

Дети отвечают.

# ГТО в обеспечении преемственности физического и патриотического воспитания дошкольников и школьников

**Гольцова М.В.,**

*инструктор по физкультуре;*

**Рябкина И.Н., Денисова Ю.С.,**

*воспитатели МБДОУ д/с № 16 «Ивушка»,*

*г. Старый Оскол Белгородской обл.*

---

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема использования ВФСК ГТО в процессе физического и патриотического воспитания детей старшего дошкольного возраста. Представлен проект с целью подготовки дошкольников к выполнению нормативов I ступени физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

**Ключевые слова.** Физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», проектная деятельность, патриотическое воспитание, физическое воспитание, старшие дошкольники.

---

Патриотическое воспитание — одна из актуальных и сложнейших проблем, которая сегодня должна решаться всеми, кто имеет отношение к детям. Чувство любви к Отчизне формируется у дошкольников постепенно, в процессе накопления представлений об общественной жизни страны, труде людей, окружающей природе. Любовь детей к Родине носит ярко выраженный эмоциональный характер: их захватывает прежде всего то, что воздействует на их чувства.

Регулярные занятия по физкультуре позволяют не только овладеть двигательными навыками, необходимыми для профессиональной деятельности, развить физические качества, но и способствуют воспитанию патриотизма, помогают закалить характер.

Патриотическое воспитание дошкольников по ФГОС ДО подразумевает воспитание физически здоровой личности. В решении этой проблемы немаловажную роль играет предмет «Физическая культура».

Поэтому физическое развитие — неотъемлемая часть воспитательного процесса. Физически развитый, крепкий, сильный, здоровый человек должен быть добрее, терпимее, готов прийти на помощь тем, кому она нужна, и направить свои умения только на добрые дела.

Спортивно-патриотическое воспитание — многоплановая, систематическая, целенаправленная и скоординированная деятельность по формированию физически и духовно развитой, морально стойкой личности, способной реализовать творческий потенциал, обладающей высоким уровнем гражданственности, патриотизма,

готовой к выполнению конституционного долга.

Идея возрождения комплекса «Готов к труду и обороне» принадлежит президенту РФ В.В. Путину, подписавшему Указ от 24.03.2014 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе “Готов к труду и обороне” (ГТО)», который поставил в приоритет развитие и доступность для россиян всех возрастов массового спорта. Это было сделано в целях улучшения физического состояния граждан, увеличения продолжительности их жизни, а также повышения в обществе роли общечеловеческих ценностей,





проявляющихся в религиозной и национальной терпимости, уважительном отношении к народам России, их языкам, культуре и традициям.

Будучи уникальной программой физкультурной подготовки, комплекс ГТО должен стать и основополагающим в единой системе патриотического воспитания молодежи. В подтверждение общественной значимости и актуальности данного проекта отметим, что все люди разные. Однако у всех, кто добровольно решает пройти испытание комплексом ГТО, есть одна общая черта — целеустремленность. Она очень важна для людей XXI в. Только целеустремленные и физически подготовленные люди смогут добиться успеха в условиях конкуренции на рынке труда, а наша задача — помочь им в этом, поскольку их достижения будут иметь не просто личностный, а социальный смысл.

Возвращение к реализации программы ГТО увеличит интерес к массовому спорту, фитнесу, здоровому образу жизни (ЗОЖ). Для детей 6—17 лет сдача нормативов станет обязательной. В советской школе было стыдно не сдать нормы ГТО, поэтому учащиеся занимались спортом, старались, тренировались. Сегодня не хватает мотивации.

Возобновление программы может стать хорошим стимулом для вовлечения детей в регулярные занятия физкультурой и спортом. Мы должны организовать такое воспитательное пространство, которое обеспечит воспитание достойного гражданина своей страны. Данный подход к организации физического воспитания позволит максимально мотивировать и вовлекать детей и родителей в систематические занятия физической культурой с учетом их индивидуальных, психологических и физических особенностей. Предлагаемые формы занятий физической культурой позволят дошкольникам не только выполнить нормы комплекса ГТО, но и будут способствовать их личностному развитию и повышению уровня патриотического самосознания.

Таким образом родились идеи проектов для старших дошкольников «Как быть первыми, мы знаем: ГТО все выбираем!» (на 2016/17 уч. г.) и «Первые шаги к ГТО» (на 2017/18 уч. г.).

Предлагаем вниманию проект «Первые шаги к ГТО».

*Цели:* подготовка к выполнению нормативов I ступени физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное включение всех участников образовательного процесса в подготовку и сдачу

нормативов ГТО в соответствии с возрастными ступенями.

*Задачи*

*Образовательные:*

- формировать представления детей о разных видах спорта, о заслугах людей в спорте;
- расширять и закреплять знания детей и родителей о ЗОЖ;
- совершенствовать уровень физической подготовленности детей;
- знакомить детей с понятиями «пьедестал», «кубок», «рекорд».

*Развивающие:*

- способствовать развитию волевых качеств (целеустремленности, выдержки);

- развивать физические качества (силу, ловкость);
- формировать предпосылки к универсальным учебным действиям;
- прививать интерес к занятиям физическими упражнениями, активному и здоровому образу жизни.

*Воспитательные:*

- содействовать выражению положительных эмоций;
  - поощрять двигательную активность;
  - воспитывать патриотизм, гордость за свою страну, позитивное отношение к занятиям спортом и физической культуре.
- Проект нацелен на физическое развитие, формирование



патриотизма у старших дошкольников. Его участники — педагоги ДОО, дети и их родители, школа.

*Работа по реализации проекта* включает в себя:

- информированность педагогического коллектива (накопление информации по тематике проекта);
- включение в стандартные занятия физкультурой нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для I ступени;
- спортивные мероприятия на уровнях ДОО и города;
- взаимодействие с родителями (их участие в совместной с детьми деятельности, в творческих и спортивных конкурсах, открытых мероприятиях);
- обеспечение поддержки и активности всего коллектива;
- сотрудничество с другими организациями и учреждениями, в том числе со школами.

### Подготовительный этап

- ♦ Анализ условий для реализации проекта.
- ♦ Распределение обязанностей среди участников проекта.
- ♦ Подбор методической, научно-популярной литературы, иллюстративного материала по теме проекта.
- ♦ Изучение нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО I ступени (для детей 6—8 лет).



- ♦ Презентация с использованием мультимедийного оборудования «История возникновения ГТО».

- ♦ Подборка оборудования, спортивного инвентаря для проведения нормативных испытаний, физкультурных занятий и спортивных праздников.

- ♦ Оформление стенда «Сегодня мы дошкольники, а завтра олимпийцы!».

- ♦ Разучивание нормативов ГТО при проведении утренней гимнастики, физкультурных занятий, спортивных упражнений, подвижных игр, эстафет.

- ♦ Оформление родительских уголков в группах с размещением материала по теме проекта.



### Основной этап

- ♦ Рассматривание иллюстраций, фото- и видеоматериалов по теме проекта.

- ♦ Чтение рассказов, загадывание загадок, разучивание стихотворений о спорте.

- ♦ Консультации для родителей: «Зачем нужно ГТО в дошкольном возрасте?», «Нормативные испытания ГТО и как их проходить».

- ♦ Экскурсия в спортивный комплекс завода.

- ♦ Решение с детьми проблемных вопросов и ситуаций (поискового характера): «Какие знаки отличия ГТО ты знаешь?», «Зачем люди занимаются спортом?», «Что нужно делать, чтобы стать

спортсменом?», «Какие у меня физические возможности?».

- ♦ Проведение интеллектуальных и развивающих игр: викторина «Знатоки спорта», занятие по ЗОЖ «Где прячется здоровье?».

- ♦ Спортивное развлечение «Олимпийские надежды» совместно с учащимися школы.

- ♦ Рисование по темам: «Мой любимый вид спорта», «Вперед к победам».

- ♦ Занятия-беседы на темы: «Здоровье в порядке — спасибо зарядке!», «Значение занятий физкультурой и спортом для сохранения здоровья».

- ♦ Квест-игра к Дню защитника Отечества совместно с пер-

воклассниками «Готовим будущих воинов».

### Заключительный этап

♦ Разработка и проведение спортивного праздника с участием родителей «Нам со спортом по пути — ГТО ждет впереди!».

♦ Подбор физкультурного оборудования, разучивание спортивного танца с детьми для участия в городском фестивале ГТО.

♦ Муниципальный фестиваль ГТО.

♦ Презентация для детей и родителей с использованием мультимедийного оборудования «Выполняем нормы ГТО».

♦ Фотоотчет на сайте детского сада о проведении мероприятий в рамках проекта.

Помимо реализуемого проекта в нашем дошкольном образовательном учреждении проводится много других мероприятий:

- спортивные совместно с первоклассниками;
- акции для родителей: «Я талантлив», «Мы готовы к ГТО»;
- встречи с выпускниками детского сада;
- смотры строя и песни.

Большую роль в воспитании патриотизма играют образовательные учреждения, в рамках которых происходит духовно-нравственное становление детей и подготовка их к самостоятельной жизни. Не будучи патриотом

сам, педагог не сможет и в ребенке пробудить чувство любви к Родине. Именно пробудить, а не навязать, поскольку в основе патриотизма лежит духовное самоопределение.

### Литература

*Вавилова Е.Н.* Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя детского сада. М., 1981.

*Вавилова Е.Н.* Укрепляйте здоровье детей: Пособие для воспитателя детского сада. М., 1986.

*Картушина М.Ю.* Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы. М., 2004.

*Новикова И.М.* Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5—7 лет. М., 2010.

Патриотизм в физическом воспитании дошкольников // Молодой ученый. 2016. № 3.

*Рунова М.А.* Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. М., 2002.

Постановление Правительства РФ от 11.06.2014 № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

Указ Президента РФ от 24.03.2014 № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

<http://gto.ru/>



# Использование су-джок терапии в развитии мелкой моторики

Тахташева Р.Д.,

воспитатель МАДОУ д/с № 37 «Ягодка»,  
г. Губкин Белгородской обл.

---

**Аннотация.** Статья посвящена развитию мелкой моторики с использованием су-джок терапии как одной из нетрадиционных здоровьесберегающих технологий. Представлен вариант занятия с примерами массажа и самомассажа с шариками су-джок в игровой форме.

**Ключевые слова.** Мелкая моторика, речевое развитие, здоровьесбережение, су-джок терапия, массаж.

---

В последнее время наблюдается рост числа детей с нарушениями общей и мелкой моторики, познавательного, эмоционально-волевого и речевого развития. Многие педагоги, занятые воспитанием и обучением таких воспитанников, имеют обширный практический материал, включающий как традиционные методы и способы коррекции, так и нетрадиционные технологии.

Су-джок терапия (от корейск. Су — «кисть» и Джок — «стопа») — одна из нетрадиционных здоровьесберегающих технологий, созданная южно-корейским профессором Пак Чжэ Ву. В ее основе лежит система соответствия кистей и стоп всему организму в целом. По мнению автора этой терапии, кисти и стопы являются «пультами дистанционного управления» здоровьем человека.

На кистях и стопах располагаются биологически активные точки, соответствующие всем органам и участкам тела. Соответственно, воздействуя на них, можно влиять на определенный орган человека, регулировать функционирование внутренних органов. Таким образом, с помощью су-джок терапии можно лечить любую часть тела, любой орган, не прибегая к помощи врача.

Данный метод можно и нужно использовать в профилактических и коррекционных целях наряду с пальчиковыми играми, мозаикой, штриховкой, лепкой, рисованием. Упражнения с использованием су-джок технологии обогащают знания ребенка о собственном теле, развивают тактильную чувствительность, мелкую моторику, опосредованно стимулируют речевые области в коре головного мозга, а также способствуют общему укреплению организма.

Су-джок терапия:

- воздействует на биологически активные точки;
- нормализует мышечный тонус;
- стимулирует речевые области в коре головного мозга;
- совершенствует координацию движений пальцев рук;
- снижает двигательную и эмоциональную расторможенность;
- совершенствует навыки пространственной ориентации;
- развивает память, внимание.

Кроме того, она помогает организовать образовательную деятельность, сделать ее интереснее и разнообразнее, создает благоприятный психофизиологический комфорт детям во время игровой образовательной ситуации.

Вся работа по данному методу проводится с помощью су-джок стимуляторов — массажеров,

один из которых представляет собой шарик (две соединенные полусферы), внутри которого, как в коробочке, находятся два специальных кольца из металлической проволоки. Их можно легко растягивать, свободно проходить ими по пальцу вниз и вверх, создавая приятное покалывание.

Приемы су-джок терапии:

- массаж специальным шариком;
- массаж эластичным кольцом;
- массаж стоп;
- ручной массаж кистей и пальцев.

Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей.

Предлагаем несколько форм работы с детьми с использованием шариков су-джок.

### Массаж шариками су-джок

Дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом.

Этот шарик непростой,

Держат шарик на левой ладони, рассматривают его.

Он колючий — вот какой.

Накрывают шарик правой ладонью.

Будем с шариком играть —

Катают шарик горизонтально.

И ладошки согревать.

Раз катаем, два катаем,





Катают шарик вертикально.

Сильней на шарик нажимаем.  
Как колобок мы покатаем,

Катают шарик в центре ладошки.

Сильней на шарик нажимаем.  
В руку правую возьмем,  
В кулачок его сожмем.

Сжимают правую руку в кулак.

В руку левую возьмем,  
В кулачок его сожмем.

Сжимают левую руку в кулак.

Мы положим шар на стол.  
Мы посмотрим на ладошки  
И похлопаем немножко.

Хлопают в ладоши.

Потрясем свои ладошки.

Трясут ладонями.

### Массаж су-джок шариками

Дети выполняют действия с шариком в соответствии с текстом.

Я мячом круги катаю,  
Взад-вперед его гоняю.  
Им поглажу я ладошку,  
Будто я сметаю крошку,  
И сожму его немножко,  
Как сжимает лапу кошка,  
Каждым пальцем мяч  
прижму —  
И другой рукой начну.

### Массаж пальцев эластичным кольцом

Дети надевают массажное кольцо поочередно на каждый палец, проговаривая стихотворение.

Раз, два, три, четыре, пять —

Дети разгибают пальцы по одному.

Вышли пальцы погулять.  
Этот пальчик самый сильный,  
Самый толстый и большой.  
Этот пальчик для того,  
Чтоб показывать его.  
Этот пальчик самый длинный  
И стоит он в середине.  
Этот пальчик безымянный,  
Он избалованный самый.  
А мизинчик, хоть и мал,  
Очень ловок и удал.

### Использование шариков су-джок при автоматизации звуков

Дети поочередно надевают массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию звука [ш].

Этот малыш — Илюша,

Надевают кольцо на большой палец правой руки.

Этот малыш — Ванюша,

На указательный палец.

Этот малыш — Алеша,

На средний палец.

Этот малыш — Антоша,

На безымянный палец.

А меньшего малыша

На мизинец.

Зовут Мишуткою, друзья.

Эта малышка — Танюша,

Надевают кольцо на большой палец левой руки.

Эта малышка — Ксюша,

На указательный палец.

Эта малышка — Маша,

На средний палец.

Эта малышка — Даша,

На безымянный палец.

А меньшую зовут Наташа.

На мизинец.

### Использование шариков су-джок при совершенствовании лексико-грамматических категорий

*Упражнение «Один — много»*

Инструктор. Я буду катить к вам по столу «чудо-шарик», называя предмет в единственном числе. А вы, поймав его ладонью, откатывать назад и произносить слово во множественном числе.

Дети выполняют задание.





### **Использование кольца и шариков су-джок для развития памяти и внимания**

**Инструктор.** Наденьте кольцо на мизинец правой руки, возьмите шарик в правую руку и спрячьте его за спину и т.д. Закройте глаза, я надену колечко на любой палец, а вы должны назвать на какой.

Дети выполняют задание.

### **Использование шариков су-джок при выполнении гимнастики**

**И.п.:** ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль туловища, в

правой руке — шарик. 1 — руки развести в стороны; 2 — поднять их вверх и переложить шарик в другую руку; 3 — развести руки в стороны; 4 — опустить их.

### **Использование шариков су-джок для звукового анализа слов**

Для характеристики звуков используют массажные шарики трех цветов: красного, синего и зеленого. Инструктор называет звуки, а ребенок показывает шарик, соответствующий обозначению звука: гласный — красный; твердый согласный — синий; мягкий согласный — зеленый.

### **Использование шариков су-джок при совершенствовании навыков употребления предлогов**

На столе — коробка. Сначала дети выполняют инструкции педагога, а затем отвечают на вопросы.

**Инструктор.** Положи красный шарик в коробку, синий — под коробку, зеленый — около коробки. Куда я положила зеленый шарик? Откуда я достала красный шарик?

### **Использование шариков су-джок для слогового анализа слов**

*Упражнение «Раздели слова на слоги»*

Дети проговаривают слова по слогам и на каждый из них берут по одному шарик из коробки, а затем считают количество слогов.

Используя шарики и колечки су-джок, мы часто разыгрываем знакомые сказки или сочиняем новые.

Это лишь некоторые примеры использования су-джок терапии. Творческий подход, применение альтернативных методов способствуют более интересному, разнообразному и эффективному проведению совместной деятельности педагога и детей в ДОО.

Неоспоримые достоинства су-джок терапии:

— высокая эффективность (при правильном применении наступает выраженный эффект);

— абсолютная безопасность (неправильное применение никогда не наносит вреда, оно просто неэффективно);

— универсальность (су-джок терапия могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях);

— простота применения (для получения результата проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью су-джок шариков).

Таким образом, су-джок терапия — высокоэффективный, универсальный, доступный и абсолютно безопасный метод работы педагога и родителей с детьми.

Данную технологию мы используем в своей работе и с уверенностью можем сказать, что она положительно воздействует на развитие мелкой моторики и способствует сохранению и укреплению здоровья детей. Умелыми пальчики становятся не сразу. Главное помнить золотое правило: игры и упражнения должны проводиться систематически.

### **Литература**

*Акименко В.М.* Новые логопедические технологии: Учеб.-метод. пособие. Ростов-н/Д., 2011.

*Бардышева Т.Ю.* Здравствуй, пальчик. Пальчиковые игры. М., 2012.

*Большакова С.Е.* Формирование мелкой моторики рук: Игры и упражнения. М., 2013.

# Спортивный праздник «Занимательный мир кино» с использованием ИКТ Для старших дошкольников

**Хмельницкая А.Н.,**

*инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 166*

*«Росинка», г. Ульяновск*

---

**Аннотация.** В статье представлен сценарий спортивного праздника в подготовительной к школе группе, посвященного Дню российского кино, с использованием информационно-коммуникационных технологий, направленный на развитие физических качеств, популяризацию здорового образа жизни.

**Ключевые слова.** Спортивный праздник, старшие дошкольники, информационно-коммуникативные технологии.

---

**П**редлагаем сценарий спортивного праздника для старших дошкольников, в ходе которого у детей формируются представления о киноискусстве и интерес к физкультурным занятиям.

*Задачи:*

- развивать физические качества;
- приобщать к регулярным занятиям физической культурой, популяризировать физкультуру и здоровый образ жизни;
- расширять представления о киноискусстве и жанрах кино;
- воспитывать патриотические чувства, желание помогать другу.

*Предварительная работа:* беседа на тему «Что такое кино?»; подготовка презентации с вопросами (выполненной в программе Microsoft Power Point) и видеофрагментами — ответами.

*Оборудование:* проектор или компьютер, игрушки небольшого размера (по 3 волка и зайца), 8—10 ограничителей (конусов), обручи (диаметр 60 см), кегли (по 6 шт.), корзинки, игрушечные тракторы на веревочке, детские самокаты, клюшки, совковые лопатки, куклы в русских народных костюмах, ведерки, воздушные шары, платки (перечисленного по 2 шт.), кубы-

ки, 10 «золотых» монет из плотного картона, музыкальное сопровождение, аудиопроигрыватель, фрагменты мультфильмов, сладкие призы.

\* \* \*

**Инструктор.** Здравствуйте, уважаемые гости! Мы начинаем наш спортивный праздник.

Под музыку в зал входят дети и строятся по разным сторонам площадки.

Наш спортивный праздник необычный. Он посвящен Дню российского кино. Я надеюсь, что мы замечательно и с пользой проведем время и поближе познакомимся с киноискусством.

#### 1 - й ребенок

Как нас радует оно,  
Настроенье поднимает.  
Чудо техники — кино,  
Что нас часто посещает  
И сюжетом потешает.

#### 2 - й ребенок

Учит нас кино любить  
Труд, семью, друзей, работу.  
Учит прогрессивно жить,  
Создавать себе в угоду  
В доме ясную погоду.

#### 3 - й ребенок

Там и радость есть, и смех,  
Детектив и приключение.  
И найдется фильм для всех,  
Мелодрама, развлечение —  
Для любого поколения.

#### 4 - й ребенок

Исторический сюжет,  
Комедийные картины,  
Невозможного там нет.  
Защитит от дней рутины  
Нас сюжетов паутина.

#### 5 - й ребенок

Мы с кино свой век живем,  
Смотрим фильм и подрастаем.  
Мы с кино не пропадем,  
Если что не понимаем —  
Взгляд к экрану обращаем.

#### 6 - й ребенок

Это — чудо из чудес,  
Раньше только лишь мечтали,  
Чтоб технический прогресс  
В жизнь умело воплощали,  
Чтобы фильмы создавали.

#### 7 - й ребенок

Как нас радует оно,  
Поднимает настроенье,  
Чудо техники — кино,  
Всех в округе развлечение  
И науки достижение!

*Е. Грудинкина-Рудакова*

**Инструктор.** Сегодня на нашем спортивном празднике соревнуются две команды. Давайте их поприветствуем.

Участники команды  
«Ну, погоди!»

Больше спорта, больше смеха,  
Так мы быстрее добьемся  
успеха!

Если другой отряд впереди,  
Мы ему скажем: «Ну, погоди!»



Участники команды «Фиксики»

Наш девиз — не унывать,  
Все пройти и все узнать!

Инструктор. За победу в каждой эстафете команда награждается звездочкой. А оценивать мастерство и талант наших юных спортсменов будет строгое, но справедливое жюри.

Инструктор представляет членов жюри.

А сейчас не зевай и не ленись,  
На зарядку становись!

Под музыку дети выполняют комплекс упражнений по выбору инструктора. Затем садятся на стульчики по командам.

На экране — фото братьев Люмьер.

Воспитатель. Ребята, я хочу вас познакомить с братьями Люмьер. Они первыми начали снимать короткометражные фильмы. И первый их фильм «Прибытие поезда на вокзал города Ла-Сьота» был показан в Париже в 1896 году.

Воспитатель демонстрирует короткометражный фильм «Прибытие поезда на вокзал города Ла-Сьота».

Киноискусство с тех пор набирало все большую и большую популярность. День рождения кино во всем мире отмечают 28 декабря, а День российского

кино — 27 августа. Кино очень разнообразно, в нем много жанров: комедии, мелодрамы, драмы, детективы, боевики, приключения, военные фильмы и другие. Но я знаю два жанра, которые вы наверняка любите. Это мультфильмы и сказки.

Инструктор. Все наши задания и эстафеты связаны с героями сказок и мультфильмов. Чтобы узнать, какое испытание вас ждет впереди, надо ответить на вопрос. Итак, внимание на экран.

На экране — слайд с вопросом.

Какому герою принадлежат эти слова:

«А я такой голодный, как айсберг в океане!

А ты такой прекрасный, как летом эскимо...»?

Дети. Волку из мультфильма «Ну, погоди!».

Демонстрируется фрагмент мультфильма «Ну, погоди!» (1985 г., 15-й вып.).

Инструктор. Предлагаю вам, ребята, выполнить первое задание.

### Эстафета «Ну, погоди!»

Первый участник берет корзинку с игрушками (зайчиками или волками), бежит и в каждый обруч ставит одну игрушку. Добегает до ограничителя и обегает его. По прямой возвращается назад, передает пустую корзинку



следующему участнику. Второй игрок бежит и собирает все игрушки в корзинку.

**Инструктор.** Внимание на экран.

На экране — слайд с вопросом.

Герой какого мультфильма решил прокатиться на тракторе? Он сшиб все на своем пути и в итоге свалился в реку.

**Дети.** Попугай Кеша.

Демонстрируется фрагмент мультфильма «Возвращение блудного попугая» (1988 г., 3-й вып.).

**Инструктор.** Предлагаю вам, ребята, вот такое интересное задание.

### **Эстафета «Трактористы»**

Участникам необходимо провезти «змейкой» трактор на веревочке вокруг препятствий (3—4 конуса).

**Инструктор.** Вот еще одно задание. Внимание на экран.

Демонстрируется слайд с вопросом.

Кому принадлежат эти слова: «Ребята, давайте жить дружно!»?

**Дети.** Коту Леопольду.

**Инструктор.** В одной из серий этого замечательного мультфильма мышата старались навредить Коту Леопольду. Что из этого вышло? Давайте посмотрим.

Демонстрируется фрагмент мультфильма «Кот Леопольд» (1987 г., 11-я сер.).

Хотели навредить, но у них ничего не вышло! У самих случились неприятности. А кто из вас заметил, на каком транспортном средстве мышата догоняли автомобиль Кота Леопольда?

**Дети.** На самокате.

**Инструктор.** Правильно. Следующее задание так и называется «Самокат».

### **Эстафета «Самокат»**

Участникам необходимо доехать на самокате, отталкиваясь одной ногой, до ограничителя, объехать его вокруг и вернуться к команде.

**Инструктор.** А теперь вопрос из сказки. Посмотрите на экран.

На экране — слайд с вопросом.

Какая героиня сказки «Морозко» посадила Ивана на лопату и собиралась его зажарить в печи?

**Дети.** Баба-яга.

Демонстрируется фрагмент фильма-сказки «Морозко» (1964).

**Инструктор.** Наша следующая эстафета посвящена именно это замечательной сказке.

### **Эстафета «Иван на лопате»**

Участникам необходимо, держа в руках лопату, на которой сидит Иван (кукла в русском народ-

ном костюме), добежать до ограничителя и вернуться обратно.

**Инструктор.** А сейчас мы проверим, как хорошо наши гости знают сказки и фильмы.

### Викторина для родителей

Инструктор произносит фразы, демонстрирует видеотреклеты, а родители отгадывают, из каких они фильмов.

♦ «Танцуют все!» («Иван Васильевич меняет профессию», 1973 г., реж. Л. Гайдай.)

♦ «Наши люди в булочную на такси не ездят!» («Бриллиантовая рука», 1969 г., реж. Л. Гайдай.)

♦ «Я не волшебник. Я только учусь...» («Золушка», 1947 г., реж. Н. Кошерева и М. Шапиро.)

♦ «Повернул избушку, разбудил старушку! Стояла себе задом, так ему, видите ли, не тем фасадом!» («Морозко», 1964 г.)

♦ «Икра черная! Икра красная! Да, заморская икра... Ба-клажанная!» («Иван Васильевич меняет профессию», 1973 г., реж. Л. Гайдай.)

♦ «Экзамен для меня всегда праздник, профессор!» («Операция «Ы» и другие приключения Шурика. Наваждение», 1965 г., реж. Л. Гайдай.)

♦ «Бабу-ягу со стороны брать не будем. Воспитаем в своем коллективе!» («Карнавальная ночь», 1956 г., реж. Э. Рязанов.)

♦ «Тепло ли тебе, девица?» («Морозко», 1964 г., реж. А. Роу.)

♦ «Так я теперь буду выглядеть всегда!» («Служебный роман», 1977 г., реж. Э. Рязанов.)

**Инструктор.** Мы продолжаем наш праздник. Внимание на экран.

Демонстрируется слайд с вопросом.

Этот мальчик — коротышка, фантазер и хватушка. За многое он берется, но ничего ему толком не удается. Кто это?

**Дети.** Незнайка.

**Инструктор.** Ребята, однажды коротышки из Цветочного города решили совершить путешествие на воздушном шаре. Давайте посмотрим, как оно проходило.

Демонстрируется фрагмент мультфильма «Незнайка. Воздушное путешествие» (1972).

Ребята, давайте и мы полетим на воздушном шаре.

### Эстафета «Незнайка на воздушном шаре»

С ведром и шариком в руках участник бежит к обручу. Добежав, выкладывает в него один предмет из ведра (количество предметов на один меньше количества участников в команде), т.е. «облегчает корзину». Вернувшись к команде, передает ведро и шар следующему участнику. Тот, в свою очередь, проделыва-

ет то же самое. Таким образом, к концу эстафеты все предметы из ведра должны быть выложены в обруч. А последний участник снова собирает их в ведро и возвращается к команде.

**Инструктор.** Предлагаю родителям заработать дополнительные очки для команды детей. Приглашаю папу и маму от каждой команды. Внимание на экран.

На экране — вопрос-загадка:

Мы не грабим, не воруем,  
Не шалим, не озуем.  
Жить мы учим простаков,  
Чудаков и добряков.  
А за выучку за эту  
Мы берем у них монету?

Кто это?

**Родители.** Лиса Алиса и Кот Базилио.

На экране — фото с изображением Лисы Алисы и Кота Базилио.

**Инструктор.** А задание для вас непростое...

### **Эстафета для родителей «Лиса Алиса и Кот Базилио»**

Один взрослый — Кот Базилио, другой — Лиса Алиса. Они бегут до обруча, в котором лежат монеты, берут одну из них и относят на линию старта. Нужно принести пять монет.

**Инструктор.** Внимание на экран. Для вас, ребята, последняя загадка.

Демонстрируется слайд с вопросом-загадкой.

Какому сказочному герою принадлежат эти слова: «Я от бабушки ушел, я от дедушки ушел...»?

**Дети.** Колобка.

На экране — фото с изображением Колобка.

### **Эстафета «Колобок»**

В сказке Колобок ловко обошел Зайца, Медведя и Волка, но угодил в пасть Лисы. В эстафете первых трех зверей заменят кегли, а последнего — обруч. Каждый участник — «сказочник» катит свой «колобок» (теннисный мяч) между кеглями «змейкой» при помощи клюшки. Нужно забросить его в обруч, т.е. отправить Колобка в пасть Лисы. Попыток — сколько угодно. После того как мяч окажется в обруче, участник с клюшкой быстро бежит к следующему игроку, чтобы тот смог пройти с Колобком все препятствия.

**Инструктор.** Вот и закончились все испытания для наших юных спортсменов. И пока наше жюри подводит итоги, я хочу вам показать первый мультфильм, созданный в далеком 1929 году. Внимание на экран!

Демонстрируется мультфильм «Почта» (реж. М. Цехановский).

А сейчас для подведения итогов слово предоставляется главному судье.

Судья оглашает результаты спортивного праздника.

А сейчас я хочу наградить всех участников соревнований сладкими призами.

Воспитатели раздают детям сладкие призы.

Вот настал момент прощания,  
Будет краткой наша речь:  
Говорим вам: «До свидания!,  
До счастливых новых встреч!»

Под музыку дети и родители выходят из зала.

## Нескучный досуг с использованием нестандартного оборудования Для старших дошкольников

**Антонишина Е.Н.,**

*инструктор по физкультуре МДОУ д/с № 9 «Аленушка»,  
г. Коряжма Архангельской обл.*

---

**Аннотация.** В статье представлен досуг с использованием нестандартного оборудования для старших дошкольников, направленный на активизацию двигательной деятельности, развитие ловкости, координации движений, силы, выносливости, приобщение к здоровому образу жизни. В ходе досуга предлагаются подвижные игры с необычными предметами, способствующие пробуждению детской фантазии и поддержанию интереса к движениям.

**Ключевые слова.** Физкультурный досуг, нестандартное оборудование, игры, старшие дошкольники.

---

Все хотят, чтобы дети росли здоровыми, красивыми и сильными. Не секрет, что самый короткий путь к этому — занятия физкультурой с раннего возраста.

Игровая деятельность — естественный спутник жизни детей. Она дарит им радость, успех, развивает. Игра всегда связана с творчеством, фантази-

ей, инициативой, в процессе ее формируются двигательные качества детей.

Предлагаем игры с использованием нестандартного оборудования. Наша задача — «разбудить» фантазию детей. Игры с необычными предметами:

- забавляют дошкольников, приносят им удовольствие;
- развивают двигательную активность и мелкую моторику, коммуникативные навыки;
- положительно влияют на все познавательные процессы, речь и интеллект;
- расширяют кругозор, учат экспериментировать;
- совершенствуют предметно-игровую деятельность.

Использовать такие игры можно во время занятий, досугов и развлечений, а также в самостоятельной деятельности детей.

Мы уже представляли вниманию читателей игры с газетами и стаканчиками из-под йогурта (журн. «Инструктор по физкультуре», 2016, № 3). Игры с целлофановыми пакетами и одеялом также вызывают большой интерес у детей. Приведем их примеры.

### Игры с целлофановыми пакетами

♦ *«Дождик»*. Развернуть пакет над головой и держать его как зонтик.

♦ *«Ровная спинка»*. Ходить с пакетом на голове, стараясь не уронить его.

♦ *«Надуем шарик»*. Размахивать пакетом правой и левой рукой, чтобы набрать в него воздух.

♦ *«Парашиют»*. Подбросить пакет вверх и наблюдать, как он будет опускаться.

♦ *«Шарик»*. Отбивать пакет, как шарик, ладонью вверх, не давать ему упасть на пол.

♦ *«Перешагни, перепрыгни»*. Прыгать через пакет.

♦ *«Подуй»*. Попытаться сдуть пакет, лежащий на полу.

♦ *«Щелчок»*. Отбивать пакет пальцем.

♦ *«Удержи на колене»*. Удерживать пакет на согнутой правой, левой ноге.

♦ *«Музыкальные пакеты»*. Пошуршать пакетом, придумать ритм песенке.

♦ *«Прятки»*. Скомкать пакет попеременно правой и левой рукой, спрятать его в кулаке.

♦ *«Мячики»*. Скомкать пакет и поиграть с ним, как с мячиком.

♦ *«Самый ловкий»*. Пронести пакет на спине, как кошечка, на животе, как тараканчики.

Дети могут также придумать свою игру с пакетами.

### Игры с одеялом

Игры с детским одеялом обеспечивают достаточно высокую физическую активность.

♦ *«Куколка»*. Завернуться в одеяло.

♦ «Домик». Накрыть одеялом стул, стол, табуретку и построить домик.

♦ «Гусеница». Накрыться одеялом и проползти, как гусеница.

♦ «Батут». Расстелить одеяло на полу и попрыгать на нем, как на батуте.

♦ «Нарисуй». Изобразить из одеяла море, неведомую страну, геометрические фигуры.

♦ «Вьюга». Размахивать одеялом вправо-влево.

♦ «Ручеек». Сложить одеяло пополам и попрыгать через него.

♦ «Дорожка». Сделать из одеяла узкую дорожку и пройти по ней.

♦ «Нарядись». Сделать из одеяла плащ, накидку, юбку, чалму.

♦ «Качелька». Ребенок ложится на середину одеяла, взрослые приподнимают его за углы и раскачивают.

♦ «Наведем порядок». Сложить одеяло в несколько раз.

Игра — путь к познанию мира. Дайте детям поиграться! Желаем успехов и приятных минут общения с воспитанниками.

## Нетрадиционное занятие «Прыжки через резиночку» Для детей 5–7 лет

Крохина К.С.,

МБДОУ д/с № 15 «Ромашка», г. Шарыпово  
Шарыповского р-на Красноярского края

---

**Аннотация.** В статье представлен сценарий нетрадиционного игрового физкультурного занятия для детей старшего дошкольного возраста, построенного на прыжковых движениях с использованием резиночки. Задания предусматривают последовательное усложнение движений.

**Ключевые слова.** Физкультурное занятие, старшие дошкольники.

---

Предлагаем сценарий нетрадиционного физкультурного занятия для старших дошкольников, проводимого в игровой форме. В его ходе проводятся

упражнения на развитие мышц рук, ног, шеи, спины, а также физических качеств, слухового внимания с использованием резиночки.

- Задачи:*
- развивать физические качества;
  - учить разбирать схемы, прыгать через резиночку разными способами.

Цель	Содержание	Дозировка	Методические указания
1	2	3	4
<b>ВВОДНАЯ ЧАСТЬ (5 мин)</b>			
Подготовка детей к совместной деятельности.	Построение в одну шеренгу.	1 мин	Входит Мастер в кимоно. Мастер. Здравствуйте! Я мастер, учу боевому искусству. Сегодняшняя тренировка посвящена прыжкам через резиночку. Мы разучим разные способы прыжков. Направо, раз, два, в обход налево, за направляющим по залу шагом марш!
Подготовка мышц ног и рук к предстоящей двигательной игровой деятельности.	Ходьба под музыкальное сопровождение. Ходьба с выполнением заданий: — с высоким подниманием коленей через резиночки; — на носках;  — с прыжками на двух ногах через резиночки; — на пятках.		Руки на поясе, спина прямая, колени поднимать выше. Руки вверх, спина прямая, подбородок не опускать, потянуться вверх. Руки на поясе, ноги вместе, прыгать на носках. Руки за головой, локти в стороны, подбородок не опускать, спина прямая.
	Бег под музыкальное сопровождение. Бег с выполнением заданий:	По 2—3 раза	



Продолжение

1	2	3	4
	<p>— со сгибанием ног назад через резиночки;</p> <p>— с высоким подниманием коленей через резиночки.</p> <p>Ходьба с выполнением упражнений на дыхание под музыкальное сопровождение.</p> <p>Перестроение в круг</p>	30 с	<p>Руки на поясе, спина прямая, пятки поднимать выше.</p> <p>Руки на поясе, спина прямая, колени поднимать выше.</p> <p>Руки вверх — вдох через нос; руки вниз — выдох через рот.</p> <p>Мастер. В обход налево за направляющим по кругу марш!</p>
Общее разогревание, постепенное втягивание в нагрузку.	Комплекс общеразвивающих упражнений с резиночкой под музыкальное сопровождение.	6—7 упражнений	Взять резинку двумя руками, хват сверху, руки вдоль туловища. Разомкнуться и разойтись, натянув резинку по кругу. Выполнять упражнения синхронно.
Развитие мышц рук и шеи	1. Наклон головы И.п.: стойка ноги врозь, резиночка внизу. 1 — резиночка вперед, наклон головы вправо; 2 — и.п.; 3 — резиночка вперед, наклон головы влево; 4 — и.п.	8 раз	Руки и ноги не сгибать, наклоняться как можно ниже.
Развитие мышц ног и рук.	2. Подъем на носки И.п.: стойка ноги врозь, резиночка внизу. 1 — резиночка вверх, встать на носки; 2 — и.п.; 3 — резиночка вверх, встать на носки; 4 — и.п.	8 раз	Руки не сгибать, потянуться вверх, встать на носки как можно выше.

Продолжение

1	2	3	4
Развитие мышц спины, рук и ног	3. Наклон И.п.: стойка ноги врозь, резиночка у груди. 1 — наклон, резиночка вниз; 2 — и.п.; 3 — наклон, резиночка вниз; 4 — и.п.	8 раз	Руки ровные, наклон выполнять ниже, ноги не сгибать.
Развитие мышц ног и рук.	4. Полуприсед И.п.: стойка ноги врозь, резиночка вниз. 1 — полуприсед, резиночка вперед; 2 — и.п.; 3 — полуприсед, резиночка вперед; 4 — и.п.	8 раз	Таз назад, в пояснице прогиб, руки ровные, подбородок не опускать.
	5. Подъем колена И.п.: о.с., резиночка вверх. 1 — поднять правое колено, резиночка вниз за колено; 2 — и.п.; 3 — поднять левое колено, резиночка вниз за колено; 4 — и.п.	8 раз	Руки ровные, спина прямая, колено поднимать выше, носок тянем вниз.
	6. Прыжки И.п.: о.с., резиночка вниз. 1 — прыжком ноги врозь, резиночка вверх; 2 — и.п.; 3 — прыжком ноги врозь, резиночка вверх; 4 — и.п.	8 раз	Руки ровные, прыгать вместе.
Восстановление дыхания	7. Упражнение на дыхание И.п.: о.с. 1 — руки вверх, вдох; 2 — руки вниз, выдох; 3 — руки вверх, вдох; 4 — руки вниз, выдох. Перестроение в одну колонну	3 раза	Глубокий вдох, продолжительный выдох, руки поднимать и опускать плавно

Продолжение

1	2	3	4
ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ (6 мин)			
Запоминание техники прыжков через резиночку.	Построение в одну шеренгу. Прыжки разными способами через резиночку: демонстрация схем, объяснение, показ. Перестроение в одну колонну.	По 2 раза	Прыжки поточным способом, друг за другом. Прыгать на носках, сгибая ноги назад, приземление на согнутые ноги. Мастер. Направо! Раз, два! В обход налево за направляющим в одну колонну шагом марш! Друг за другом выполняем прыжки.
Закрепление навыка прыжков через резиночку в тройках.	Прыжки через резиночку в тройках по заданным схемам. Двое игроков встают в резиночку. И.п.: стойка ноги врозь, натягивая резиночку. Третий игрок начинает выполнять прыжки по заданной схеме. Сначала игрок выполняет задание на первом уровне (резиночка по щиколотку). Если он выполнил прыжки правильно, без ошибки, значит, резиночка поднимается (по щиколотку, посередине голени, под коленями), уровень усложняется. Затем ход переходит следующему игроку. Выигрывает тот, кто выполнил прыжки по схеме без ошибок.	Согласно схеме по 3 упражнения	
Развитие физических качеств	<i>Подвижная игра «Луна — Солнце»</i> Все участники игры встают в круг и натягивают резинку. Выбирается ведущий. Все стоят или идут по кругу со словами: «Луна, Луна,	2 раза	Тот, кто не выпрыгнул и остался в резиночке («в Луне»), тот проиграл. Проигравший не выходит из игры, а встает и продолжает играть со всеми

Окончание

1	2	3	4
	Луна...», а когда ведущий скажет: «Солнце!» — игроки должны выпрыгнуть из круга (из резиночки)		
<b>ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ (4 мин)</b>			
Развитие слухового внимания.	<i>Малоподвижная игра «Пузырь»</i> Игроки берут резиночку двумя руками перед собой, встают близко друг к другу в круг. Расходятся назад, натягивая резиночку со словами: Раздувайся, пузырь, Раздувайся большой, Да не лопайся! Ведущий говорит «Хлоп!» — игроки отпускают резиночку.	2 раза	Мастер. Сейчас я предлагаю запустить китайский фонарик в небо в знак того, что тренировка по прыжкам через резиночку прошла успешно.
Снижение нагрузки, приведение организма в относительно спокойное состояние	Самомассаж ног и стоп на ковриках под музыкальное сопровождение.	2 мин	Мастер. Для расслабления мышц ног после нагрузки мы выполним самомассаж с помощью массажного мяча. Круговыми движениями с помощью мяча выполняем самомассаж голени, снизу вверх, и стоп.
	Анализ двигательной деятельности	2 мин	Мастер. Что вам больше всего запомнилось? Что вас больше всего впечатлило? Какое задание вам было сложно выполнять? Какое упражнение вам было легко выполнять? С чем вы не справились? Вам понравилось занятие? Дети отвечают

# Спортивный праздник «Ярмарка народных игр в детском саду» Для старших дошкольников

Ермакова М.П.,

инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 8, г. Орел

---

**Аннотация.** В статье представлен сценарий спортивного праздника для старших дошкольников, построенного на материале народных подвижных игр. В его ходе дети приобщаются к народному фольклору и культурным традициям.

**Ключевые слова.** Спортивный праздник, народное гулянье, фестиваль народных игр, старшие дошкольники.

---

Отличительной особенностью предлагаемого спортивного праздника служит постепенное включение дошкольников (подготовительная к школе группа — старшая группа — средняя группа) в народное гулянье. Игры подбираются с учетом возрастных особенностей детей, их возможностей выполнять те или иные действия, соблюдать игровые правила.

*Цель:* приобщение детей к русской национальной культуре через народные игры.

*Задачи*

*Образовательные:*

— знакомить с русскими народными играми;

— приобщать к народному творчеству, русской культуре;

— развивать чувство юмора, воображение, смекалку.

*Развивающие:*

— тренировать сердечно-сосудистую и дыхательную системы;

— развивать ловкость, быстроту, выносливость;

— упражнять в выполнении различных видов движений, через игровые задания;

— способствовать сохранению и укреплению здоровья.

*Воспитательные:*

— воспитывать интерес и любовь к русским народным играм, уважение друг к другу, чувство ответственности,

внимательное отношение к окружающим, патриотизм и любовь к своему народу;  
— вызывать эмоциональное проявление радости.

*Оборудование:* аудиозапись русских народных песен, аудиопроигрыватель, маски животных, по два костюма скomoroxов, больших платка, гиперактивная доска, фотографии с изображением ярмарочного гуляния, импровизированные сани.

\* \* \*

Сцена представляет собой ярмарочную площадь, по бокам которой стоят карусели. На интерактивной доске — фотографии ярмарочных гуляний, сувениры.

В е д у щ и й

Очень часто за событиями  
Из-за суеты дней  
Старины своей не помним,  
Забываем мы о ней.  
Хоть и более привычны  
Нам полеты на Луну,  
Вспомним русские обычаи,  
Вспомним нашу старину.

Под русскую народную музыку выходят в костюмах два скomoroxа, танцуют.

Е р ё м а. Здорово, Фома! Ты куда идешь?

Ф о м а

Я на ярмарку иду.  
Вот собрался народ.  
Скоро ярмарка придет.

С разноцветными флажками!  
Блинами и калачами!

Е р ё м а

Нет! Блины и калачи —  
В теплой пусть сидят печи!  
Наша ярмарка другая,  
Мы — с народом поиграем!

Ф о м а. А я думал, здесь товары продают, хотел подарков купить: матушке — платок, батюшке — сапоги, бабушке — сережки, а сестренке — самую красивую ленту.

Е р ё м а. Да что ты, Фома, наша ярмарка не простая, она не похожа ни на одну в мире. Это ярмарка русских народных игр.

Ф о м а

Ждет всех здесь и сейчас  
Веселой потехи час.  
Игры и аттракционы,  
Собирайтесь-ка, чемпионы!

Скomoroxи берут большие платки и делают из них воротца.

С к о м о р о х и (*вместе*)

Как у наших у ворот  
Стоит ряженный народ.  
А ребята удалые  
В те ворота расписные  
«Змейкой» быстрой побегут,  
Смех, забавы принесут.

Под музыку дети вбегают большой «змейкой» (противоходом) двумя шеренгами, расходятся в два круга, а затем становятся в полукруг и здороваются.

Ерём а

Здравствуйте, хозяйева!  
Здравствуйте, хозяйюшки!  
Гости, сидящие прямо  
и с краешков!  
Мы поприветствуем вас,  
как уж водится.  
Со счастьицем вас!  
И со здоровьицем!

Скоморохи кланяются гостям.

Фома

Мы — развеселые потешники.  
Известные скоморохи  
и насмешники.  
Я — Фома. А он — Ерёма.  
За медный пятак покажем вам  
все эдак, да так!

Ерём а

В круг скорее, ребята,  
вставляйте,  
Ярмарку народных игр  
начинайте.  
Скоморошина зовет  
в развеселый хоровод!

Дети становятся по кругу тройками (мальчик в центре, а девочки по краям), выполняют хороводные движения под народную музыку.

Фома

Хороша была игра,  
А теперь пришла пора  
Всем в круг становиться  
И дальше с Дударем  
веселиться.

## Русская народная игра «Дударь»

Дети встают в круг. Выбирается водящий — Дударь, он становится в его центр. Дети идут по кругу и поют:

Дударь, Дударь, Дударище,  
Старый, старый старичище.  
Его под колоду, его под сырую,  
Его под гнилую.

Затем спрашивают: «Дударь, Дударь, что болит?»

Дударь показывает и называет, что у него болит (рука, голова, спина, коленка и т.д.). Дети, стоя в кругу, кладут руки друг другу на то место, которое назвал водящий. Затем Дударь говорит, что ничего у него не болит, все дети разбегаются, а он их ловит. Когда надоест играть, Дударь говорит: «Выздоровел!»

Ерём а

Слышу, звенят колокола,  
Гости едут к нам сюда!

Раздается перезвон бубенчиков. На импровизированных санях выезжают дети старших групп и поют.

Лошадка

Как звонко на скаку  
Бубенчики звенят,  
По свежему снежку,  
В даль белую манят.  
Люблю трезвону в такт  
Поводьями крутить.







Продолжают прыгать, поднимая то одну, то другую ногу в сторону.

Ручками похлопаем,  
Похлопаем, похлопаем.

Стоя на месте, хлопают в ладоши.

И ножками потопаем,  
Потопаем, потопаем.

Топают ногами, высоко поднимая колени.

Хвостиком помашем,  
Помашем, помашем,

Выполняют движения бедрами — «машут хвостиками».

Ну а потом попляшем,  
Попляшем, попляшем мы!

Кружатся поскаками.

Игра продолжается, но уже два «козла» идут искать «принцесс», затем — четыре, восемь и т.д.

**Ф о м а**

Кто еще хочет нас потешить?

**П о в о д ы р ь**

Расступись, народ честной,  
Идет медведюшко со мной!  
Много знает он потех,  
Будут шутки, будет смех!

Медведь кланяется.

**Е р ё м а.** Покажи, как девицы-красавицы красятся, румянятся, в зеркало смотрятся.

Медведь жестами и мимикой показывает соответствующие движения.

Покажи, как солдаты маршируют да в барабаны бьют.

Медведь ходит на месте, изображает, что бьет в барабаны.

А теперь, Мишка, попляши.  
Твои ножки хороши.

Медведь пляшет, делает колесо и т.д.

**Ф о м а**

Молодец, Михаил,  
Добрый людям угодил!  
Доброго тебе пути,  
К нам еще приходи!

**Е р ё м а**

Ай-люли, ай-люли,  
Карусель видна вдали.

А какая же ярмарка без катания на карусели?

**Ф о м а**

Эй, ребятки, веселитесь —  
На карусели прокатитесь!

Поедем быстро, весело и с ветерком.

### **Игра «Карусель»**

Взрослый предлагает детям взяться за обруч и побегать под слова потешки:

Еле-еле, еле-еле  
Закружились карусели,  
А потом, потом, потом  
Все бегом, бегом, бегом.  
Тише, тише, не спешите,  
Карусель остановите,  
Раз-два, раз-два,  
Вот и кончилась игра.

Игру можно повторить, меняя движение. Можно проводить подобные игры-упражнения на приседание, вставание на носочки, держась за обруч.

Ерёма

Собирайся, народ, становись  
в хоровод!  
Ярмарка закрывается, народ  
прощается!

Дети водят хоровод под русскую народную песню. Затем кланяются гостям. С двух сторон стоят Фома

и Ерёма. Входит Лоточник. Он раздает детям сувениры, они дарят их гостям.

Скоморохи (вместе)

Заглянули в старину мы,  
Будто дождь омыл сердца.  
Только не пропели струны  
Нашу песню до конца.  
Вам спасибо от хозяев  
За улыбки и за смех,  
Птицу счастья в память

дарим,

Снова в гости ждем вас всех!



## Книжная полка



### 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.



### РУССКИЙ ФОЛЬКЛОР В РАЗВИТИИ РЕЧИ ДЕТЕЙ

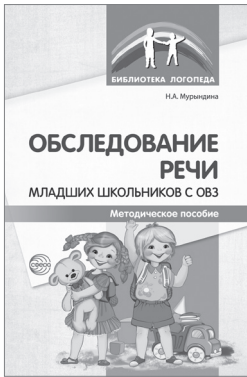
Новинка

Автор — Борменкова Т.М.

В пособии представлены конспекты занятий по развитию речи и ознакомлению с окружающим миром для детей младших, средних и подготовительных к школе групп. В занятиях используются различные методы, которые помогут детям усвоить и запомнить материал. Дошкольники узнают много интересного о русской культуре, фольклоре, его жанрах, научатся различать их.

Закажите в интернет-магазине: [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)

## Книжные новинки апреля 2018



### ОБСЛЕДОВАНИЕ РЕЧИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ Методическое пособие

Автор — *Мурындина Н.А.*

В пособии представлена методика обследования состояния речи у учащихся 1—5-х классов с особыми образовательными потребностями (с ОВЗ), перечислены основные требования к знаниям, умениям и навыкам младших школьников. Даются характеристики устной и письменной речи, которые помогут специалистам сделать вывод о состоянии речевой деятельности детей и осуществить дифференцированный подход в последующем коррекционном обучении.

Пособие будет полезно учителям-логопедам, учителям, а также родителям.



### МИР ПРИРОДЫ: ЧЕТЫРЕ ВРЕМЕНИ ГОДА

Автор — *Иванова А.И.*

Пособие входит в учебно-методический комплект «Мир, в котором я живу». В нем описаны наблюдения и эксперименты, их объекты — сезонные изменения в природе. Даны методические рекомендации по их организации.

Эксперименты безопасны для детей и объектов природы, поэтому дошкольники проводят их самостоятельно под руководством педагога на участке детского сада и в групповой комнате.

Пособие соответствует ФГОС ДО, адресовано воспитателям дошкольных и дополнительных образовательных учреждений.



### БЕСЕДЫ О ДЕРЕВЬЯХ И КУСТАРНИКАХ

Автор — *Шорыгина Т.А.*

В пособии содержится интересная и полезная информация о деревьях и лесных, садово-декоративных и садово-ягодных кустарниках. Доступная форма повествования, авторские стихи и загадки, русские народные поговорки, пословицы и приметы, представленные в нем, помогут пробудить у ребенка интерес к окружающему миру, воспитать бережное отношение к природе, развить речь и логическое мышление, активизировать внимание и память.

Материал пособия может быть использован в коллективной и индивидуальной работе с дошкольниками.

# КОРРЕКЦИЯ НАРУШЕНИЙ ПИСЬМА

**Учебно-методический комплект Н.Г. Свободиной** предлагает авторскую методику по работе с детьми, испытывающими трудности в письме и чтении.

Диагностический и коррекционный материал подобран с учетом индивидуальных и возрастных особенностей ребенка, что позволяет выбрать не только желаемые виды деятельности, но и сделать обучение полезным и увлекательным.



## Подходит для:

- предупреждения и коррекции дисграфии и дислексии;
- диагностики нарушений письма;
- формирования слоговой структуры слова

Больше книг этой серии на [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)



# КНИГИ ДЛЯ ДЕТЕЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

в серии «Академия солнечных зайчиков»

Входят в систему развития ребенка 3–7 лет



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

Издательство «ТЦ СФЕРА»

Тел.: (495) 656-72-05, 656-75-05, 656-73-00, 656-70-33

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





# ФОРМИРУЕМ ПРИВЫЧКИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

с наглядным пособием «ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА»

Демонстрационный материал рекомендован для использования в групповой и индивидуальной работе с детьми от 3 лет.

Занятия по формированию здорового образа жизни можно включать в режимные моменты работы ДОО, а также интегрировать с другими направлениями развивающей деятельности.

Методический комплект опирается на идею триединства здоровья: физического, психического и духовно-нравственного, и включает в себя занятия на темы:

- ▶ Режим дня
- ▶ Закаливание
- ▶ Личная гигиена
- ▶ Зарядка
- ▶ Прогулка
- ▶ Физкультура
- ▶ Питание
- ▶ Ощущение
- ▶ Интерес
- ▶ Грусть
- ▶ Воображение
- ▶ Отдых
- ▶ Сон
- ▶ Прощение
- ▶ Самостоятельность
- ▶ Радость



22 рисунка + рекомендации для взрослых:  
 ▶ Описание занятия: структурировано, работа с текстом, проигрывание текста, работа на развитие воображения, работа с воображением.  
 ▶ Методика формирования физического, психического и духовно-нравственного здоровья.  
 ▶ Система развития у ребенка универсальных учебных действий.



Издательство «ТЦ СФЕРА»

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

Тел.: (495) 656-72-05, 656-75-05, 656-70-33

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






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



# К ЗДОРОВОЙ СЕМЬЕ ЧЕРЕЗ ДЕТСКИЙ САД



Система обеспечения эмоционального благополучия и укрепления здоровья детей:

-  вооружит конкретным механизмом укрепления физического и психического здоровья детей;
-  повысит компетентность родителей через различные формы школ здоровой семьи;
-  реализуется в ДОО, в любой образовательной программе, а также в семейном образовании;
-  разработана специалистами 42 вузов и практических центров России;
-  предназначена педагогам, психологам, методистам, медицинским работникам.



**Сохранение здоровой нации** — одна из основных задач образовательной системы и семьи.

**Семья** — главный воспитатель, и замены ей нет. Ведь именно от старшего поколения к младшему передаются нравственные и духовные ценности, культурные традиции, составляющие базис этноса.

Объединив усилия семьи и детского сада, мы сделаем все, чтобы защитить наших детей, укрепить их здоровье, уберечь от бед и разочарований. Ведь именно от нас, взрослых, зависит, как сложится судьба каждого из них.

*Руководитель партийного проекта «Детские сады — детям»,  
заместитель председателя комитета по образованию  
Государственной Думы Федерального собрания РФ*

*А. Аршинова*

**Издательство «ТЦ СФЕРА»**

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

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

**E-mail:** sfera@tc-sfera.ru. **Сайты:** www.tc-sfera.ru, www.sfera-podpiska.ru

**Интернет-магазин:** www.sfera-book.ru



## Самообразование и повышение квалификации становится БЛИЖЕ и ДОСТУПНЕЕ

Издательство «ТЦ Сфера» продолжает расширять образовательные услуги для педагогов и родителей. В 2018 г. мы создадим несколько учебных курсов, переработаем сайт, предоставим больше возможностей и услуг. О запланированных событиях можно узнать на сайте [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru) в разделе «План мероприятий».

Одна из форм образования педагога — **вебинары**. Ну кто, как не автор, лучше расскажет о своей программе и методике! Да и «живьем» посмотреть на автора, пообщаться с ним тоже интересно и полезно. Кроме того, участникам вебинара предоставляются скидки на книги автора, интересные розыгрыши и призы.

Но и это еще не все! Время, потраченное на просмотр вебинара, — это не только знания и умения, но и возможность включить его в курсовую подготовку для получения удостоверения повышения квалификации, которые «ТЦ Сфера» выдает согласно лицензии на осуществление образовательной деятельности.

Ниже приведен перечень только тех вебинаров, которые мы провели в 2018 году. На самом деле их намного больше и все они доступны.

### Выберите нужную тему

Название	Автор
Развитие и воспитание детей раннего возраста	Печора Ксения Люциановна
Занимательные истории для малышей	Савушкин Сергей Николаевич
Художники в памперсах	Воробьева Ирина Николаевна
Современный менеджмент – новая управленческая философия	Белая Ксения Юрьевна
Повышение качества дошкольного образования в условиях общего образования	Майер Алексей Александрович
Как повысить профессиональную компетенцию педагогов в общении с родителями воспитанников	Кротова Татьяна Викторовна
Дифференцированный подход к планированию образовательной деятельности в условиях инклюзивной группы	Микляева Наталья Викторовна

Формирование лидерской компетентности руководителя ДОО — необходимый фактор мотивации профессионального роста педагогов	Богославец Лариса Геннадьевна
Методические аспекты развития речи у неговорящих детей дошкольного возраста	Соломатина Галина Николаевна
Логопедические занятия с применением компьютера	Лиманская Ольга Николаевна
Формирование начального детского лексикона в условиях направленного коррекционно-развивающего обучения	Громова Ольга Евгеньевна
Игровые технологии в формировании социально-коммуникативной компетентности у старших дошкольников	Алябьева Елена Алексеевна
Социализация как ориентир социально-коммуникативного развития детей дошкольного возраста	Коломийченко Людмила Владимировна
Методы и приемы социально-коммуникативного развития дошкольников	Свободина Наталья Генриховна
Формирование социальной картины мира ребёнка в детско-родительских отношениях	Потапова Ольга Евгеньевна
Мультипликационные фильмы как средство художественно-эстетического развития детей	Грошенкова Виктория Алексеевна
Художественный труд в детском саду	Бревнова Юлия Александровна
Художественно-эстетическое воспитание детей дошкольного возраста	Зацепина Мария Борисовна
Эстетическое развитие и формирование творческих способностей у дошкольников	Красносельская Валентина Борисовна

Для просмотра вебинара и получения сертификата зайдите на сайт [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru) в раздел «Вебинары» (левый верхний угол) и выберите нужную тему. Если возникнут вопросы, вам помогут по телефону (495)656-75-07 или адресу [site@tc-sfera.ru](mailto:site@tc-sfera.ru).

# ДЕРЖИМ ФОКУС!

Приглашаем Вас на наши странички  
в социальных сетях

Подпишитесь на наши странички и узнавайте  
первыми о новостях издательства

## Творческий Центр СФЕРА



[www.instagram.com/tvorchesky\\_centр\\_sfera](http://www.instagram.com/tvorchesky_centр_sfera)



[www.vk.com/sferabook](http://www.vk.com/sferabook)



[www.facebook.com/groups/tcfera](http://www.facebook.com/groups/tcfera)



[www.ok.ru/tcsferaok](http://www.ok.ru/tcsferaok)

## Издательство «Карпуз»

[www.instagram.com/karpuzbook](http://www.instagram.com/karpuzbook)



[www.vk.com/karpuzbook](http://www.vk.com/karpuzbook)



[www.facebook.com/karpuzbook](http://www.facebook.com/karpuzbook)



[www.youtube.com](http://www.youtube.com) Творческий Центр СФЕРА

## Подписавшись на наши группы, Вы сможете:

- следить за обновлениями ежедневно и всегда быть в курсе новостей
- участвовать в интересных акциях, конкурсах, викторинах и розыгрышах подарков
- легко и удобно рекомендовать друзьям интересные материалы
- оперативно получить ответ на ваш вопрос у администратора сообщества

**ЗАХОДИТЕ, ИЗУЧАЙТЕ, ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ!**

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

**Тел.:** (495) 656-72-05, 656-73-00

**E-mail:** [sfera@tc-sfera.ru](mailto:sfera@tc-sfera.ru)

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

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

# ДОСТУП К ИНФОРМАЦИИ В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ

Сайт подписных изданий

## [www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru)

СОЗВЕЗДИЕ ПОДПИСНЫХ ИЗДАНИЙ  
ДЛЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

[# ГЛАВНАЯ](#)
[✉ ПОДПИСКА](#)
[📖 ЖУРНАЛЫ](#)
[🗨 О НАС](#)
[👤 АВТОРАМ](#)
[📞 КОНТАКТЫ](#)

### Подписка на первое полугодие 2018 года открыта Для специалистов ДОО













Почтовая  
 Редакционная  
 Электронные журналы

[sfera-podpiska.ru](http://sfera-podpiska.ru)

 <p>Журнал <b>УПРАВЛЕНИЕ</b> ДОО На стороне ребенка для дошкольного образовательного учреждения</p>	 <p>Журнал <b>ВОСПИТАТЕЛЬ</b> ДОО Сердце отдаю детям для дошкольного образовательного учреждения</p>	 <p>Журнал <b>МЕДРАБОТНИК</b> ДОО Растим детей здоровыми для дошкольного образовательного учреждения</p>	 <p>Журнал <b>ИНСТРУКТОР</b> по физкультуре Учимся быть здоровыми для дошкольного образовательного учреждения</p>
<p>Журнал <b>ДЛЯ САМЫХ-САМЫХ МАЛЕНЬКИХ</b> Дети - друзья!</p>  <p>Журнал <b>МАСТЕРИЛКА</b> И все получится!</p>  <p>Журнал <b>ЛОГОПЕД</b> Говорим и развиваемся</p>  <p>Журнал <b>МЕТОДИСТ</b> Сотрудничаем во имя ребенка для дошкольного образовательного учреждения</p> 			

## WWW.SFERA-PODPISKA.RU это:

-  Свежие номера журналов
-  Приложения к журналам
-  Архив журналов
-  Бесплатный доступ ко многим статьям
-  Редакционная и электронная подписка

## ЗАХОДИТЕ, ИЗУЧАЙТЕ, ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ!



Всем зарегистрированным пользователям предлагаются дополнительные бонусы, подарки и участие в образовательных программах «Творческого Центра Сфера»

Мы ждем вас на [www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru)

Книги по доступным ценам  
в интернет-магазине издательства «ТЦ Сфера»  
**[www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)**

ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН  
ИЗДАТЕЛЬСТВА  
Творческий Центр Сфера  
+7 (977) 845-06-96

КНИГИ И ЖУРНАЛЫ - НАГЛЯДНЫЕ ПОСОБИЯ - ПРАЗДНИЧНАЯ ПРОДУКЦИЯ - ПОКУПАТЕЛЯМ

ВХОД/РЕГИСТРАЦИЯ - КОРЗИНА ПУСТА

Искать товары

ОТСЛЕЖИВАНИЕ ЗАКАЗОВ  
Введите любой номер вашего заказа или E-mail  
Номер заказа/E-mail

ОБ ИЗДАТЕЛЬСТВЕ  
О нас  
Презентация компании  
Каталоги нашей продукции  
Свидетельства, сертификаты  
Наши видео  
Способы доставки  
Контакты

Подписка на первое полугодие  
2018 года открыта  
для оформления ДО!

Выбирают мамы, рекомендуют специалисты!

КАДЕМЬЯ  
СОЛНЕЧНЫХ  
ЗАЙЧИКОВ

КУПИТЬ

ПРОИЗВОДСТВО\* и ПРОДАЖА\*\* в РОССИИ и СНГ

ОПТОМ      В РОЗНИЦУ

КНИГИ  
для образования

НАГЛЯДНЫЕ  
пособия

ПОЗДРАВИТЕЛЬНАЯ  
продукция

РАБОЧИЕ  
ТЕТРАДИ  
для детского сада и школы

КНИЖКИ  
развивающие для детей

ЖУРНАЛЫ  
для детских садов

\* Производство продукции издательства «ТЦ Сфера» и «Каригуз» и торговой марки «Минусфера праздники».  
\*\* Продажа продукции собственного производства и издательства «Ранок» (Барнаул), «Детство-пресс» и «Речь» (С-Петербург).

## НА НОВОМ САЙТЕ



Весь ассортимент издательства



Обновленный рубрикатор



Возможность купить оптом и в розницу



Разнообразные фильтры для отбора



Поля для отзывов и предложений



Новый дизайн и многое другое

**ЗАХОДИТЕ, ИЗУЧАЙТЕ, ПОКУПАЙТЕ!**

Мы вас ждем на **[www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru)**





**Издательство «ТЦ Сфера»**  
Представляем периодические издания  
для дошкольного образования

Наименование издания (периодичность в полугодии)	Индексы в каталогах		
	Роспечать	Пресса России	Почта России
<b>Комплект для руководителей ДОО (полный):</b> журнал «Управление ДОУ» с приложением (5); журнал «Методист ДОУ» (1), журнал «Инструктор по физкультуре» (4), журнал «Медработник ДОУ» (4); <b>рабочие журналы (1):</b> — воспитателя группы детей раннего возраста; — воспитателя детского сада; — заведующего детским садом; — инструктора по физкультуре; — музыкального руководителя; — педагога-психолога; — старшего воспитателя; — учителя-логопеда.	<b>36804</b>	39757	10399
<b>Комплект для руководителей ДОО (малый):</b> журнал «Управление ДОУ» с приложением (5) и «Методист ДОУ» (1)	82687		
<b>Комплект для воспитателей:</b> журнал «Воспитатель ДОУ» с библиотекой (6)	<b>80899</b>	39755	10395
<b>Комплект для логопедов:</b> журнал «Логопед» с библиотекой и учебно-игровым комплектом (5)	<b>18036</b>	39756	10396
Журнал «Управление ДОУ» (5)	80818		
Журнал «Медработник ДОУ» (4)	80553	42120	
Журнал «Инструктор по физкультуре» (4)	48607	42122	
Журнал «Воспитатель ДОУ» (6)	58035		
Журнал «Логопед» (5)	82686		
<b>Для самых-самых маленьких: для детей 1—4 лет</b>		34280	16709
<b>Мастерилка: для детей 4—7 лет</b>		34281	16713

**Детские издания**

Чтобы подписаться на все издания для специалистов дошкольного воспитания Вашего учреждения, вам потребуется **три индекса: 36804, 80899, 18036** — по каталогу «Роспечать»

Если вы не успели подписаться на наши издания, то можно заказать их в интернет-магазине: [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru).

На сайте журналов: [www.sfera-podpiska.ru](http://www.sfera-podpiska.ru) открыта подписка РЕДАКЦИОННАЯ и ЭЛЕКТРОННАЯ

## В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ

- Праздник чувашских народных игр «Игры Батыра»
- Физкультурное развлечение в средней группе совместно с родителями «Загадки радуги»
  - Занятие для старших дошкольников по профилактике плоскостопия «Здоровые ноги»
  - Спортивное развлечение в подготовительной к школе группе «Звездный десант»
  - Саамские подвижные игры в развитии двигательной активности старших дошкольников

### УВАЖАЕМЫЕ ПОДПИСЧИКИ!

Вы можете заказать предыдущие номера журнала «Инструктор по физкультуре», книги издательства «ТЦ Сфера» в нашем интернет-магазине [www.sfera-book.ru](http://www.sfera-book.ru).



«ИНСТРУКТОР ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ»  
2018, № 4 (72)

*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**  
И.В. Пучкова

**Оформление, макет**  
Т.Н. Полозовой

**Дизайнер обложки**  
М.Д. Лукина

**Корректор**  
Л.Б. Успенская

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

E-mail: [dou@tc-sfera.ru](mailto:dou@tc-sfera.ru); [www.tc-sfera.ru](http://www.tc-sfera.ru)

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

**Рекламный отдел:**  
Тел.: (495) 656-75-05, 656-72-05

Номер подписан в печать 23.04.18.  
Формат 60×90<sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Усл. печ. л. 8. Тираж 2400 экз.  
Заказ №

© Журнал «Инструктор по физкультуре», 2018  
© Цветкова Т.В., 2018



4 607091 440270 0 0071