УЧИМСЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ
ISSN 2220-1467

ИНСТРУКТОР ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ

№1/2013

Зимний спортивный досуг

Малые зимние Олимпийские игры

Физкультурный досуг «Масленица»

Двигательная активность детей на прогулке зимой

Фитнес-программа для детей и родителей

ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ПРАЗДНИКИ И ДОСУГИ ЗИМОЙ

УЧИМСЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ ISSN 2220-1467

ИНСТРУКТОР ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ

№1/2013

Подписные индексы в каталогах:

«Роспечать» — 48607, 36804 (в комплекте)
«Пресса России» — 42122, 39757 (в комплекте)
«Почта России» — 10399 (в комплекте)

Тема номера

Физкультурные праздники и досуги зимой

СОДЕРЖАНИЕ

Редакционный совет 3
Индекс 4

Колонка редактора

Парамонова М.Ю.
Журналу «Инструктор по физкультуре» 5 лет: время подводить итоги и строить планы на будущее! 5

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ РОСТ

Повышение квалификации

Проценко О.А., Корнилова Т.А.
Интеграционный подход в психолого-педагогической работе ДОУ 6
Иванникова Е.В.
Взаимосвязь физической культуры с другими образовательными областями 13
Сергеева С.В.
Профессиональная компетентность педагогов в области физического воспитания детей 21
Татур Е.Е.
О роли инструктора по физической культуре 24

Психофизическое развитие ребенка

Тимошкина О.В.
Гендерное развитие на занятиях по физической культуре 28

Коррекционная работа

Дунаева Э.А.
Лечебная гимнастика в оздоровительной работе с детьми 33

ПЕДАГОГИКА ЗДОРОВЬЯ

Образовательная работа

Тимошкина О.В.
Оздоровительные технологии в образовательной работе ДОУ 38

Физкультурно-оздоровительная работа

Давидчик Р.М.
Малые зимние Олимпийские игры 40

Ефремова Е.А.
Зимний спортивный досуг «Зимушка-зима» 44
Носенко И.В.
Спортивный досуг-развлечение «Масленица идет, блин да мед несет» 47
Сидоренко Н.С.
Игровые физкультурно-динамические часы для дошкольников 50
Сальникова Л.И.
Театрализованное представление «Цирк! Цирк! Цирк!» 54

СОТРУДНИЧЕСТВО

Взаимодействие со специалистами

Фортова С.С., Тарасова Ю.В.
Партнерство ДОУ с семьями воспитанников и физкультурно-оздоровительными центрами 62
Виноградова С.Н.
Занятие на развитие мелкой моторики «Туфелька для Золушки» 71
Яковлева Л.М.
Физкультурный досуг с элементами театрализации 74

Преемственность

Коршунова Л.В., Тимофеева Е.Н.
Коррекция когнитивных и двигательных нарушений при подготовке детей к школе 78

Работа с семьей

Гарбуз Г.Е.
Совместный с родителями проект «Плавание — это здоровье» ... 82

ЭТО ИНТЕРЕСНО

Дискуссионный клуб

Огурёнкова О.Н., Объедкова С.В., Шорохова Т.Ю.
Фитнес-программа для детей и родителей 88

Вести из регионов

Заболотная И.А.
Физкультурное развлечение из серии «Поиграем с мамой» 98
Баженова Н.Ю., Жилина Т.Л.
Двигательная активность детей на прогулке зимой в условиях Севера 102
Ермолова О.Ф.
Новый подход в организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ 105
Селина Т.В.
Путешествие на остров Здоровья 110

Это интересно

Итоги конкурса «Воспитатель года России — 2012» 117
Книжная полка 12, 61, 116, 120
Информируем читателей 119
Повышаем квалификацию 122
Памятка авторам 126
Как подписаться 127
Анонс 128

Редакционный совет

Бабенкова Евгения Алексеевна, канд. пед. наук, ведущ. науч. сотрудник Учреждения РАО «Институт возрастной физиологии», Москва.

Голубев Владимир Викторович, канд. мед. наук, профессор кафедры медицины и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВПО «Московский педагогический государственный университет».

Зимонина Валентина Николаевна, ст. преподаватель, методист кафедры педагогики и методики дошкольного образования ГОУ ВПО «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.

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

Парамонова Маргарита Юрьевна, канд. пед. наук, зам. декана факультета дошкольной педагогики и психологии ФГБОУ ВПО «Московский педагогический государственный университет», 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 ВПО «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 лаборатории теоретических основ социологии и психологии художественного образования ФГНУ «Институт художественного образования» Российской академии образования, главный редактор журналов «Управление ДОУ», «Методист ДОУ».

Макарова Людмила Викторовна, канд. мед. наук, зав. лабораторией физиолого-гигиенических исследований в образовании ФГНУ «Институт возрастной физиологии» Российской академии образования, главный редактор журнала «Медработник ДОУ».

Парамонова Маргарита Юрьевна, канд. пед. наук, зам. декана факультета дошкольной педагогики и психологии ФГБОУ ВПО «Московский педагогический государственный университет», главный редактор журналов «Воспитатель ДОУ», «Инструктор по физкультуре».

Степанова Ольга Алексеевна, канд. пед. наук, доцент, ведущий научный сотрудник ГБНУ города Москвы «Научно-исследовательский институт развития профессионального образования», член-корреспондент Академии профессионального образования, главный редактор журнала «Логопед».

Цветкова Татьяна Владиславовна, канд. пед. наук, член-корреспондент Международной академии наук педагогического образования (МАНПО), генеральный директор и главный редактор издательства «ТЦ Сфера».

ИНДЕКС

УЧРЕЖДЕНИЯ И АВТОРЫ, УПОМИНАЕМЫЕ В НОМЕРЕ
Указаны страницы, на которых начинаются статьи с упоминанием названия учреждений и фамилий авторов

ГБОУ д/с № 1047, Москва 50
ГБОУ д/с № 2150, Москва 33
ГБОУ д/с № 2567, Москва 21, 28, 38, 71
ГБОУ д/с № 962, Москва 44
ГБОУ ЦРР — д/с № 2348, Москва 88
ДОУ д/с № 95, г. Мурманск 105
Кафедра дошкольного и начального образования ГБОУ ДПО «Мурманский областной институт повышения квалификации работников образования и культуры», г. Мурманск 24
МАДОУ «Синеглазка», г. Ноябрьск Тюменской обл., ЯНАО 82
МАДОУ ЦРР — д/с «Сказка», г. Белоярский, ХМАО — Югра 102
МАДОУ ЦРР — д/с № 18 «Журавушка», г. Краснокаменск Забайкальского края 78
МБДОУ д/с «Ромашка», пос. Унъюган, Октябрьский р-н, ХМАО — Югра 54
МБДОУ д/с «Светлячок», г. Котельники Московской обл. 47
МБДОУ д/с № 54, г. Красноярск ... 74
МДОУ ЦРР — д/с № 16 «Дюймовочка», г. Краснокаменск Забайкальского края 110
МДОУ д/с № 18 «Соколенок», пос. Мурмаши, Кольский р-н Мурманской обл. 40
МДОУ д/с № 55 «Полянка», г. Нерюнгри, Республика Саха (Якутия) 6
МДОУ д/с № 2 «Солнышко», г. Салехард, ЯНАО 98
МДОУ ЦРР — д/с № 25 «Василек», г. Саянск Иркутской обл. 62
МДОУ ЦРР — д/с № 34 «Чебурашка», г. Елец Липецкой обл. 13

Баженова Наталья Юрьевна 102
Виноградова Светлана Николаевна 71
Гарбуз Галина Егоровна 82
Давидчик Раушания Мазгаровна 40
Дунаева Эльвира Анатольевна 33
Ермолова Ольга Федотовна 105
Ефремова Елена Анатольевна 44
Жилина Тамара Леонидовна 102
Заболотная Ирина Александровна 98
Иванникова Елена Витальевна 13
Корнилова Татьяна Анатольевна ... 6
Коршунова Лариса Викторовна 78
Носенко Ирина Владимировна 47
Объедкова Светлана Владимировна 88
Огурёнкова Ольга Николаевна 88
Проценко Оксана Александровна 6
Сальникова Лариса Ивановна 54
Селина Татьяна Владимировна 110
Сергеева Светлана Васильевна 21
Сидоренко Нина Сергеевна 50
Тарасова Юлия Валерьевна 62
Татур Елена Евгеньевна 24
Тимофеева Елена Николаевна 78
Тимошкина Оксана Вадимовна 28, 38
Фортова Светлана Станиславовна 62
Шорохова Татьяна Юрьевна 88
Яковлева Лилия Маликовна 74

Журналу «Инструктор по физкультуре» 5 лет: время подводить итоги и строить планы на будущее!

Поздравляем читателей с наступившим 2013 годом! Желаем всем здоровья, счастья, исполнения желаний и творческих успехов!

Вот уже пять лет выпускается журнал «Инструктор по физкультуре» — первый и единственный специализированный журнал для практиков и исследователей в области физического воспитания детей дошкольного возраста. Многие педагогические работники из разных регионов России отмечают, что за эти годы журнал стал для них добрым другом и помощником в работе. Издание объединило вокруг себя инструкторов и воспитателей по физкультуре, методистов и руководителей ДОУ, воспитателей групп детского сада, ученых — всех тех, кого волнуют вопросы физического развития и воспитания подрастающего поколения.

На страницах журнала публикуются статьи исследователей, специалистов-практиков, освещаются наиболее значимые события в области воспитания и образования детей дошкольного возраста, дается информация о международных и региональных конференциях, всероссийских педагогических конкурсах. Издание предоставило прекрасную возможность для обмена опытом и ведения дискуссий по наиболее актуальным вопросам физического воспитания и оздоровления детей. Журнал стал хорошо известен в педагогическом сообществе и прочно занял свою нишу среди профессиональных периодических изданий.

В нашу редакцию поступает много писем от читателей: «Мне очень нравится Ваш журнал. В нем много практического и теоретического материала, который так необходим для нашей работы. Большое спасибо, что Вы делаете такое важное для всех нас дело!» (инструктор по физкультуре И.Н. Белоглазова). Для нас это высокая оценка! Мы дорожим нашими авторами и читателями, никогда не останавливаемся на достигнутом. Наши читатели теперь могут получать приложение к журналу «Инструктор по физкультуре», а все желающие участвовать в объявляемых редакцией конкурсах. Планируется подготовка номеров журнала, в которых будет представлено физическое воспитание дошкольников отдельных регионов России.

Друзья, чтобы наш журнал стал еще более интересным, присылайте статьи на актуальные темы, предлагайте новые рубрики, задавайте волнующие вас вопросы! Приглашаем к сотрудничеству специалистов в области педагогики, психологии, физиологии, педиатрии и гигиены! Статьи и анкеты авторов высылайте на электронный адрес: dou@tc-sfera.ru.

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

Интеграционный подход в психолого-педагогической работе ДОУ

Проценко О.А.,
заместитель руководителя;

Корнилова Т.А.,
воспитатель МДОУ д/с № 55 «Полянка», г. Нерюнгри, Республика Саха (Якутия)

Воспитание здоровой личности — основное требование модернизации системы образования. В соответствии с запросами общества и государства меняется качество предоставляемых образовательных услуг, возрастает роль личной активности и творчества ребенка в каждом направлении развития, включая физическое. Уходят в прошлое узкоспециализированные разделы в комплексных программах, все чаще говорится о совокупности образовательных областей.

Один из основополагающих принципов, установленных федеральными государственными требованиями к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования — принцип интеграции образовательных областей.

Прежде чем охарактеризовать его, перечислим, какие образовательные области выделены в ФГТ в качестве структуры обязательной части основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Их десять, среди них есть как известные в практике, привычные, традиционные (например, «Физическая культура», «Познание», «Музыка», «Труд», «Чтение художественной литературы»), так и новые, появившиеся в последнее время (например, «Коммуникация», «Безопасность», «Художественное творчество», «Социализация»). Определение перечня образовательных областей и основных задач психолого-педагогической работы в обязательной части основной общеобразовательной программы дошкольного образования на-

правлено на упорядочение образовательного процесса в современном вариативном дошкольном образовании.

Необходимо отметить, что принцип интеграции в образовании имеет психологическую основу, связанную с возрастными особенностями детей дошкольного возраста, когда:

— поведение и деятельность дошкольника представляют собой «еще недостаточно дифференцированное целое»;
— «схватывание» целого раньше частей позволяет ребенку «сразу», интегрально видеть предметы глазами всех людей;
— знание о целостности мира будет оформлено в системе теоретических понятий ребенка, он должен воссоздать подвижный интегральный образ действительности на уровне воображения.

Иными словами, дошкольник «целостен», поэтому и формирование целостной картины мира как одной из главных задач психолого-педагогической работы в сфере дошкольного образования должно осуществляться адекватными для него способами: не разделением на отдельные составляющие, а интегративно, т.е. через взаимодействие, взаимопроникновение, «пронизывание» образовательных областей.

Интеграция в образовательном процессе — особо выстроенная структура, направленная на обучение детей рассмотрению любых явлений с разных позиций, развитие умения применять знания из различных областей при решении конкретной задачи, формирование способности самостоятельно проводить посильные небольшие исследования.

Интегрированный подход способствует переосмыслению общей структуры организации работы с детьми внутри коллектива педагогов.

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических *задач*:

— развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
— накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями);
— формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Содержание образовательной области «Здоровье» направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирование основы культуры здоровья через решение следующих *задач*:

— сохранение и укрепление физического и психического здоровья;

— воспитание культурно-гигиенических навыков;
— формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Содержание образовательной области «Физическая культура» интегрируется с содержанием образовательной области «Здоровье». Нет необходимости доказывать, что эти области неразрывно связаны друг с другом. Наша задача — сохранять и укреплять не только физическое, но также психическое и социальное здоровье дошкольников.

Взаимодействие областей «Здоровье» и «Физическая культура» определяет общую направленность процессов реализации и освоения Программы в соответствии с целостным подходом к здоровью человека как единству его физического, психологического и социального благополучия. «Музыка» (развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей), «Познание» (в части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности), «Коммуникация» (развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение), «Социализация» (приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собствен-

Интеграция содержания и задач психолого-педагогической работы образовательной области «Здоровье»

С образовательной областью «Социализация» (формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека, соблюдение элементарных общепринятых норм и правил поведения в части здорового образа жизни)

С образовательной областью «Познание» (формирование целостной картины мира, расширение кругозора в части представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека)

С образовательной областью «Безопасность» (формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности, в том числе здоровья)

Интеграция содержания и задач психолого-педагогической работы образовательной области «Физическая культура»

С образовательной областью «Коммуникация» (развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение)

С образовательной областью «Музыка» (развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей)

С образовательной областью «Познание» (в части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности)

С образовательной областью «Здоровье» (в части решения общей задачи по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья)

С образовательной областью «Труд» (накопление опыта двигательной активности)

С образовательной областью «Социализация» (приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной ДА)

ных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности), «Труд» (накопление опыта двигательной активности).

Дошкольное образование призвано обеспечить создание основного фундамента развития ребенка. В современной системе дошкольного образования складываются новые модели организации воспитательно-образовательного процесса в ДОУ.

Инструментом в создании таких моделей может выступать интеграция. Многие специалисты определяют ее как один из путей достижения качества образования, его обновления и эффективности в развитии личности ребенка, сохранения здоровья и свободного пространства детства.

В рамках реализации образовательных областей «Физичес-

кая культура» и «Здоровье» «Программа воспитания и обучения в детском саду» под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой предусматривает организацию:

— образовательной деятельности, осуществляемой в процессе взаимодействия различных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения;
— образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов;
— самостоятельной деятельности детей;
— взаимодействия с семьями детей по реализации программы.

Для самостоятельной, индивидуальной деятельности в группе нами создана предметно-развивающая среда: физкультурно-оздоровительные уголки, уголки «Поликлиника», «Аптека» и др. Пособия и нетрадиционное оборудование в уголках изготовлены руками педагогов вместе с родителями. В группах имеются тематические настольные и дидактические игры, альбомы, таблицы, модели (в соответствии с возрастом детей).

В старшем дошкольном возрасте организованная образовательная деятельность предполагает проведение занятий с детьми, которые осуществляются как увлекательная игровая и проблемно-познавательная деятельность, направленная на решение

актуальных, интересных детям задач.

Интеграция областей физического направления происходит:

— во время занятий физическими упражнениями (утренней гимнастикой, физической культурой, гимнастикой после сна, подвижными и спортивными играми, физкультурных досугов и праздников) на физкультминутках;
— во время проведения закаливающих процедур (прогулок на свежем воздухе, водных процедур, воздушных ванн и т.п.);
— в ходе внедрения в работу с дошкольниками нетрадиционных форм оздоровления (дыхательной и пальчиковой гимнастики, различных видов самомассажа, упражнений для профилактики нарушений зрения, техники правильного дыхания);
— в группе комбинированной направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи — логоритмическая гимнастика, двигательные упражнения для снятия зажимов и напряжения, релаксационные упражнения и этюды;
— в рамках дополнительного образования — спортивная секция «Фитнес для детей».

В нашем ДОУ стало хорошей традицией проведение дней здоровья, малой Олимпиады (зимней и летней), праздников и развлечений, где в тесном контакте прослеживается интеграция всех областей.

Условия, нравственная и эмоциональная атмосфера, в которых развивается ребенок, зависят от взрослых, отвечающих за его счастье и здоровье. Вот почему так важно тесное взаимодействие образовательного учреждения (детского сада, а потом и школы) с семьей ребенка. Именно родители должны стать главными помощниками педагогов в воспитании здорового ребенка, формировании у детей ценностей здорового образа жизни.

Работа с мамами и папами наших воспитанников строится на основе анкетирования и бесед, которые позволяют определить интересующую тематику («О закаливании детей», «Какое место занимает физическая культура в вашей семье?»). Вопросы физического развития и оздоровления обсуждаются на родительских собраниях. В каждой группе нашего ДОУ для родителей оформлен «Уголок здоровья», где представлены различная наглядная агитация, рукописные газеты, буклеты, методические разработки.

Родители, проявляя творческие навыки, вместе с детьми принимают участие в конкурсах. Наиболее активных мы привлекаем к участию в совместных занятиях, досугах, праздниках.

В итоге можно сделать вывод, что интеграция образовательных областей «Здоровье», «Физическая культура» дает свои результаты: дети учатся думать о своем здоровье, заботиться о нем, радоваться жизни.

В заключение нам хочется пожелать всем педагогам интересных и содержательных форм работы с детьми, а также успехов в освоении общеобразовательных программ.

Предлагаем вашему вниманию книгу

ИНТЕГРИРОВАННЫЕ РАЗВЛЕЧЕНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ

Авторы — Зацепина М.Б., Быстрюкова Л.В., Липецкая Л.Б.

В методическом пособии представлен опыт взаимодействия взрослых и детей в ДОУ — сценарии итоговых театрализованных мероприятий. Может быть использовано в работе с детьми 5—7 лет воспитателями и музыкальными работниками дошкольных образовательных учреждений, педагогами учреждений дополнительного образования детей и гувернантками.

Эту и другие книги можно заказать по почте наложенным платежом.
Пришлите заявку **по адресу:** 129626, Москва, а/я 40,
по E-mail: sfera@cnt.ru,
по тел.: (495) 656-75-05, 656-72-05
или закажите в **интернет-магазине:** www.tc-sfera.ru
Не забудьте разборчиво написать свой **индекс** и **обратный адрес.**

Взаимосвязь физической культуры с другими образовательными областями

Иванникова Е.В.,
инструктор по физкультуре МДОУ ЦРР — д/с № 34 «Чебурашка», г. Елец Липецкой обл.

В соответствии с новыми федеральными государственными требованиями воспитание здоровой личности — основное требование модернизации системы образования. На основании современных запросов общества и государства меняется качество образования, возрастает роль личной активности и творчества ребенка. Сейчас мы говорим о совокупности образовательных областей. Двигательная активность находится в органическом единстве с интеллектуальной, духовной и эстетической.

В своей деятельности я использую методику педагога В.Т. Кудрявцева, вместе со своими коллегами разработавшего Программу дошкольного развивающего образования, в основе которой лежит комплексный междисциплинарный подход к физическому воспитанию дошкольников, где ребенок рассматривается как целостный духовно-телесный организм. Многие идеи Кудрявцева мне близки, и я успешно реализую их в практике.

На сегодняшний день физическая культура перестает восприниматься как узкая дисциплина, она становится естественной составляющей общечеловеческой культуры, ведь в настоящее время акцент с формирования знаний, умений и навыков переносится на формирование общей культуры ребенка.

Эта идея лежит в основе Программы, где делается упор на развитие двигательного воображения, которое оживляет движение и наполняет его смыслом.

Принципы развивающего образования и интеграции образовательных областей лежат в основе перспективного направления данной Программы и соответствуют важнейшим принципам, определенным ФГТ. Развивая двигательное воображение на занятиях по физкультуре, я одновременно решаю и другие психолого-педагогические задачи. К примеру, если раньше мы обучали дошкольников основным видам движений и формировали у них двигатель-

ные навыки, то сейчас мы рассматриваем приобщение ребят к физической культуре как творческий процесс.

Главный вид деятельности, обеспечивающий единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач — игра. За годы дошкольного детства игра проходит значительный путь развития. Ведь дети развиваются вместе с игрой. Я стараюсь организовать занятия по физкультуре так, чтобы их содержание было максимально приближено к игровой деятельности. Не стоит забывать и про фундамент любой игры — воображение.

Работая с детьми, я на собственном примере убедилась, что возможна взаимосвязь физической культуры с каждой из образовательных областей, рекомендованных ФГТ. На страницах журнала я хочу поделиться с коллегами опытом наиболее успешных интеграций в разных областях. Я провожу занятия по физической культуре у детей раннего, младшего и среднего дошкольного возраста и реализую возможности интеграции с образовательными областями «Здоровье», «Познание», «Коммуникация», «Социализация», «Музыка».

Физическая культура и здоровье

Думаю, нет необходимости доказывать, что эти области неразрывно связаны друг с другом. Задача всех педагогов — сохранять и укреплять не только физическое, но также психическое и социальное здоровье наших воспитанников. Помогает нам в этой работе включение двигательного воображения, в частности образно-ролевая игра. К примеру, выполнять самомассаж ушных раковин — не самое интересное занятие для детей. А вот если для этого мы будем использовать образ какого-нибудь хорошо знакомого детям героя, например, Чебурашки, то же самое занятие становится намного привлекательнее и пользы от него станет больше.

Так, образы медведя и лисы помогают в профилактике плоскостопия, змеи и бабочки — в исправлении нарушений осанки, образы ветра и трубача — при проведении дыхательной гимнастики. Если ребенок принимает, допустим, образ кошки, он автоматически преображается в движении. Ему не приходится объяснять, как расслабить те или иные мышцы. Его образная память воспроизводит яркие кошачьи особенности, и вот малыш уже выгибает спину, ползает, урчит. Так же выполняются упражнения на релаксацию: ребенку сложно сознательно расслабить мышцы, а вот если он находится в образе тающего мороженого — совсем другое дело! Двигательное воображение помогает сделать оздоровительную работу интересной и эффективной.

Физическая культура и познание

Еще Жан-Жак Руссо писал о движении как средстве познания окружающего мира. Исследования ученых М.Ю. Кистяковской и Н.М. Щелованова показали: чем богаче двигательный опыт ребенка, тем больше информации поступает в его мозг, что соответственно способствует интенсивному интеллектуальному развитию. В дошкольном возрасте активно развивается когнитивная сфера, именно двигательная активность способствует развитию познавательных процессов. Так как я работаю преимущественно с младшими дошкольниками, особое внимание уделяю развитию у них восприятия. Воздействуя на различные анализаторы, мы развиваем зрительное, слуховое и тактильное восприятие.

Развитие зрительного восприятия состоит в представлении о качествах предметов (форме, цвете, величине), умении ориентироваться в пространстве. В процессе развития слухового восприятия мы учим детей улавливать, различать звуки и действовать в соответствии с ними. Например, дошкольники бегут в колонне, изображая весенний ручеек. Если бубен играет тихо — ручеек замедляет свою скорость и наоборот.

В ходе развития тактильного восприятия закрепляются такие понятия, как «мягкий — твердый», «гладкий — шершавый», «тяжелый — легкий».

В роли предметов, помогающих закреплять сенсорные эталоны на физкультурном занятии, выступают спортивный инвентарь и оборудование, в том числе и нестандартное. Чтобы обучение происходило естественно и легко, на помощь приходят игра и воображение. Вот игровая ситуация: клоун рассыпал яблоки и просит принести детей по два желтых яблока. Как видите, кроме восприятия, формируются и элементарные математические представления.

Для развития познавательной сферы я часто использую задания в проблемной форме, для чего применяю игровое экспериментирование, двигательные импровизации, творческие задания. Так, игра «Цветы» закрепляет понятие цвета, развивает пространственные представления, творческие способности. Дети бегают по залу врассыпную с разноцветными мячами в руках, а на сигнал «На середине поляны вырос высокий розовый цветок!» те ребята, у которых в руках находятся розовые мячи, объединяются в группу и, поднимая все мячи вверх, образуют цветок с розовыми лепестками. Возможны и другие варианты игры в зависимости от поставленных задач. На занятиях мы закрепляем знания об окружающем мире: осенью «собираем урожай», «ходим в лес за грибами», зимой «играем в

снежки» и «шагаем по сугробам». Разнообразие двигательных игровых ситуаций и сюжетов позволяет расширить кругозор детей, помогает формировать целостную картину мира, что по большому счету и является главной целью познания.

Физическая культура и социализация

Вхождение ребенка в современный мир невозможно без освоения им первоначальных представлений социального характера и включения его в систему социальных отношений. Для социализации дошкольников огромное значение имеет игра, в которой отражаются окружающая действительность, мир людей, природы и общественной жизни. Без подвижной игры не обходится ни одно занятие по физической культуре.

Для примера рассмотрим игру «Такси». Мальчики — водители, девочки — пассажирки. Девочки с удовольствием «звонят по телефону и вызывают такси», закрепляя правила телефонного разговора. Мальчики на своих «автомобилях» «стоят в автопарке, ожидая вызова». Затем девочки садятся в «такси» и отправляются «по делам»: кто в магазин, кто в парикмахерскую. Заканчивается игра тем, что «таксисты» развозят девочек по домам и возвращаются на стоянку. В процессе этой игры мы решаем сразу несколько задач: закрепляем полоролевую идентификацию, правила и нормы поведения в общественных местах, а также обогащаем лексикон детей новыми словами.

Отечественный создатель научной системы физического воспитания П.Ф. Лесгафт назвал подвижную игру «упражнением, с помощью которого ребенок готовится к жизни». К проведению любой игры я стараюсь подходить творчески. Придерживаясь принципа максимальной вариативности, можно решать множество психолого-педагогических задач. Ведь грамотно организованная игровая деятельность влияет на нравственное развитие личности, самооценку ребенка, ориентацию на достижение успеха, а также на усвоение норм и правил, принятых в обществе.

Физическая культура и коммуникация

Общение со взрослыми и сверстниками — неотъемлемый компонент каждого вида детской деятельности. Бывает так, что дети, испытывающие затруднения в повседневном общении, преображаются в двигательной деятельности. Этот важный момент я учитываю в работе. Особое внимание уделяю агрессивным и застенчивым детям, так как именно они испытывают наибольшие трудности в коммуникации. К распределению ролей в играх я стараюсь подходить гибко, учитывая типологические особен-

ности нервной системы, применяю упражнения психопрофилактического характера. В этом нам помогает образно-ролевая игра. Предположим, сегодня мы изображаем трусливых мышек, и я хвалю тихих, застенчивых детей за то, как они артистично показывают мышек, вселяя в них уверенность в себе. Шумные, гиперактивные дети в этом упражнении учатся приемам самообладания. А завтра мы уже попробуем примерить на себя образ рычащего тигра. Агрессивные дети таким социально приемлемым способом избавляются от излишней агрессии, а застенчивые — учатся смелости. Двигательное воображение позволяет скорректировать самооценку, примерить разные роли, что повышает коммуникативную компетентность детей.

Дети в большей степени, чем взрослые, подвержены стрессам. В своей работе для снятия повышенного психологического напряжения я использую игровые приемы. Например, при помощи воображения можно превратить обычный мяч в барабан, и дети с большим удовольствием «громко играют» (хлопают ладошками) на таком барабане. Можно «играть на барабане тихо» — это помогает ребятам прислушиваться к товарищам и подстраиваться под «общую мелодию» группы. Возможно и выступление «соло», мальчики и девочки поочередно и т.д. Подобные приемы позволяют наладить невербальную коммуникацию детей.

Физическая культура и музыка

Музыка обладает огромным эмоциональным потенциалом, активизирует детей, значительно повышает качество выполняемых ими упражнений, организует коллектив. При выполнении упражнений с музыкальным сопровождением улучшается легочная вентиляция, увеличивается амплитуда дыхательных движений.

В то же время можно говорить и об обратной связи: развитии у детей музыкальности и основных ее компонентов — эмоциональной отзывчивости, слуха. Ребенок посредством движения учится воспринимать музыку, передавать ее характер, пользоваться телесными средствами выразительности.

Двигательное воображение можно назвать мостиком между физической культурой и музыкой. Оно способствует выразительности, пластичности, красоте, четкости, свободе, координации движений.

На занятиях я использую разные формы работы с музыкой: двигательную импровизацию под музыку, подвижные игры с музыкальным сопровождением, хороводные игры с пением, музыкальное сопровождение отдельных этапов или всего занятия, логоритмические упражнения и т.д.

Дошкольное образование призвано обеспечить создание основного фундамента развития ребенка. В современной системе дошкольного образования складываются новые модели организации воспитательно-образовательного процесса в ДОУ. И надежным инструментом в создании таких моделей может выступать интеграция. Многие специалисты определяют ее как один из путей достижения качества образования, его обновления и эффективности в развитии личности ребенка, сохранения здоровья и свободного пространства детства.

Здоровые дети — это благополучие общества. Лозунг «Здоровый ребенок — здоровая нация, здоровая нация — здоровое, богатое государство» указывает на необходимость воспитания здорового и гармонично развитого поколения, направляет на это усилия каждой семьи и государственных образовательных учреждений.

Во многом этот лозунг и определяет содержание моей работы — сохранение и укрепление здоровья дошкольников, развитие физических качеств, формирование привычки к ЗОЖ.

Существуют разнообразные формы и виды деятельности детей в детском саду, направленные на сохранение и укрепление здоровья. В практике моей работы апробированы и используются элементы следующих оздоровительных методик: дыхательная гимнастика К.П. Бутейко, А.Н. Стрельниковой, Б.С. Толкачева, гимнастика для глаз В.Ф. Базарного, «Игры, которые лечат» А.С. Галанова, пальчиковая гимнастика М.М. Кольцовой, суставная гимнастика, гимнастика хатха-йога, самомассаж и взаимомассаж А.А. Уманской, «Веселый тренинг» К.К. Утробиной, игры Клауса Фопеля.

В каждый комплекс утренней гимнастики и физкультурного занятия я непременно включаю дыхательные игры и упражнения, которые улучшают деятельность желудка и желудочно-кишечного тракта, благотворно влияют на нервную систему детей. В своей работе использую упражнения с акцентом на выдохе, с произнесением различных звуков по методике Б.С. Толкачева. Например, упражнение «Гимнаст». Частично использую методику парадоксального дыхания А.Н. Стрельниковой в игровой форме (упражнение «Ежики»), а также упражнения на задержку дыхания по К.П. Бутейко (упражнение «Чудо-нос») и некоторые дыхательные упражнения по системе хатха-йога.

В ходе наших занятий успешно решаются задачи таких образовательных областей, как «Физическая культура», «Здоровье», «Коммуникация», «Познание», «Чтение художественной литературы», т.е. происходит их интеграция. Приведу несколько примеров.

Упражнения суставной гимнастики, гимнастики по системе хатха-йога включаются в физкультурные занятия с целью профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата. Такие упражнения, как «Флажки», «Улитка», дают детям необходимую дневную мышечную нагрузку, укрепляют мышцы спины, живота, укрепляют и разрабатывают суставы, делают гибким позвоночник. Кроме того, суставная гимнастика создает и психологический эффект: повышает активность и настроение, обеспечивает прилив бодрости, устраняет хандру и меланхолию. Упражнения суставной гимнастики я рекомендую воспитателям групп для включения в индивидуальную работу с детьми, имеющими отклонения в физическом развитии.

Цель использования точечного массажа в моей работе — повысить защитные свойства организма, способствовать «пробуждению» нервной системы. Массаж А.А. Уманской проводится с детьми 3—5 лет в форме игровых упражнений. Различные виды массажа я использую на занятиях в целях профилактики простудных заболеваний (во вводной части занятия — для того, чтобы подготовить детей к предстоящей мышечной нагрузке, в заключительной — чтобы успокоить детей, дать возможность восстановить силы для последующей деятельности).

В процессе игровых действий закрепляются навыки правильного выполнения элементарного самомассажа, у детей развивается мелкая мускулатура пальцев рук. При проведении массажа рекомендую детям не надавливать с силой на указанные точки, а массировать их мягкими движениями пальцев, легко поглаживая.

Упражнения «Веселого тренинга» К.К. Утробиной включаю в занятия с детьми 3-летнего возраста. Каждое упражнение для ребенка — его маленькая победа в своем физическом совершенствовании. Все упражнения имеют названия. Например, «Стойкий оловянный солдатик», «Качалочка», «Карусель», что позволяет детям лучше их запоминать и качественнее отрабатывать движения — от самых простых до самых сложных. Исследования М.М. Кольцовой доказали, что существует тесная взаимосвязь между координацией мелких движений рук, речью и общим физическим развитием детей. Поэтому пальчиковые игры я использую с раннего возраста. Терпеливо, от занятия к занятию я вовлекаю полуторагодовалых детей в пальчиковые игры, так как умение работать пальчиками к малышам приходит не сразу. С самыми маленькими играю в простейшую игру «Черепаха». Детям, которые пока не могут выполнить задание, помогаю: загибаю пальчики,

глажу ладошку. С детьми 3—4 лет разучиваю более сложные игры. Сначала мы вместе осваиваем игру с ведущей рукой, затем вовлекаем вторую руку. Во время пальчиковых игр желательно, чтобы дети не только загибали пальцы, но и проговаривали слова игры. Это очень хорошо развивает речь и слуховую память.

Для сохранения и улучшения зрения, профилактики близорукости дошкольников в своей работе я использую упражнения по методике В.Ф. Базарного. Детей 2—3 лет прошу закрыть глаза ладонями, затем открыть их, удивиться, т.е. посмотреть вокруг «широко открытыми глазами». В тот момент, когда дети открывают глаза, я показываю им яркую картинку известного животного или сказочного персонажа. Детям 4-го года жизни предлагаю выполнить упражнения с простейшими тренажерами: найти метку на стекле, проследить глазками по дорожке за каким-либо сказочным персонажем. Психика ребенка, особенно в раннем возрасте, устроена так, что малыша практически невозможно заставить делать какие-либо упражнения, помимо его воли. Ребенок будет их выполнять только при одном условии: ему должно быть интересно, движения должны ему нравиться.

Полностью добиться положительного оздоровительного эффекта, занимаясь с детьми только на физкультурных занятиях, конечно же, невозможно. Поэтому раз в неделю на прогулке я организую дополнительное занятие «Играем, прыгаем, смеемся!», в ходе которого разучиваю с детьми как известные всем русские народные игры, так и современные. Большое внимание уделяю играм оздоровительной направленности.

Как инструктор по физической культуре я также решаю задачу укрепления взаимодействия педагогов ДОУ и родителей. Чтобы активизировать мам и пап воспитанников, в нашем детском саду для них проводится семинар, содержание работы которого — проведение разработанных мною занятий в детско-родительской паре. Совместная двигательная деятельность как нельзя лучше раскрепощает взрослых. Хорошей традицией стали индивидуальное консультирование родителей по проблемам двигательного развития детей, выступления на родительских собраниях, выпуск тематических памяток и экспресс-бюллетеней, проведение дней открытых дверей и недели валеологии, совместная организация и проведение спортивных праздников, развлечений, легкоатлетических кроссов.

Обобщая все вышесказанное, можно сделать вывод, что интегрирование образовательных областей «Физическая культура» и «Здоровье» с другими образо-

вательными областями позволяет добиваться положительных результатов по укреплению здоровья детей и снижению их заболеваемости.

Литература

Галанов А.С. Развивающие игры для малышей. М., 2006.

Гаврюшина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Метод. пособие. М., 2007.

Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья. Программа оздоровления дошкольников. М., 2007.

Кулик Г.И., Сергиенко Н.Н. Школа здорового человека. Программа для ДОУ. М., 2006.

Макарова З.С., Голубева Л.Г. Оздоровление и реабилитация часто болеющих детей в ДОУ. М., 2004.

Фопель К. С головы до пят. Подвижные игры для детей 3—6 лет / Пер. с нем. М., 2005.

Профессиональная компетентность педагогов в области физического воспитания детей

Сергеева С.В.,
старший воспитатель ГБОУ д/с № 2567, Москва

Каждое дошкольное учреждение имеет свой подход к организации физкультурно-оздоровительной работы и самостоятельно определяет приемлемые формы физической культуры с учетом специфических особенностей воспитанников. От того, насколько грамотно выстроена работа в ДОУ, зависит ее конечный результат.

Как известно, организатором воспитательно-образовательной работы в дошкольном учреждении является старший воспитатель. Имея представление о достижениях, затруднениях, возможностях каждого из коллег, он организует методическую поддержку в организации физкультурно-оздоровительной работы.

Одна из форм повышения уровня профессиональной компетентности педагогов по вопросам оздоровления в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста — ознакомление с нормативно-правовой базой; другая форма повышения профессионализма педагогов в данной области — самообразование.

При разработке тематического плана старшему воспитателю необходимо учитывать индивидуальный опыт, профессиональное мастерство, а также желания

самих педагогов. Выбранная тема должна быть им близка и понятна. Только в этом случае результат будет эффективен и раскроет творческий потенциал педагогического коллектива.

В годовом плане намечается обязательное проведение семинаров-практикумов, педагогических советов. Эта форма работы, ответственным за которую по-прежнему является старший воспитатель, остается наиболее эффективной для повышения квалификации педагогов.

Для оказания помощи педагогам в повышении их профессиональной компетентности, в том числе и в вопросах методики физического воспитания, в ДОУ создается «Школа молодого воспитателя». Заседания в такой школе проходят раз в месяц в соответствии с планом, составленным с учетом запросов и трудностей начинающих специалистов. К работе школы привлекаются опытные, творчески работающие воспитатели. На занятиях рассматриваются теоретические и практические вопросы, используются разнообразные методы: решение педагогических ситуаций, метод имитации рабочего дня воспитателя, мозговой штурм, решение кроссвордов. Все это позволяет уточнить знания воспитателей по конкретной теме, расширить их кругозор.

В работе с педагогами также проводятся психологические зарядки, которые помогают овладеть приемами релаксации и концентрации, способствуют повышению энергетического потенциала. Лучше всего если они будут проводиться в начале педсовета, совещания, консультации и т.д.

Особое внимание в ДОУ уделяется оснащению методического кабинета по данной теме. Так, чтобы педагоги успешно овладели всеми понятиями, касающимися физической культуры, можно разработать педагогический словарик. Он поможет воспитателям быстро найти определение того или иного термина.

В помощь педагогам можно оформить каталог методической литературы, периодических изданий, публикаций. Один раз в месяц старший воспитатель организует выставку, тематика которой постоянно меняется в зависимости от запросов педагогов. Наиболее интересные статьи обсуждаются на педагогических часах.

В методическом кабинете рекомендуется оформить качественно проиллюстрированный альбом стихов, загадок, пословиц и поговорок о спорте и физкультуре, который можно использовать для ознакомления детей с видами спорта. Старшему воспитателю можно вести творческую тетрадь с высказываниями великих людей о спорте и здоровом образе жизни, их он часто может применять в работе: на педсоветах, в выступлениях, при оформлении рефератов и т.п.

Одна из популярных форм работы с педагогами — информационно-просветительская. Благо-

даря созданию информационных стендов, папок-передвижек, тематических выставок становится возможным донести до педагогического коллектива достоверную, научную информацию о физическом воспитании детей, дать полезные рекомендации, советы о здоровом образе жизни.

Важное условие полноценного физического развития ребенка дошкольного возраста — формирование соответствующей предметно-развивающей среды. С учетом этого во всех возрастных группах ДОУ организуются физкультурные уголки. В целях побуждения воспитателей к творческой деятельности по их оснащению, обмену педагогическим опытом, создания условий для проявления физической активности дошкольников в группах, пополнения уголков необходимым нестандартным оборудованием в детском саду целесообразно организовывать смотр-конкурс.

К числу главных направлений работы педагогов ДОУ относятся подготовка, организация и проведение спортивных праздников и развлечений для детей как наиболее естественный и радостный вид деятельности, формирующий характер дошкольников, позволяющий развивать у них разнообразные качества. Праздничные мероприятия облегчают восприятие проблем и знаний, приобщают к коллективным переживаниям, наполняют детскую жизнь яркими красками. В ходе проведения праздников и развлечений, с одной стороны, закрепляются навыки и умения, полученные на занятиях, с другой — углубляется потребность в познании нового, расширении кругозора, совместных действиях и переживаниях. Особое внимание педагоги уделяют подготовке к оздоровительной работе в летний период. Она включает в себя не только издание приказов, проведение инструктажей, общего собрания, ознакомление с нормативно-правовыми документами и методическим обеспечением, но и организацию в мае смотра-конкурса среди педагогов групп на лучшую подготовку к летней оздоровительной работе.

При планировании работы с педагогами старший воспитатель уделяет особое внимание физкультурно-оздоровительным мероприятиям, участниками которых являются сами педагоги. Это могут быть товарищеские встречи на спортивной площадке детского сада, игры, эстафеты. Цель таких мероприятий — оздоровление, сплочение и активный отдых коллектива.

Таким образом, организованная в ДОУ методическая поддержка способствует тому, что воспитатели становятся более компетентными в вопросах физического воспитания дошкольников, участвуют в методических объединениях, городских мероприятиях, занимаются самообразованием, интересуются новинками методической литературы.

О роли инструктора по физической культуре

Татур Е.Е.,
ст. преподаватель кафедры дошкольного и начального образования ГБОУ ДПО «Мурманский областой институт повышения квалификации работников образованияи культуры», г. Мурманск

В настоящее время физическое воспитание рассматривается как единство физического развития и воспитания культуры здоровья, что составляет основу структуры Примерной общеобразовательной программы воспитания, образования и развития детей старшего дошкольного возраста. Раздел «Здоровье и физическая культура» занимает особое место в Программе. Это связано с тем, что в настоящее время в Российской Федерации значительно ухудшилось состояние здоровья детей. При этом современные старшие дошкольники отличаются от сверстников прошлых лет не только большей «нагруженностью» диагнозами, но и более низкими функциональными возможностями. Снизился и уровень развития основных двигательных качеств (скорости, силы, выносливости). Исходя из приведенных фактов, становится очевидным, что формирование физической культуры дошкольников должно быть определяющим в ходе подготовки детей к школе, поскольку оно создает фундамент для развития личностных, интеллектуальных, эмоционально-волевых и физических качеств, столь необходимых для обучения в школе, а также способствующих повышению неспецифической резистентности и оздоровлению детского организма. Поэтому физическая готовность ребенка к школьному обучению рассматривается в Программе как состояние здоровья, определенный уровень морфофункциональной зрелости организма ребенка, необходимая степень развития двигательных навыков и качеств, физическая и умственная работоспособность.

В процессе воспитания и обучения у ребенка накапливаются знания и умения, совершенствуются физические способности, двигательные навыки, складываются нравственные качества.

В этом процессе взрослый предстает в нескольких функциях. Социализирующая роль инструктора по физической культуре заключается в передаче детям физкультурных знаний и связанных с ними умений и навыков, составляющих

основу физической культуры; создания условий для приобщения детей к двигательной деятельности, раскрытии творческих индивидуальных возможностей и способностей каждого ребенка, реального осуществления взаимосвязи физического воспитания с другими видами воспитания и обучения дошкольников (В.К. Бальсевич, Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева и др.) [1, с. 159].

В процессе формирования потребности в здоровом образе жизни инструктор по физической культуре может выступать как пример использования физических упражнений с целью укрепления здоровья и организации ЗОЖ (Е.Н. Вавилова, С.С. Волкова, Ю.Ф. Змановский и др.) [2, с. 23—24]. Тем более, что потребность в подражании занимает доминирующее положение у детей на протяжении многих лет жизни.

Действительно, личный пример педагога — один из действенных методов физического воспитания. Подражая действиям взрослого, воспроизводя его действия в своих играх, ребенок неосознанно накапливает навыки и умения. Под влиянием его личности развиваются потребность в движении, интерес к физическим упражнениям. Это не единственная, но существенная сторона физического воспитания, особенно когда касается здорового образа жизни. Без учета этого факта невозможно построение системы физического воспитания.

Однако функции инструктора по физической культуре не ограничиваются ролью примера для подражания. Он выступает в качестве организатора дошкольного физического воспитания.

Инструктор по физической культуре организует сам процесс физического воспитания, который предполагает передачу целого опыта физической культуры подрастающему поколению. Это предусматривает ознакомление с наиболее рациональными способами выполнения движений, положительно влияющими на работу органов и систем, а кроме того, позволяет детям решать двигательные задачи с меньшими затратами сил (Т.И. Осокина, В.И. Усаков и др.) [6, с. 139].

Чтобы успешно решать основные задачи физического воспитания, инструктор по физической культуре должен владеть необходимым объемом знаний об анатомо-физиологических и психологических особенностях и о функционировании детского организма и способах охраны здоровья (С.А. Козлова) [3, с. 205], технике выполнения того или иного физического упражнения, методическом инструментарии проведения всех форм работы по физическому воспитанию. Чтобы добиться овладения детьми всеми видами физических упражнений, их двигательного творчества, инструктор по физической куль-

туре организует эффективное использование детьми физкультурного оборудования, т.е. обеспечивает оптимальную продолжительность его применения в течение всего дня в разных формах и видах деятельности. Это и обеспечивает разнообразную и интересную для детей двигательную, игровую, познавательную деятельность. А от того как будет организовано физическое развитие ребенка, зависит формирование интереса и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, воспитание нравственно-волевых черт личности, активности, самостоятельности.

Именно инструктор по физической культуре выступает в качестве побуждающего мотива деятельности (стремление ежедневно заниматься физическими упражнениями, зарядкой, закаливанием), в данном случае, такого вида деятельности, которая благоприятна для здоровья ребенка.

По мнению Т.И. Осокиной, В.Н. Шебеко [6, с. 139] мотивом выполнения физических упражнений в дошкольном возрасте обычно являются либо поставленное взрослым задание, либо стремление достичь личного результата в движении, связанном с преодолением определенных трудностей, и желание показать свои достижения сверстникам.

В младшем дошкольном возрасте побуждающая причина, как правило, — развертывание взрослым игровой ситуации в таком плане, чтобы одновременно у ребенка возникало желание все лучше, точнее и ритмичнее выполнять движение на основе предметных и наглядно-образных заданий, конкретных двигательных задач.

Взрослый учит ребенка правильно, ритмично и легко ходить и бегать; прыгать с места и с разбега, в длину и в высоту, сочетая разбег с отталкиванием. Нужно, мягко приземляясь, пользоваться разнообразными видами основных движений; овладевать гимнастическими упражнениями (с предметами, без них, на гимнастических пособиях), построениями и перестроениями, некоторыми видами танцевальных шагов, большим объемом разнообразных подвижных игр; сохранять правильную осанку при стоянии, во время ходьбы и сидения за столом.

При этом определенного уровня достигают ловкость, быстрота, координация движений, чувство равновесия и пространственная ориентировка; вырабатываются выразительность движений, способность согласовывать их с темпом и ритмом музыкального сопровождения.

Дети приучаются к четкому выполнению физических упражнений не только на основе наглядного образа, но и по словесной инструкции, сохраняя заданное направление и темп движения. У них развивается способность осознанно оценивать правильность своего ис-

полнения физического упражнения, понимание соответствия выполнения движения с правилами подвижной игры.

Целью Примерной общеобразовательной программы воспитания, образования и развития детей старшего дошкольного возраста является сохранение здоровья, своевременное и полноценное развитие. Достижение этой цели должно обеспечить не только здоровье ребенка, но и внедрение элементов физической культуры и потребности ЗОЖ в быт ребенка, основанное на наличии интереса, потребности к занятиям физической культурой. Поэтому от того, как правильно взрослый обучает ребенка движению, организует деятельность, зависит его здоровье (Э.Я. Степаненкова) [5, с. 368].

Таким образом, физическое воспитание дошкольника в полной мере обусловлено инструктором по физической культуре, который через наличие собственной мотивации, содержания учебного материала, методов и приемов обучения создает условия и формирует потребность в занятиях физическими упражнениями.

Сформировать у детей интерес к данной деятельности способен специалист, который, как было сказано выше, сам будет наделен необходимыми знаниями в области педагогики и психологии, теории и методики физического воспитания, методики ознакомления ребенка с функционированием человеческого организма, умениями в организации и проведении различных форм физической культуры, двигательно подготовленный и любящий физическую культуру. На этой основе в МОИПКРОиК происходит совершенствование профессионального педагогического мастерства инструкторов по физической культуре в ДОУ по программе «Развитие качества дошкольного образования» с модулем «Организация деятельности ДОУ по физическому воспитанию детей».

Литература

1. *Бальсевич В.К., Осокина Т.И., Тимофеева Е.А.* Физические упражнения для дошкольников. М., 1971.

2. *Змановский Ю.Ф., Вавилова Е.Н.* Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях. М., 1999.

3. *Козлова С.А., Куликова Т.А.* Дошкольная педагогика. М., 2000.

4. *Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б.* Развивающая педагогика оздоровления. М., 2000.

5. *Степаненкова Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / 2-е изд., испр. М., 2006.

6. *Усаков В.И.* Семья и детский сад: на пути к культуре здоровья: Метод. пособие / Т.И. Осокина, В.Н. Шебеко. СПб., 2008.

7. *Федина Н.В.* и др. Успех. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. М., 2010.

Гендерное развитие на занятиях по физической культуре

Тимошкина О.В.,
воспитатель ГБОУ д/с № 2567, Москва

В последнее время в воспитательном процессе приобрел особую актуальность индивидуально-дифференцированный подход к ребенку в зависимости от пола, однако содержание работы с дошкольниками по половому признаку разработано еще недостаточно четко. Гендерное воспитание — организация педагогического процесса с учетом половой идентичности, особенностей развития детей в ходе полоролевой социализации. Учет гендерных особенностей детей — важнейший аспект здоровьесбережения. Мальчика и девочку нельзя воспитывать и обучать одинаково. Они по-разному воспринимают мир, по-разному смотрят и видят, слушают и слышат, по-разному говорят и молчат, чувствуют и переживают. Цели воспитания мальчиков и девочек, методы и подходы к нему должны быть различными. Биологические половые различия несут с собой различные эмоциональные, познавательные и личностные характеристики. Отсюда и возникает необходимость дифференцированного подхода в воспитании мальчиков и девочек с первых дней жизни. Неблагоприятным фактором полоролевой социализации является и размывание границ мужественности и женственности в традиционном их понимании. Если в дошкольные годы не заложить у девочек мягкость, нежность, аккуратность, стремление к красоте, а у мальчиков — смелость, твердость, выносливость, решительность, рыцарское отношение к представительницам противоположного пола, т.е. не развить предпосылки к женственности и мужественности, это может привести к тому, что, став взрослыми мужчинами и женщинами, они будут плохо справляться со своими семейными, общественными и социальными ролями.

Усвоение в соответствии с полом содержания женской и мужской модели личности, формирование системы потребностей, интересов, ценностных ориентаций и определенных способов поведения, характерных для того или иного пола, т.е. процесс половой социализации, — неотъемлемая часть общего социального развития, которое протекает под влиянием взрослых и сверстников.

Вопрос о природе различий в развитии двигательных функций мальчиков и девочек дошкольного возраста представляет большой интерес. Отечественные ученые Ц. Какабадзе, О. Недригайлова, И. Попов, В. Урицкая, Н. Шишниашвили пришли к выводу о превосходстве мальчиков в уровне развития основных движений и физических качеств над девочками и необходимости дифференцированного подхода к ним в процессе физического воспитания. Ученые Э. Вильчковский, Э. Пээбо, С. Ярнесакс выявили, что в процессе игр у мальчиков большее место занимают движения скоростно-силового характера (бег, метание предметов в цель, на дальность, лазанье, борьба, спортивные игры). Девочки любят игры с мячом, скакалкой, лентой.

Обычно дети предпочитают те упражнения, которые у них лучше получаются. Если дать мальчикам мяч, они чаще начинают с ним пытаться играть в футбол, но, как правило, это проявляется в сильных ударах по мячу. Девочки практически так не поступают. Если им в руки попал мяч, чаще всего они начинают повторять упражнения из «Школы мяча».

Так как центр тяжести у девочек находится ниже, чем у мальчиков, они легче справляются с упражнениями на равновесие. Если есть бревно, мальчики по нему лучше побегают, пососкакивают с него, в то время как девочки будут по нему медленно ходить, может быть с поворотами, получая от этого удовольствие.

Девочки по сравнению с мальчиками характеризуются: большей частотой движений кистью руки; более высокими результатами во всех упражнениях, характеризующих проявление ловкости; большей гибкостью в поясничном и тазобедренном суставах; лучшими результатами в прыжках в длину с места толчком одной ноги. У мальчиков по сравнению с девочками: бóльшая скорость бега на дистанциях 10, 20 и 30 м; бóльшая выносливость к статическим усилиям; выше результаты в метаниях набивного мяча массой 1 кг. У мальчиков лучше развита первая сигнальная система. Гормон тестостерон тормозит развитие центра головного мозга, отвечающего за развитие речи. Поэтому, когда мы просим мальчика дать оценку движению, что очень важно в интеллектуальном развитии, речь его отрывиста, он помогает себе жестами. У девочек же вторая сигнальная система раньше становится ведущей, поэтому девочки лучше воспринимают словесные пояснения. Мальчики более уверенно ориентируются в новой обстановке, но меньшее значение отдают подчинению правилам, они менее терпеливы и аккуратны. Девочки же очень стремятся

подчиняться правилам, которые введены, тщательно планируют свою деятельность.

Мальчишескую двигательную активность отличают: простота, угловатость; силовой, атлетический стиль; четкая целенаправленность; отсутствие вычурности, эстетической завершенности; элементы атаки, нападения, преследования. Движения девочек чаще всего бывают: пластичными, плавными; вычурными, эстетически богатыми (с мимикой, жестами); с элементами боязни, пассивности; более связанными с музыкой, танцами; в преобладающем «координационном» стиле, в противовес «силовому» у мальчиков.

К сожалению, фактически ни одно методическое пособие для педагогов детского сада не содержит рекомендаций по дифференцированному физическому воспитанию мальчиков и девочек. Большинство же практических работников убеждены в необходимости этого. Содержание некоторых авторских программ, опыт работы специалистов по физическому воспитанию дошкольных учреждений подтверждают целесообразность дифференцированного воспитания мальчиков и девочек.

Наряду с такими видами физкультурных занятий, как учебные, игровые, сюжетные, тренирующие, в старшем дошкольном возрасте мы проводим и полоролевые. Структура таких занятий обычна, а вот содержание имеет серьезные отличия. Одним из ведущих принципов должен стать принцип двух начал в педагогическом процессе. Данный принцип подразумевает, что обучение и воспитание дошкольников отражает особенности мужественного начала у мальчиков и женственного у девочек. Педагогический процесс при таком подходе будет иметь различные стиль, тон, направленность. Для мальчиков — это развитие быстроты, физической и силовой выносливости, воспитание выдержки, смелости; для девочек — развитие чувства ритма, красоты движений, гибкости. Этот подход осуществляется через деление общей группы детей на две подгруппы, различаемые по половому признаку на время проведения физкультурного занятия. Особенность такой дифференциации в том, что девочки и мальчики не изолированы друг от друга, а в процессе специально организованной деятельности развиваются физические качества, которые принято считать сугубо женскими или сугубо мужскими. Углубляются понимание половой принадлежности «Я — девочка», «Я — мальчик», развитие представлений детей об отличительных признаках поведения и деятельности женщины и мужчины. Эта позиция проявляется в выборе вида двигательной деятельности, соответствующей полу ребенка.

На таких занятиях используем следующие методические приемы для учета половых особенностей дошкольников:

— различия в подборе упражнений только для мальчиков или только для девочек (например, мальчики работают на рукоходе, а девочки — с лентами);
— дозировке (например, девочки отжимаются 5 раз, а мальчики — 10);
— подборе оборудования (например, девочкам легкие гантели, а мальчикам более тяжелые);
— обучении сложным двигательным движениям (существует ряд упражнений, которыми мальчики овладевают легко, в то время как у девочек они вызывают значительные трудности и требуют большего времени для овладения ими, например, метание на дальность легче дается мальчикам, и наоборот, прыжки на скакалке — девочкам). Это требует от специалиста по физическому воспитанию разных методических подходов: разное число повторений, выбор подводящих и подготовительных упражнений, использование вспомогательного оборудования;
— по времени (например, девочки прыгают через скакалку 1 мин, мальчики 1,5 мин);
— пространственные ориентировки (например, мальчикам отдается бóльшая часть зала по сравнению с девочками, поскольку для них характерно дальнее зрение, а для девочек ближнее);
— распределение ролей в подвижных играх (например, мальчики — медведи, а девочки — пчелки);
— расстановка и уборка снарядов (девочки всегда расставляют и убирают только мелкий, легкий инвентарь, а мальчики группкой в несколько человек — тяжелое оборудование);
— различия в оценке деятельности (для мальчиков важно, что оценивается в их деятельности, а для девочек — кто их оценивает и как). Для мальчиков слово «молодец» эмоционально значимо, а для девочек следует подбирать слова с более сильным эмоциональным компонентом («Ты лучшая в этом движении», «Ты была похожа на балерину», «У тебя очень мягкие движения рукой, кистью», «У тебя самое бесшумное приземление»);
— частые напоминания мальчикам о способах выполнения, требованиях к качеству, так как они больше нуждаются во внимании при «шлифовке» отдельных элементов, технике, чаще приходится использовать помощь в плане тактильно-мышечных ощущений;
— подсчет сенситивных этапов для формирования и совершенствования двигательных

способностей, физических качеств, двигательных навыков и умений (например, девочки лучше выполняют задания на пространственную точность в 5—6-летнем возрасте, а мальчики — в 7-летнем);
— использование условных обозначений на карточках, пиктограммах для мальчиков и девочек («М», «Д»);
— акцентирование внимания детей на мужские и женские виды спорта.

Следует помнить, что необходимо учитывать не только половые, но и индивидуальные особенности, склонности и интересы детей, так как иногда девочки проявляют способности к упражнениям с видимой «мальчишеской» направленностью, и наоборот. Поэтому педагог не должен подавлять стремления детей заниматься определенным видом двигательной деятельности. Половая принадлежность не должна использоваться в качестве довода против какой-то двигательной деятельности.

Взрослый должен научиться видеть в детях мальчиков и девочек и дифференцировать педагогический процесс в соответствии с этим. Учитывая эту разделительную тенденцию, мы проводим тематические игры с подгруппами детей. Для мальчиков: «Отважные путешественники», «Охотники», «Юные матросы», «Разведчики», «Строители». Для девочек: «Из жизни цветов», «Хозяюшки», «Кошечки», «Кукольный магазин», «Танцуют все» и др. Подобный подход мы учитываем и в подвижных играх, например, для мальчиков: «Водолазы», «Пожарные», «Автогонщики». Для девочек: «Пчелки», «Бабочки», «Рыбки» и т.д.

В своей работе педагог должен найти рациональные формы организации жизни детей в дошкольном учреждении, обеспечить и мальчикам и девочкам оптимальные, комфортные условия для их развития. Надо ориентироваться на реализацию принципа природосообразности, дифференцированного подхода к девочкам и мальчикам, учета их психофизиологических особенностей, интересов и полоролевых предпочтений. Дошкольный возраст — наиболее благоприятный для формирования полоролевого поведения ребенка. Гуманизация образования предполагает, что в процессе формирования личности ребенка взрослый учитывает все его особенности, в том числе и пол. Занятия физическими упражнениями должны занимать в этом процессе одно из ведущих мест, так как имеют большие возможности в формировании мужественности у мальчиков и женственности у девочек. Учет полоролевых особенностей дошкольников позволит педагогу, организующему их двигательную деятельность, добиться высоких результатов, не нарушая хода становления личности, заложенного самой природой.

Лечебная гимнастика в оздоровительной работе с детьми

Дунаева Э.А.,
инструктор по лечебной физкультуре ГБОУ № 2150, Москва

Забота о двигательном развитии ребенка является почти столь же важной и для его гармоничного развития, как рациональный режим, регулярное и полноценное питание, достаточный сон и частое пребывание на свежем воздухе. Вашему вниманию предлагаются рекомендации по приобщению малыша к физическим упражнениям.

Лечебная физкультура и гимнастика предоставляют ребенку все необходимые нагрузки, приучают к занятиям спортом, помогают расти здоровым. Ежедневные занятия лечебной гимнастикой оказывают ребенку неоценимую помощь в ощущении собственной мышечной силы, профилактике всевозможных травм, развитии интеллекта, преодолении стрессовых ситуаций, укреплении иммунитета, препятствии различным болезням, получении регулярной физической нагрузки.

Детям свойственна большая потребность в движении, и это важная биологическая черта периода роста организма, более того, это становится обязательным условием для его правильного формирования и развития.

Если же с детским организмом что-то не в порядке, на помощь приходит лечебная физкультура (ЛФК). Она показана при большинстве детских заболеваний как эффективное и доступное безмедикаментозное средство лечения; помимо этого, она практикуется при лечении гипотрофии, рахита, ревматизма и множества других заболеваний. В зависимости от состояния больного проводятся строго дозированные упражнения для мышечных групп и мелких суставов, дыхательные и общеукрепляющие; физические упражнения укрепляют сердечную мышцу и общее состояние организма ребенка. Также ЛФК показана детям, страдающим бронхиальной астмой, с нарушенным механизмом нервной регуляции внешнего дыхания. С этой целью целесообразно использовать так называемую звуковую гимнастику. При пневмониях ЛФК используют для борьбы с кислородной недостаточностью и восстановле-

ния нарушенной функции системы дыхания.

Противопоказания к лечебной физкультуре, как правило, ограничиваются тяжелым состоянием больного ребенка, высокой температурой, токсикозом, злокачественными процессами.

Занятия ЛФК необходимо проводить ежедневно или через день, при этом важную роль играет систематичность. Физические нагрузки должны увеличиваться постепенно и индивидуально, в зависимости от физиологических особенностей и состояния ребенка, касаться всех групп мышц, позвоночника и суставов. Как правило, одно занятие состоит из 10—12 простых упражнений, темп их выполнения может быть различным — от медленного до интенсивного. В программу занятия инструктор обязательно должен вводить дыхательные упражнения. Продолжительность одного такого занятия в среднем должна составлять около 20 мин. Чтобы лечебная физкультура не наскучила ребенку, упражнения должны периодически обновляться, а в зависимости от состояния дошкольника время занятий и сами упражнения можно корректировать.

Всем родителям следует знать, что правильно подобранные игры и развлечения благотворно влияют на основные показатели физического развития их детей: рост, вес, окружность

грудной клетки; на развитие сердечно-сосудистой системы, органов дыхания. Дошкольники, перенесшие простудные и инфекционные заболевания, вновь приступают к занятиям не сразу, а в зависимости от тяжести протекания той или иной перенесенной болезни и только после определенного, указанного врачом промежутка времени.

Вот несколько простых правил, соблюдение которых обеспечит эффективность занятий физкультурой в домашних условиях.

1. Спортивные развлечения, физические упражнения, равно как и любые игры, нельзя проводить натощак и в плохо проветренном помещении. Не следует начинать их сразу же после еды: после приема пищи должно пройти не менее 30 мин.

2. Прекращать спортивные занятия надо за 1,5—2 ч до ночного сна.

3. После игр и спортивных развлечений полезны обтирания, теплый душ, купание. Эти водные процедуры помимо превосходного закаливающего воздействия на организм ребенка дают немалый гигиенический эффект.

Приступая к занятиям дома или во время пребывания в детском саду, взрослым следует иметь в виду, что все дети неодинаковы по своему физическому развитию, характеру, здоровью. Нагрузка в играх дозируется с учетом индивидуальных и возрастных особенностей, настроения и самочувствия ребенка. Внешний вид, поведение, аппетит, сон — вот зрительно контролируемый барометр правильной физической нагрузки. При выборе игр и спортивных развлечений необходимо учитывать состояние здоровья ребенка.

Дети дошкольного возраста склонны переоценивать свои силы и нередко заигрываются (во вред здоровью). Поэтому и разучивание и сама игра не могут быть продолжительными: их надо чередовать с отдыхом. Игры большой активности сменяются спокойными. Лучше чуть-чуть не доиграть, чем переиграть, и тогда игра для ребенка будет всегда заманчивой, привлекательной и не нанесет ущерба здоровью.

Нагрузка во время игры должна распределяться равномерно на все группы мышц и возрастать постепенно из года в год. Взрослые могут и должны помочь ребенку выбрать режим движений, красивую осанку, научить правильно дышать, не задерживая самого дыхания, сообразуясь с физическими упражнениями, глубоко, равномерно. Вдох делать через нос, выдох — через рот.

Каждая игра и спортивное развлечение имеют четко очерченные границы, длятся определенное время, но взрослые по внешним признакам могут определить, не превышает ли нагрузка физических возможнос-

тей ребенка. При нормальной нагрузке, как правило, учащается дыхание, розовеет лицо, дошкольник слегка вспотел, но бодр и жизнерадостен. Чрезмерная нагрузка сказывается на нервной системе ребенка, теряется аппетит, нарушается сон. В этом случае нужно уменьшить нагрузку или даже вовсе прекратить занятия.

Одежда для занятий физкультурой должна соответствовать погоде, виду игры, стадии обучения (в начале обучения — обычная, затем — спортивная), индивидуальным особенностям, возрасту, полу, степени закаленности и состоянию здоровья ребенка. Спортивная одежда должна быть легкой, удобной, теплой, не стеснять движений, не мешать свободному дыханию, кровообращению, не раздражать кожные покровы.

Во время занятий место взрослого зависит от конкретного вида игры и спортивного развлечения: он должен быть всегда рядом, чтобы что-то показать, помочь, вовремя подстраховать ребенка, предоставляя ему, по мере обучения и усвоения движения, больше самостоятельности.

Вниманию коллег предлагаю несколько подвижных игр, которые, несомненно, будут интересны детям.

Обезьяньи пятнашки

Цель: развивать координацию движений, смекалку, воображение, ловкость.

Это веселые пятнашки. Отличие их от обычных пятнашек в том, что ловишка должен повторять движения убегающего. Например, если тот, кого догоняют, начинает прыгать на двух ногах, то и ведущий должен прыгать так же. Можно прыгать в приседе, прихрамывать на одну ногу, бежать большими шагами. Если ловишка не сможет быстро перестроиться на новое движение, «поимка игрока» не засчитывается, и убегающему дается время, чтобы снова убежать. Эту игру лучше проводить в большом помещении или на улице. Благодаря такой игре у дошкольников развиваются ловкость, координация движений, быстрота совершения действий.

Дерево

Цель: развивать координацию движений.

В игре принимают участие как дети (примерно с 4 лет), так и взрослые. Играющие должны попытаться изобразить дерево: встать на одну ногу, другой упереться в колено, руки поднять вверх и изобразить ветки. Кто дольше простоит: взрослый или ребенок?

Паучок

(пальчиковая игра)

Цель: развивать внимательность и способность сосредоточиваться.

Паучок ходил по ветке,

Дети скрещивают на груди руки, пальцы каждой руки «бегут» по предплечью, а затем по плечу другой руки. Кисти свободно опущены, выполняется стряхивающее движение (дождик).

А за ним ходили детки.
Дождик с неба вдруг полил,
Паучка на землю смыл.
Солнце стало пригревать.

Прижимают ладони боковыми сторонами друг к другу, пальцы растопырены, покачивают руками. Далее действия аналогичны первоначальным, когда «паучки» «бегут» по предплечью.

Паучок ползет опять,
А за ним ползут все детки,
Чтобы погулять на ветке.

Пальчиковые игры дают возможность родителям играть с малышами, радовать их и вместе с тем развивать речь и мелкую моторику. Благодаря таким играм ребенок получает разнообразные сенсорные впечатления.

Такие игры формируют добрые взаимоотношения между детьми, а также между взрослым и ребенком.

Надеюсь, данная консультация поможет инструкторам по физкультуре и родителям приобщить детей дошкольного возраста к физическим упражнениям и совместными усилиями сделать их здоровыми и жизнерадостными.

ПЕДАГОГИКА ЗДОРОВЬЯ

Оздоровительные технологии в образовательной работе ДОУ

Тимошкина О.В.,
воспитатель ГБОУ д/с № 2567, Москва

Семья и детский сад — тот микроклимат, в котором живет ребенок дошкольного возраста. Это среда, в которой он черпает необходимую информацию и адаптируется к жизни в обществе. В любые времена педагоги работали с семьей своего воспитанника, ища поддержку и понимание проблем ребенка для всестороннего развития гармонически развитой и здоровой личности. Однако родители, не владея в достаточной мере знанием возрастных и индивидуальных особенностей развития своего ребенка, порой воспитывают его вслепую, интуитивно. Все это, как правило, не приносит позитивных результатов. Семья и детский сад — два общественных института, которые стоят у истоков нашего будущего, но зачастую не всегда им хватает взаимопонимания, такта, терпения, чтобы услышать и понять друг друга. Для формирования позиции сотрудничества педагогов с детьми и их родителями необходимо создание единого пространства развития ребенка, которое должны поддерживать и детский сад и семья.

Для выстраивания эффективного общения педагогов и родителей важно обладать коммуникативными умениями, ориентироваться в проблемах воспитания и нужд семьи, быть в курсе последних достижений науки. Общение будет успешно, если оно содержательно, основано на общих и значимых для обеих сторон темах, если каждая из них обогащает свой информационный багаж. Важное условие для этого взаимодействия — создание моделей «воспитатель — родитель», «воспитатель — психолог — родитель», с особой фор-

мой общения — доверительно-деловым контактом.

На этапе первичного ознакомления родители узнают принципы работы ДОУ и семьи: открытость, сотрудничество, создание активной развивающей среды, принцип индивидуального подхода к каждой семье.

Зная, как важна атмосфера дружеских взаимоотношений между педагогом и родителями его воспитанников, первое родительское собрание «Будем знакомы», как правило, проводится в нетрадиционной форме. К нему следует очень тщательно готовиться, ведь от первичного восприятия педагога и семьи зависит эффективность их дальнейшего сотрудничества.

В процессе организации единого здоровьесберегающего пространства ДОУ и семьи используются разнообразные формы работы: открытые занятия с детьми для родителей; педагогические беседы с родителями — общие и групповые родительские собрания; консультации; занятия с участием родителей; выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями; дни открытых дверей; участие родителей в подготовке и проведении праздников, досугов; совместное создание предметно-развивающей среды; работа с родительским комитетом группы; тренинги; родительские гостиные; почта доверия, анкетирование. Красочные наглядные стенды в приемных знакомят родителей с жизнью группы, Конвенцией о правах ребенка, возрастными особенностями детей. В уголках специалистов размещена информация практической направленности, приводятся интересные факты, даются рекомендации учителя-логопеда, педагога-психолога, руководителя изостудии, физкультурного и музыкального работников.

В результате использования различных форм и методов взаимодействия с родителями повысилась психолого-педагогическая грамотность мам и пап наших воспитанников; поднялся уровень их воспитательно-образовательной деятельности; повысилась культура межличностного взаимодействия детей в группе. Таким образом, качество взаимодействия детского сада и семьи существенно повысилось, а наша работа принесла отрадные результаты.

Организация взаимодействия с семьей — дело трудное, не имеющее готовых технологий и рецептов, успех которого определяется интуицией, инициативой и терпением педагога, его умением стать профессиональным помощником в семье.

Малые зимние Олимпийские игры

Спортивный праздник для старших дошкольников

Давидчик Р.М.,
инструктор по физкультуре МДОУ д/с № 18 «Соколенок», пос. Мурмаши, Кольский р-н Мурманской обл.

Праздник — это всегда радостное общение, веселые соревнования, искренний радушный смех, удивление и восторг, а положительные эмоции и творчество — важнейшие факторы оздоровления.

Вот уже несколько лет на базе нашего детского сада мы проводим «Малые Олимпийские игры» между разными ДОУ северного поселка Мурмаши.

После торжественного открытия, зажжения олимпийского огня, поднятия олимпийского флага и разминки (чаще всего это конкурс «Перетягивание каната») организуются эстафеты. Дети соревнуются в лыжном марафоне, катании на санках (бобслее), метании мяча (биатлоне), игре в хоккей. Все эти состязания требуют от них проявления таких качеств, как быстрота, ловкость, выносливость, самостоятельность, организованность. Но главная цель праздника заключается в том, чтобы у ребят возникло желание регулярно заниматься физкультурой дома и в дальнейшем при обучении в школе.

Предлагаю вниманию коллег сценарий спортивного праздника для старших дошкольников.

* * *

Спортивный зал празднично украшен флажками и разноцветными воздушными шарами. На центральной стене изображены пять олимпийских колец в обрамлении силуэтных рисунков, посвященных тому или иному виду спорта. По периметру зал дополнительно украшен спортивной символикой, фотографиями спортивных праздников, детскими рисунками на темы: «Я на занятиях по физической культуре», «Вместе с мамой, вместе с папой физкультурой занимаюсь». Дети и взрослые входят в зал.

Ведущий. Добрый день, дорогие ребята! Нас вновь собрала страна Спортландия — страна сильных и смелых, выносливых и ловких, быстрых и находчивых. Сегодня мы проводим зимние

Олимпийские игры среди детей подготовительных к школе групп д/с № 12 и д/с № 18. Символ наших малых зимних Олимпийских игр — Снеговик. Давайте поприветствуем наших участников.

Под звуки торжественного марша участники соревнований во главе со Снеговиком входят в зал, делают круг почета, а затем рассаживаются на скамейки по обе стороны зала.

Ребята, знаете ли вы, что такое Олимпийские игры? Один раз в четыре года спортсмены всего мира приезжают на Олимпиаду, чтобы принять участие в соревнованиях и показать, кто самый сильный, самый быстрый, самый ловкий. В нашем детском саду уже проходили малые Олимпийские игры. Давайте посмотрим, как это было!

В зале приглушается свет и методом слайд-шоу демонстрируются фотоматериалы прошлых Олимпийских игр.

Все Олимпийские игры начинаются с зажжения олимпийского огня.

Звучит музыка. Ребенок берет факел, бежит по кругу и зажигает бутафорский огонь.

Ребенок-факелоносец

Флаг олимпийский, взвейся,
С ветром вступая в спор.
Всех детей, как песня,
Объединяет спорт!

Ведущий. Команды, на флаг р-равняйся! Смирно! Поднять флаг соревнований! *(Флаг поднимают капитаны команд и Снеговик.)* Вольно! Малые зимние Олимпийские игры объявляю открытыми!

Что такое Олимпиада?
Это честный спортивный бой!
В ней участвовать —
это награда!
Победить же может любой!

(Обращается к гостям праздника.) А сейчас разрешите представить команды сегодняшних соревнований.

Капитан 1-й команды. Вас приветствует команда «Дружба». Наш девиз: «Стать чемпионом сложно, но постараться можно!»

Капитан 2-й команды. Вас приветствует команда «Пингвины». Наш девиз: «Мы сил не пожалеем, покажем, что умеем!»

(Все вместе.)

Командам нашим дружным —
Привет, привет, привет!

По одному игроку из каждой команды выходят на середину зала и вместе произносят клятву олимпийца: «Мы, юные олимпийцы, торжественно клянемся вести честную, упорную борьбу, быть дисциплинированными, уважать судей!»

Ведущий. Представляю вам наших судей. Они будут оценивать ваши результаты.

В свою очередь судьи тоже произносят клятву: «От имени всех судей обещаем, что на малых зимних Олимпийских играх мы будем исполнять наши обязанности честно, уважая и соблюдая правила, по которым они проводятся. Девиз этих соревнований: “Главное не победа, а участие!”»

Соревнования пройдут по следующим видам спорта *(демонстрирует их при помощи мультимедиа):* слалом («бег» на лыжах), биатлон (метание), хоккей (забить шайбу в ворота), бобслей, лыжный марафон, перетягивание каната. Также вас ждет конкурс «Эрудит».

А сейчас я приглашаю всех на площадку для соревнований.

До встречи!

Игроки, судьи и гости праздника выходят на улицу и направляются к спортивной площадке, которая празднично украшена разноцветными воздушными шарами и флажками. На шесте развевается российский флаг. Из громкоговорителя звучат песни о спорте.

Ребята, сегодня мы проверим, какие вы ловкие, сильные, быстрые, меткие и кто из вас достоин стать чемпионом. А знаете ли вы, кто такой чемпион?

Дети. Чемпион — это человек, который выполнил спортивную задачу лучше и быстрее всех.

Ведущий. Прежде чем соревноваться, мы скорей должны размяться.

Организуется игра-разминка «Перетягивание каната». Мероприятие проходит в два этапа, участвуют по 5 человек от каждой команды.

Ну, ребята, а теперь эстафета «Кто быстрей?»!

Команды выстраиваются в две колонны. По сигналу взрослого один ребенок садится на санки, а другой везет его до ориентира. По возвращении дети меняются местами. Выигрывает команда, игроки которой первыми закончат эстафету.

Мчатся хоккеисты, режут синий лед, высекают искры — шайба у ворот.

Перед началом нового этапа спортивных состязаний капитаны команд с помощью жребия из числа своих игроков выбирают вратарей. Вратарь первой команды занимает место в воротах, перед которыми на определенном расстоянии на снегу чертится (рисуется краской) полоса для броска. Игроки другой команды поочередно пытаются забросить в его ворота шайбу. Далее место в воротах занимает вратарь другой команды, которому его соперники также пытаются забить гол. Выигрывает команда, игроки которой забили наибольшее количество голов вратарю соперников.

Наши соревнования продолжаются и впереди вас ждет конкурс для капитанов.

Вперед выходят капитаны команд, которые по очереди отвечают на вопросы ведущего.

1. Что такое спорт? *(Это занятия физическими упражнениями, регулярные тренировки, спортивные соревнования.)*

2. Кто занимается спортом? *(Спортсмены.)*

3. Какие соревнования являются праздником для спортсменов всего мира? *(Зимняя и летняя Олимпиады.)*

4. Что символизирует олимпийский огонь? *(Открытие Олимпийских игр.)*

5. Кто такой чемпион? *(Спортсмен, который показал наилучший результат в своем виде спорта.)*

6. Что значит выступать командой? *(Это когда несколько человек стремятся к общему результату, выполняют задания дружно, вместе и стараются выступить лучше игроков другой команды.)*

7. Как звучит олимпийский девиз? *(«Быстрее, выше, сильнее!»)*

8. Какие зимние виды спорта вы знаете? *(На этот вопрос капитаны отвечают по очереди.)*

Судьи оценивают ответы капитанов с точки зрения проявленных эрудиции, смекалки и, конечно же, знаний в области спорта.

Ребята, древние олимпийцы бегали в центре стадиона, по прямой линии. А мы сейчас будем бегать «змейкой» да еще на лыжах!

Игроки команд надевают лыжи и выстраиваются в две колонны. По сигналу ведущего спортсмены, стоящие впереди, устремляются вперед, «змейкой» пробегают между стойками, обегают ориентир, возвращаются назад, передают эстафету своим товарищам и становятся в конец колонны.

Следующий этап наших соревнований — метание.

По сигналу дети бегут на лыжах до ориентира, бросают в мишень снежок и возвращаются обратно. Победа той или иной команды определяется по числу попаданий в мишень.

Сейчас в заключение нашего спортивного праздника лучшие лыжники команд совершат небольшой марш-бросок.

В последнем этапе соревнований принимают участие по 5 человек из каждой команды, которые должны на время преодолеть определенную дистанцию. После их финиширования объявляется общее построение команд в одну шеренгу.

Слово предоставляется судьям, которые подводят итог соревнованиям и называют команду-победительницу. Прекрасное настроение детей и взрослых поддержано лучами яркого солнца и подарками. Все участники соревнований получают настоящие значки с эмблемой Олимпийских игр — Снеговиком и сладкие призы, а игроки каждой команды — диплом.

Молодцы, ребята! Вы соревновались как настоящие олимпийцы.

Показали свою силу, быстроту, ловкость, получили заряд бодрости, энергии, веселья, удовольствие от выполненных физических упражнений. Команды, становись! На флаг равняйся! Смирно! Спустить флаг соревнований!

Флаг спускают победители малых Олимпийских игр и Снеговик. Они совершают круг почета.

Малые зимние Олимпийские игры считаю закрытыми. Желаю всем здоровья, тепла, радости. До новых спортивных встреч!

Зимний спортивный досуг «Зимушка-зима»

(в подготовительной к школе группе)

Ефремова Е.А.,
воспитатель по физкультуре ГБОУ д/с № 962, Москва

Задачи:

— развивать двигательную активность детей;
— закреплять навыки выполнения спортивных, в основном циклических, упражнений (бег, ходьба, прыжки, езда на санках);
— вызывать у дошкольников положительный настрой;
— продолжать воспитывать такие качества, как товарищество, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам по играм и состязаниям;
— обучать управлению волевых усилий и контролю за своими эмоциями.

Оборудование: санки, воздушные шары, мячи малые — 40 шт., корзинки — 2 шт., несколько клюшек и шайба, конусы, аудиозапись песен: «Кабы не было зимы» (сл. Ю. Энтина, муз. Е. Крылатова), «Физкульт-ура» (сл. З. Петровой, муз. Ю. Чичкова), «Трус не играет в хоккей» (сл. Н. Добронравова, муз. А. Пахмутовой).

* * *

Под мелодию песни «Кабы не было зимы» дети в составе команд выходят на площадку, украшенную флажками и воздушными шарами.

Ведущий. Здравствуйте, ребята! Сегодня, в этот чудесный зимний день, мы с вами собрались, чтобы поиграть и повеселиться. На нашем спортивном празднике я рад приветствовать

команды. Я знаю, что все ребята сильные, смелые, быстрые и умелые. А оценивать ваши успехи будет жюри.

Все вместе исполняют песню «Физкульт-ура».

Итак, мы должны немного размяться. А для этого предлагаю провести соревнование «Лихачи».

Перед стартовой линией выстраиваются две команды по 8 человек в каждой. По сигналу взрослого один ребенок занимает место на санках, а второй устремляется вперед. Ему необходимо довезти своего друга до впереди стоящего конуса и поменяться с седоком местами. Таким же способом ребятам нужно вернуться обратно и передать эстафету следующей паре.

Молодцы, ребята! Теперь давайте немного отдохнем и разгадаем загадки о зиме:

Вдоль села пробегаю —
Сугробы наметаю.
(Метель.)

Белая звездочка с неба упала,
Мне на ладошку легла —
и пропала.
(Снежинка.)

Без зубов, без рук, а кусает
И щиплет, за уши и нос
хватает.
(Мороз.)

Он все время занят делом,
Он не может зря идти.
Он идет и красит белым
Все, что видит на пути.
(Снег.)

Крыша в шапке меховой,
Белый дым над головой,
Двор в снегу, в снегу дома,
Ночью к нам пришла ...
(зима).

Какой это мастер на стекла
нанес
И листья, и травы, и заросли
роз?
(Мороз.)

Ребята, надеюсь, вы немного отдохнули, а теперь для вас следующее соревнование — «Быстрые ноги».

Начало соревнования идентично с конкурсом «Лихачи», только дети на санках самостоятельно, отталкиваясь ногами, доезжают до конуса, объезжают его и таким же способом возвращаются к своей команде, чтобы передать эстафету следующему участнику.

Молодцы, ребята! Мы узнали, у игроков какой команды самые быстрые ноги. Теперь давайте проверим, какая команда самая ловкая, проведем соревнование «Кто наберет больше снежков?».

Каждую команду представляют по 4 человека. На ограниченном пространстве рассыпаются снежки (мячики). У каждой команды есть корзина для сбора снежков. По сигналу взрослого дети начинают собирать снежки и складывать их в свою корзину. Игроки какой команды наберут больше всех снежков, те и считаются победителями.

Какие наши ребята ловкие, быстрые и смелые! А давайте про-

верим, представители какой команды окажутся самыми умными и продемонстрируют свои знания спортивного инвентаря и зимних видов спорта?

На середину площадки выходят двое ребят (это могут быть и капитаны команд), которым взрослый загадывает следующие загадки:

Есть, ребята, у меня
Два серебряных коня.
Езжу сразу на обоих.
Что за кони у меня?
(Коньки.)

Две новые кленовые
Подошвы двухметровые:
На них поставил две ноги —
И по большим снегам беги.
(Лыжи.)

Ой, насыпало снежка!
Вывожу коня-дружка.
За веревочку-узду
Через двор коня веду.
С горки вниз на нем лечу,
А назад его тащу.
(Сани.)

Во дворе с утра игра,
Разыгралась детвора.
Крики: «Шайбу!», «Мимо!»,
«Бей!» —
Значит там игра — ... *(хоккей).*

Этой палкой бей смелее,
Чтоб удар был, как из пушки!
Эта палка — для хоккея
И она зовется ... *(клюшка).*

Долго ходом шли коньковым
Друг за дружкою втроем,
Было очень нелегко им
Забираться на подъем.
Вдруг отточенным
движеньем
Хвать винтовки —
и стрелять!
Бьют прицельно
по мишеням, —
Раз, второй, четыре, пять!
И помчались под уклон.
Что же это?
(Биатлон.)

Меня хлопали лопатой,
Меня сделали горбатой,
Меня били, колотили,
Ледяной водой облили.
И скатились все потом
С моего горба гуртом.
(Ледяная горка.)

Да-а-а...
Много есть на белом свете
Игр спортивных и затей,
Выбирай себе по вкусу,
Кто футбол, а кто — хоккей.

Ну что, предлагаю вам, ребята, еще одно соревнование — «Веселый хоккей».

Звучит песня «Трус не играет в хоккей». От каждой команды в соревновании участвуют по 4 человека. Победитель определяется по количеству забитых голов.

Молодцы, ребята! Какие вы все веселые, умные, спортивные. Пора нам прощаться, подходит к концу наш праздник и сейчас жюри подведет итоги.

Жюри подводит итоги и по числу одержанных побед определяет команду-победительницу. Другая команда получает утешительный приз.

Спортивный досуг-развлечение «Масленица идет, блин да мед несет»

(для детей среднего и старшего дошкольного возраста)

Носенко И.В.,
воспитатель МБДОУ д/с «Светлячок»,
г. Котельники Московской обл.

В последнее время физическое воспитание приобрело особую актуальность, поскольку даже у детей дошкольного возраста нередко наблюдается дефицит двигательной активности. Многие ребята подолгу сидят у телевизора, за компьютером, вследствие чего у них происходят различные нарушения здоровья, ослабевает иммунная система.

В нашем детском саду ведется активная работа по физическому воспитанию. Воспитатели групп проводят различные виды закаливаний: босохождение по ребристой поверхности, полоскание горла, дыхательную и утреннюю гимнастику. Все это способствует физическому укреплению здоровья не только на занятиях по физической культуре, но и вне их. Особую роль в физическом развитии дошкольников играют не только подвижные игры, но и развлечения, посредством которых формируются такие качества, как целеустремленность, настойчивость, выносливость, ориентировка в пространстве.

Ежегодно в марте в нашем детском саду широко отмечается праздник Масленица. В этот период уже стало хорошей традицией проводить с детьми не только беседы и занятия на масленичную тематику, но и досуг-развлечение, в котором участвуют все группы детского сада. Совместно с музыкальным руководителем педагоги готовят сценарий праздника, распределяют роли среди воспитанников. Логопед помогает детям в разучивании стихотворений. Педагоги помогают изготавливать атрибуты, нужные к тому или иному развлечению. Вниманию коллег я хочу предложить сценарий досуга-развлечения, посвященного русскому народному празднику Масленице.

Цели:
— закреплять двигательные умения и навыки;
— развивать быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, внимание, дисциплинированность и организованность;
— воспитывать чувство коллективизма, дружбы;
— вызывать интерес к спортивным развлечениям.

Предварительная работа: беседа о русском народном празднике Масленице.

Оборудование: двое санок, две пары лыж; обручи, кегли, два мешка.

* * *

На улице звучит русская народная песня «Как у наших у ворот» (обр. С. Смирнова).

Петрушка *(с бубном)*. Внимание, внимание! Веселое гуляние! Собирайся скорее, народ! Вас что-то интересное ждет! Масленица! Масленица! Широкая Масленица! Ну-ка, все повеселимся! В пляске быстрой закружимся! *(Петрушка и дети пляшут «Пойду ль я, выйду ль я...».)*

Петрушка. А где же наша Масленица, наша Авдотья Изотьевна? Позовем ее, ребята! *(Дети зовут Масленицу.)*

На санях едет Масленица, а за ней Снегурочка, Мишка, Зайчик.

Масленицу снимают с саней, ставят в центре площадки.

Здравствуй, Масленица! *(Дети кланяются.)*

А мы Масленицу ожидали,
Киселя с молоком
не хлебали.
А мы Масленицу
да встречаем,
Да к себе-то Масленицу
зазываем!

Снегурочка

Крепче за руки беритесь
И в два круга становитесь.
Будем весело плясать,
Масленицу прославлять!

Дети берутся за руки и водят хоровод вокруг Масленицы.

Наша Масленица годовая —
Она гостьюшка дорогая!
Она пешею да не ходит
Все на кониках
разъезжает...
Чтобы коники были
вороные,
Чтобы слуги были молодые!

Мишка. Ребята! Давайте порадуемся приходу весны и попляшем на радостях!

Звучит русская народная мелодия. Дети пляшут.

Снегурочка

Хороша ты, русская зима!
Одеты в белое дома!
Стоят деревья в шапках
белых.
Зима для сильных и для
смелых!

Петрушка *(обращается к ребятам)*. Ну, кто смелый? А кто сильный? Выходи по одному!

С дошкольниками проводятся следующие игры и развлечения: эстафеты на лыжах и санях, бег в мешках, перетягивание каната.

Мишка. Ребята, про меня забыли! Я — Мишка, люблю играть в ловишки!

С детьми проводится игра «Ловишки».

Ведущий выбирает ловишку. Он стоит, повернувшись к стене лицом. Остальные дети находятся у противоположной стены.

Под музыку дети подбегают к ловишке, хлопают в ладоши и говорят:

Раз-два-три,
Раз-два-три.
Скорее нас лови!

Затем бегут на свои места. Ловишка догоняет ребят. Ловишкой становится тот, кого поймали, и игра повторяется вновь.

Петрушка. Устали, ребята? Надо бы кого-то на помощь позвать! Снегурочка-волшебница! Надо кого-нибудь из сказки позвать!

Снегурочка. Так кого же? Решайте, ребята!

Дети просят позвать Емелю.

Ну, я начинаю! Внимание! Полная тишина! Мой волшебный сапожок, становись на каблучок, вправо-влево повернись, что скажу — то появись! Емеля-дружок!

Появляется Емеля с балалайкой, напевает: «Ой, мороз, мороз...».

Емеля. Ой, как много здесь ребят! На меня они глядят! Здравствуйте, люди добрые!

Петрушка. Здравствуй, Емеля-дружок!

Емеля. Здравствуй, Петруха! Есть ли у тебя блинок? Я проголодался, пока до вас добирался!

Петрушка. Прежде чем блины получать, надо для ребятишек сплясать!

Дети просят Емелю немного поплясать.

Емеля. А мне что-то неохота!

Петрушка. Ну не ленись, Емеля, стыдно!

Емеля. Да ну, ноги не идут! Во! *(Проходит перед ребятами заплетающейся походкой.)*

Петрушка. А ты скажи волшебные слова, ноги-то твои сами в пляс пойдут!

Емеля произносит волшебные слова и тут же пускается в пляс.

Емеля. И то правда! Ехал к вам и грустил... А сейчас малость развеселился! Спасибо вам, ребята! За вашу пляску и веселье вам будет угощенье! *(Сначала шепотом, а затем громко.)* Явись-ка сюда, красавица млада, да с блинами масляными, круглыми да вкусными! С Масленицей вас, ребята! *(Взрослые на подносах выносят блины и мед в плошках.)*

Петрушка. Где блины — тут и мы! Спасибо тебе, Емеля!

Емеля. Да не меня, Масленицу благодарите!

Все дети благодарят Масленицу — кланяются ей в пояс.

Петрушка. Ну что, ребята, попрощаемся с Масленицей? Масленица загорела — всему миру надоела.

Взрослые зажигают Масленицу. Дети едят на свежем воздухе блины с медом и возвращаются в группу.

Игровые физкультурно-динамические часы для дошкольников

Сидоренко Н.С.,
старший воспитатель ГБОУ д/с № 1047, Москва

Играющее детское сообщество — показатель эмоционального благополучия ребенка. Игра — важный компонент здоровьесбережения, которое стало одним из приоритетных направлений государственной политики. Современные педагоги, осознавая ответственность за будущее наших детей, изменили форму обучения и общения с ними. С учетом ФГТ воспитательно-образовательный процесс выстраивается как интеграция образовательных областей. Одно из важных направлений развития и оздоровления детей дошкольного возраста — грамотная, высокоэффективная организация прогулки. Всем нам хотелось бы максимально использовать ее продолжительность (4—4,5 ч) для формирования у детей позиции здоровьесбережения в самой привлекательной для них деятельности — двигательно-игровой. Поэтому при реализации разработанной в рамках проекта «Детский сад будущего» модели формирования социальной культуры здоровья дошкольников* нашей целью было — отойти от прямого обучения: «Это плохо, а это хорошо».

Мы хотим, чтобы дети постигали культуру здоровья в совместной деятельности со сверстниками и взрослыми, в эмоционально насыщенной общением и творческим диалогом среде, в ситуациях «активного побуждения» к расширению собствен-

* Спортивная площадка в дошкольном учреждении. М., 2009.

ного опыта. Поэтому помимо непосредственной образовательной деятельности мы ищем и внедряем интересные приемы работы, направленные на формирование у детей «двигательно-игровой свободы», к которым относятся:

— задачи дивергентного типа («сделай наоборот»);
— творческие двигательно-игровые этюды;
— сюжетные творческие задания;
— веселые конкурсы.

Помимо этого, мы используем новые формы организации физкультурно-игровой деятельности на участке:

— двигательные минутки (спортивные и музыкальные);
— тематические дни;
— сюжетные эстафеты;
— мини-марафоны;
— карнавально-спортивные шествия;
— спортивная проектная деятельность и др.

Детям нравятся игровые физкультминутки, сюжетно-игровая гимнастика, игровые динамические часы, часто включаемые нами в содержание прогулки.

Наши педагоги разработали технологические карты игровых упражнений, творческих заданий, двигательно-речевых и двигательно-познавательных игр, которые успешно используют для организации двигательной деятельности детей на прогулке.

Одним из обязательных условий воспитания культуры здоровья ребенка и его игровой культуры являются культура здоровья семьи и семейный игровой опыт. Мы неоднократно наблюдали, что после выходного дня дети приходят в детский сад вялые, заторможенные, у них снижены внимание и интерес к познавательной деятельности. Выясняя причины такого состояния (из бесед с детьми и родителями, а также по итогам анкетирования), мы отмечаем, что в силу разных обстоятельств выходные дни в большинстве семей проходят однообразно. Наиболее яркие впечатления воскресных дней — это семейные прогулки по Яузе, посещение магазина «Ашан», поездка в гости, иногда участие в культурно-массовых мероприятиях района. И даже детские праздники организуются при участии приглашенных артистов. Совместная эмоционально насыщенная деятельность в семье бывает не часто и, как следствие этого, у детей наблюдаются небольшой опыт общения со сверстниками вне детского сада, отсутствие собственной мотивации к здоровьесбережению, выявляются низкий уровень семейного двигательного и игрового опыта и направленность семейных приоритетов на раннее обучение детей через занятия, в том числе спортивные. Надо признать, что в глазах родителей современный детский сад — надежный помощник в воспитании и развитии детей. В том числе и в вопросах здоровьесбережения.

Сами мы понимаем, что при взаимодействии с родителями одной консультативно-просветительской работы недостаточно. Семье необходим опыт деятельности детей со сверстниками и родителями, родителей с детьми, родителей со специалистами и другими семьями.

Наша задача — помочь семье расширить опыт социальной культуры здоровья, в том числе и игровой, для дальнейшей адаптации детей в социокультурной среде, успешной общественной жизни в детском саду, школе, коллективе.

Становление и обогащение семейной культуры здоровья осуществляется в процессе взаимодействия семьи и детского сада в рамках все тех же игровых физкультурно-оздоровительных часов, только организованных вместе с детьми и родителями. Это могут быть:

— физкультурно-спортивные часы;
— игровые речевые сеансы;
— игровые двигательно-познавательные и экологические сеансы, а также сюжетно-игровые социокультурные мероприятия;
— детско-родительские акции и конкурсы («Детский сад — оазис мегаполиса», «Чистое утро», «Конкурс спортивных, экологических плакатов» и др.);
— «недели игры» на прогулке в разные сезоны;
— спортивно-музыкальные праздники;
— тематические дни.

На наш взгляд, через игровые часы мы можем максимально разнообразить виды детской деятельности на прогулке, что создает благоприятные условия для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирования основ базовой культуры личности.

Далее мы предлагаем вам технологическую карту «Варианты игрового часа на прогулке» — материал из «Методической игровой копилки» нашего детского сада (см. ниже). Надеемся, она окажется полезной и в вашей работе по организации игровых физкультурно-динамических часов.

Технологическая карта
«Варианты игрового часа на прогулке»
(совместная деятельность старших и младших дошкольников)

Название	Цель	Содержание игры	Возраст детей
1	2	3	4
Спинка к спинке	Игра учит узнавать и запоминать	Дети встают парами, лицом друг к другу и произносят слова вместе с ведущим:	Дети старшего и младшего возраста образуют пары.

Окончание

1	2	3	4
	части своего тела.	— ставим ручку к ручке, бум, бум, бум; ставим ножку к ножке, бум, бум, бум и т.д.	
Смешные движения	Игра учит запоминать части своего тела и владеть ими.	Дети встают в круг и выполняют действия по просьбе ведущего: — прикоснитесь локтем к коленке; — прикоснитесь пальцем к носу и т.д.	Дети старшего и младшего возраста стоят в одном кругу, чтобы младшие могли учиться у старших.
Перебрасывание мяча	Игра развивает координацию движений.	Дети встают в круг. У одного ребенка в руках мяч. Он показывает упражнение, которое должны выполнить все, и перекидывает его другому ребенку. Тот тоже показывает упражнение и т.д.	Сначала мяч находится у старших детей, а потом в игру включаются младшие.
И ты сделать это сможешь!	Игра развивает моторные навыки.	Дети встают в круг, в центре ведущий со словами: «Раз, два — не зевай, за мной наблюдай. Будешь на меня похожим — тоже сделать это сможешь!» Все выполняют движения, которые показывает ведущий.	Роль ведущего выполняет старший ребенок, а младшие дети учатся выполнять движения у старших.
Передай мяч	Развивает координацию движений и сотрудничество между детьми.	Дети строятся друг за другом. У первого ребенка мяч. По команде необходимо ногами перекатывать мяч назад от ребенка к ребенку без пропусков, а потом передавать его обратно от последнего ребенка к первому над головой двумя руками. С каждым разом мяч возвращается к первому ребенку все быстрее.	В игре участвуют дети старшего и младшего возраста, которые учатся сотрудничеству друг с другом.
Веселые прыжки	Развивают координацию движений.	Ведущий предлагает детям прыгать, как лягушки «гоп, гоп, гоп», прыгать, как зайчата «гоп, гоп, гоп». Все дети изображают прыжки различных животных.	Младшие учатся у старших различным прыжкам.
Шагом марш!	Развивают координацию движений	Дети выстраиваются в колонну и маршируют по всей площадке, преодолевая препятствия, обходя что-то, перепрыгивая и перелезая через что-либо	Старшие дети помогают младшим выполнить сложные движения

Театрализованное представление «Цирк! Цирк! Цирк!»

(для старших дошкольников)

Сальникова Л.И.,
МБДОУ д/с «Ромашка», пос. Унъюган, Октябрьский р-н, ХМАО — Югра

В играх-театрализациях ребенок-артист создает образ с помощью комплекса средств выразительности: интонации, мимики, пантомимы; производит собственные действия, необходимые для исполнения роли. В театрализованной игре ребенок участвует в каком-либо сюжете, сценарий которого заранее определен, но не является жестким каноном. Такие игры могут проходить без зрителей или носить характер концертного исполнения с соответствующей подготовкой костюмов, декораций, музыкального сопровождения, номеров для выступлений.

В игре-театрализации ребенок не ощущает себя объектом воздействия взрослого, он является полноправным субъектом деятельности. Основная цель таких игр — формирование думающего и чувствующего, любящего и активного человека, готового к творческой деятельности.

Сценарий подобного мероприятия я бы хотела предложить вниманию коллег.

Цели:

— расширять представления детей об искусстве как виде творческой деятельности людей;
— продолжать формировать эстетическое восприятие и интерес к цирковому искусству;
— развивать художественно-творческие способности в различных видах художественной деятельности;
— воспитывать доброе, заботливое отношение к младшим; умение самостоятельно объединяться для совместной игры, оказывать друг другу помощь, доброжелательно оценивать деятельность сверстников.

Предварительная работа: проведение бесед о цирке, распределение между детьми ролей по их интересам, просмотр презентаций «Цирк», подготовка костюмов для выступления, составление сценария, проведение индивидуальных репетиций цирковых номеров для выступления перед малышами, запись музыкального сопро-

вождения, подбор и разучивание фокусов.

Оборудование: костюмы для ведущих, большой мешок, внутри которого находятся воздушные шары для объема, гиря из папье-маше, две гантели, плетка из ленты, по два коврика и кирпичика из дерева, обруч, детские костюмы львенка и тигренка, канат, султанчики, маты, шляпа для фокусника, большой носовой платок, пластиковая бутылка, свеча, коробок спичек, крупная монета, аккуратно разрезанная кожура апельсина (без мякоти), скрепленная обратно в форму цитрусового, яблоко, мяч, диски с музыкальным сопровождением, записанные в порядке выступления, плюшевая голова слона, попона (покрывало), пара одинаковых тапочек на ноги слону, чалма, халат взрослому дрессировщику слона, цифры.

* * *

Театрализованное представление проходит в групповой комнате (спортивном или музыкальном залах). Оборудована арена для выступления артистов, для зрителей расставлены стулья. В исполнении Олега Попова звучит «Песенка о цирке» (сл. М. Пляцковского, муз. В. Шаинского). Выходит клоун Гоша.

Гоша. Дорогие зрители! Сегодня мы пригласили вас на цирковое представление!

А знаете ли вы, что такое цирк? *(Дети отвечают.)*

Какие артисты выступают на арене цирка? *(Дети отвечают.)*

Что делают жонглеры? *(Дети отвечают.)*

Чем заняты в цирке гимнасты, дрессировщики, фокусники? *(Дети отвечают. Клоун дополняет их ответы.)*

А какие животные выступают в цирке? *(Дети отвечают.)*

Кто смешит зрителей? *(Дети отвечают.)*

Для чего люди приходят в цирк? *(Дети отвечают.)*

Правильно, ребята! И мы вас пригласили, чтобы пошутить, повеселиться, поиграть и даже потанцевать. Ох! Как я люблю цирк *(Мечтательно вскидывает руки, делает несколько танцевальных движений.)*

Ох! Чуть не забыл, я получил срочную телеграмму от своего друга Леши. Он узнал, что мы собрались веселиться и просит, чтобы мы его подождали, не начинали цирковое представление без него. Вот какой хитренький!

Раздается стук в дверь. Появляется клоун Леша верхом на швабре. Погоняя швабру, он поет песню.

Леша

Еду, еду, тороплюсь.
Ни на санках, ни пешком,
А на швабре я верхом.
Здравствуйте, ребятишки,
Девчонки и мальчишки!
Я спешил, я торопился,
Чуть со швабры не свалился.

На березу налетел,
Носом два куста задел,
А потом пять раз упал,
Наконец, я к вам попал.

(Слезает со швабры.)

А мой друг Гоша еще не приходил? Вот хорошо, значит я первый, ура! *(Кричит.)* Гоша, ты где, выходи поскорей! Ау! Ау!..

Г о ш а. Да здесь я, здесь, не кричи, а то у ребят уши заболят от твоего крика. Давай лучше поздороваемся. *(Радостно кричит.)* Здравствуй, Леша!

Л е ш а. Здравствуй, Гоша! *(Обнимаются.)* Как я рад! *(Пожимают друг другу руки.)*

Г о ш а. А я еще больше рад!

Ой, Леша, мы позабыли что-то сказать нашим гостям!

Л е ш а. Я ничего не забыл. *(Озирается вокруг.)*

Г о ш а. Мы с тобой забыли поздороваться с ребятами!

Л е ш а. Ой, правда, как нехорошо! Это я виноват. *(Опускает голову, чертит круги носком ботинка на полу.)*

Г о ш а. Все равно, кто виноват, надо поздороваться, начинай ты…

Л е ш а. А я не умею... Как это?

Г о ш а. Не умеешь, тогда учись, это очень просто. Запоминай и повторяй все за мной: «Здравствуйте, ребята!» *(Кланяется во все стороны.)*

Л е ш а *(повторяет всю фразу за клоуном Гошей)*. Не умеешь, тогда учись, это очень просто. Здравствуйте, ребята! *(Кланяется во все стороны.)*

Г о ш а. Очень просто говорить не надо, скажи просто: «Здравствуйте, ребята!»

Л е ш а. Очень просто говорить не надо, скажи просто: «Здравствуйте, ребята!»

Г о ш а *(раздраженно)*. Ты, Леша, ничего не понимаешь, повторяешь за мной не то, что нужно! Ведь я же тебя учу! Даже маленькие умеют здороваться!

Ребята, вы умеете здороваться? *(Дети здороваются.)*

Ну, вот, а ты же не маленький!

Л е ш а *(плачет, уходит в сторону)*. Ты меня плохо учишь.

Г о ш а. Ну, хорошо, не плачь, давай вместе поздороваемся, повторяй за мной.

(Вместе.) Здравствуйте, ребята!

Г о ш а. Я — клоун Гоша.

Л е ш а. А я — клоун Леша.

(Вместе.)

Любим шутки мы и смех,
Веселим мы в цирке всех!
Занавес открывается,
Цирковое представление
начинается!

Перед вами акробатка,
Посмотрите, дети.
Не боится наша Оля
Ничего на свете.
Крутит обручи на шее.
Ей похлопаем скорее.

Под музыку выходит девочка-акробатка с обручами. Ее выступление состоит из упражнений с обручами: вращение их на шее, талии, руках.

Появляется Леша, тащит большой мешок с воздушными шарами,

делает вид, что ему очень тяжело, кряхтит, утирает пот.

Г о ш а. Что ты принес, Леша?

Л е ш а. Посмотрите, какой я сильный, натренированный, какие у меня мускулы! *(Демонстрирует мускулы.)*

Г о ш а. Бедненький, дай я тебе помогу. *(Подходит, берется за мешок, а мешок оказывается легким, в нем воздушные шары.)*

А ты, Леша, ничего не хочешь сказать ребятам. Ты их не обманываешь? Ты и вправду силач?

Л е ш а. Ну что ты? Я и правда силач.

Г о ш а. Ребята, кто хочет помочь Леше донести мешок?

Клоуны по очереди вызывают несколько детей, которые с легкостью поднимают мешок с воздушными шарами.

Л е ш а. Ой, ой, ой, мой секрет раскрыли, как мне стыдно! *(Закрывает лицо руками и убегает.)*

Г о ш а

Это шутка, погоди,
Представленье впереди!
Сейчас мы познакомим вас
С великим силачом.
Он гирей трехпудовой
Играет, как мячом.

Под песню А. Пахмутовой «Богатырская сила» (из репертуара группы Стаса Намина) выходит «силач», демонстрирует свои мускулы, делает вид, что обтирает руки тальком против скольжения в руках снарядов. Берет приготовленные пластмассовые гантели, выполняет с ними несколько упражнений, затем берет гирю из папье-маше, перекидывает ее из руки в руку, подкидывает ее вверх.

Затем появляется клоун Леша. Он скачет на швабре спиной вперед, в руках у него пакет со шляпами и мячиком.

Л е ш а. К вам я снова прискакал, вроде, я не опоздал. Хоть и задом наперед, а доехал благополучно, и даже привез вам вот какие шляпы. Следующим номером нашей программы будут выступать жонглеры. Вы хотите стать жонглерами, ребята? *(Приглашает желающих зрителей.)*

Звучит музыкальная композиция «Воздушная кукуруза» в исполнении оркестра под управлением П. Мориа.

Проводится выступление жонглеров по принципу игры «Поймай мяч шляпой». Участвует несколько детей-зрителей и один клоун. Детям дают в руки шляпы, они становятся в ряд на небольшом расстоянии друг от друга. Клоун с мячом в руках встает напротив детей, кидает им по очереди мяч. Дети пытаются поймать мяч шляпой. После игры клоун Леша быстро собирает шляпы и мяч и опять убегает.

Выходит клоун Гоша, смотрит по сторонам, ищет Лешу.

Г о ш а. Леша, ты где?

Леша незаметно, на носочках подкрадывается со спины Гоши, пугает его.

Ой, как ты меня напугал! Леша, где ты был? Что видел?

Л е ш а. Много видел, а еще больше слышал.

Г о ш а. Что же ты слышал?

Л е ш а. Говорят, что муравей самый сильный из зверей. Это правда, Гоша?

Г о ш а. Правда, дети? *(Нет.)*

Л е ш а. Говорят, что серый кот дружно с мышками живет. Это правда, Гоша?

Г о ш а. Правда, дети? *(Нет.)*

Л е ш а. Говорят, что серый сом на горе устроил дом. Это правда, Гоша?

Г о ш а. Правда, дети? *(Нет.)*

Л е ш а. Говорят, ворона лает, пес Барбос по небу летает. Это правда, Гоша?

Г о ш а. Правда, дети? *(Нет.)*

Л е ш а. Говорят, что тигры в цирке выступают, как артисты. Это правда, Гоша?

Г о ш а. Ну, а это правда, Леша! Хочешь сам увидеть? Уважаемые зрители, встречайте дрессировщика с хищниками.

Клоуны ставят тумбы для «хищников» — кубы из крупного строителя. Выходит «дрессировщик», берет со стола плетку из ленты, взмахивает ею, за ним выбегают «тигр» и «лев». По команде «дрессировщика» они, стоя на тумбе, служат, кружатся вокруг себя. Сходят с тумбы, катаются синхронно по полу в одну и другую сторону. Прыгают в обруч, возвращаются на тумбу, «рычат», кланяются зрителям. После выступления «дрессировщик» кладет обруч и плетку на стол. Он и «звери» возвращаются в зрительный зал.

Л е ш а. Следующий номер нашей цирковой программы — «Танцы на канате». Выступают канатоходцы. Встречайте!

Клоуны раскладывают на полу канат. Под музыкальное сопровождение выходят две девочки-канатоходки, у них в руках султанчики. Девочки встают на канат. И выполняют ряд упражнений: подскоками продвигаются по канату навстречу друг другу, руки вытянуты в стороны; делают ласточку одной, другой ногой, прыжком разворачиваются, идут обратно; идут по канату боком приставным шагом, разворачиваются прыжком, идут обратно, спрыгивают, кланяются, убегают.

Г о ш а

Да и нам, детвора,
Станцевать уже пора.
Поскорее все вставайте,
В веселом танце зажигайте!

Зрители выполняют танцевальные упражнения по показу клоунов. Музыкальное произведение по выбору взрослых.

Л е ш а. Ба-ду-ба-ду-па, ба-ду-ба-ду-па! *(Очень громко поет.)*

Г о ш а. Леша, что это ты так кричишь?

Л е ш а. Я не кричу, это я так пою. *(Снова напевает.)*

Г о ш а. Ты можешь петь тише?

Л е ш а. Ба-ду-ба-ду-па, ба-ду-ба-ду-па! *(Поет тише.)*

Г о ш а. Ты можешь петь еще тише?

Л е ш а. Ба-ду-ба-ду-па, ба-ду-ба-ду-па! *(Напевает чуть слышно, шепотом.)*

Г о ш а. Какой у тебя чудесный голос! *(Шутливо смеется.)*

Л е ш а. Да ладно, хватит шутить. Давай лучше споем вместе.

Г о ш а. А что мы будем петь?

Л е ш а. Песню для ребят, а они нам будут подпевать.

Г о ш а. Ребята, мы будем петь, а вы, если с нами согласны, подпевайте: «Это я, это я, это все мои друзья».

Л е ш а. А если не согласны, молчите.

Проводится музыкальная игра «Это я, это я, это все мои друзья!».

(Клоуны вместе.) Спросим мы сейчас у всех, кто здесь любит шутку, смех? *(Дети отвечают клоунам после каждой музыкальной фразы.)*

Л е ш а. Кто привык у нас к порядку, утром делает зарядку?

Г о ш а. А кто из вас, скажите, братцы, забывает умываться?

Л е ш а. И еще один вопрос, кто себе не моет нос?

Г о ш а. За веселый наш куплет кто похлопает в ответ?

Л е ш а. Ну, как я пел? А я ведь еще и танцевать могу, и гимнастикой занимаюсь.

Выходит в центр группы, делает танцевальные движения, потом пытается сесть на шпагат, кряхтит, стонет.

Г о ш а. Леша, Леша, ты сейчас ноги себе поломаешь, давай лучше тебе наши девочки покажут, как надо заниматься гимнастикой. Встречайте, в нашем цирке выступают гимнастки!

Под музыку П.И. Чайковского из балета «Щелкунчик» выходят гимнастки и поочередно выполняют на гимнастических матах упражнения: садятся на шпагат, встают на мостик, делают «коробочку», кольцо. Выполняют музыкально-спортивную композицию со скакалками.

Л е ш а. Не-е, я так не умею. Но обязательно научусь. Потом, когда-нибудь...

Пока Леша рассуждает, к нему подкрадывается Гоша, задевает его за плечо, а сам приседает, прячется. Леша оглядывается и никого не видит. Шутка повторяется несколько раз.

Это что за чудеса? *(Пожимает плечами, разводит руки в стороны.)*

Г о ш а. Это еще не чудеса, Леша. Сейчас нам великий фокусник покажет чудеса так чудеса.

Сегодня чудесами
Вас просто удивим,
Вам фокусы покажет
Известнейший факир.

Л е ш а. Ой! Как интересно! *(Радостно хлопает в ладоши.)* И где же кефир?

Г о ш а. Факир, а не кефир! У меня, Леша, есть волшебная

шляпа. Как только я ее надеваю, так сразу превращаюсь в настоящего факира, фокусника. Не веришь мне?

Л е ш а. Надевай поскорее свою волшебную шляпу, я очень люблю фокусы!

Гоша надевает шляпу на колпак клоуна, ставит перед детьми небольшой столик, выкладывает на него атрибуты для фокусов. Делает пассы руками, произносит волшебные слова.

Г о ш а. Шляпа, шляпа, помоги, фокус детям покажи...

Клоун показывает детям 4—5 фокусов, перед началом каждого произносит «волшебные слова». Фокусы проводятся по предварительному выбору взрослого.

Л е ш а *(зажмуривается, ощупывает вокруг себя предметы)*. Гоша! Я совсем ничего не вижу, ты меня заколдовал...

Г о ш а. Не притворяйся, пожалуйста, Леша!

Л е ш а. А я и не притворяюсь, я, и правда, ничего, совсем ничего не вижу. Доведи меня до моей кровати.

Г о ш а. Ладно, держись за меня, я тебе помогу. *(Берет Лешу за локоть, ведет, произносит слова.)*

Здесь лужа, перешагивай через нее.

Здесь широкая канава, перепрыгивай!

Здесь высокие кочки, поднимай выше ноги.

Ну что, зрение к тебе не вернулось?

Л е ш а. Нет, я все еще ничего не вижу.

Г о ш а. Тогда надо тебя отвести к врачу, пусть он тебе...

Л е ш а. Веди меня, веди, Гоша, пусть врач мне даст много вкусных витаминов.

Г о ш а. Нет, Леша, витамины тебе не помогут, врач сделает тебе большой укол.

Л е ш а. Что ты, что ты, Гоша! Зачем большой укол? Ведь я уже выздоровел! Я просто пошутил над вами. Вы что, шуток не понимаете? *(Дразнит зрителей и Гошу, убегает.)*

Г о ш а. Вот так шалунишка! Обманул нас всех! Ну да ничего. Ребята, у меня для вас есть еще один сюрприз... Вы когда-нибудь видели настоящего слона? *(Дети отвечают.)*

К нам из далекой, жаркой страны приехал господин Саид со своим маленьким питомцем слоненком Джамбо! Встречайте их бурными аплодисментами!

Выходит С а и д со «слоненком» (под покрывалом, согнув спину, стоят два взрослых: на того, кто стоит впереди, надета плюшевая голова слона; второй человек, согнув спину, держит того, кто стоит впереди за талию; на ноги «слоненка» надеты одинаковые брюки и тапочки). Слоненок под музыку исполняет танцевальные движения в замедленном темпе: поднимает ноги, крутит головой. Саид приплясывает рядом.

С а и д. О, приветствую вас, прекрасные зрители! Мой сло-

ненок Джамбо умеет не только танцевать, еще он умеет хорошо считать. Верите? Сейчас я буду ему показывать разные цифры, а он будет отвечать, какую цифру я показал. *(Саид показывает слону цифры, слон «трубит» соответственное количество раз.)*

Я думаю, что вам понравился мой малыш Джамбо? Тогда проводите его громкими аплодисментами. *(Под аплодисменты ребят Саид со своим питомцем уходят.)*

В центр зала выходят клоуны.

Г о ш а. Ребята, вам понравилось сегодняшнее представление? *(Дети отвечают.)*

Л е ш а. Очень жаль, детвора, расставаться нам пора.

Г о ш а. Надеемся, что мы с вами еще встретимся на следующем цирковом представлении.

Л е ш а. А теперь громкими аплодисментами поблагодарим наших цирковых артистов.

К зрителям выходят артисты. Клоуны называют их имена и фамилии. Под «Песенку о цирке» артисты делают общий круг почета.

Г о ш а. Представление кончается, занавес закрывается. До новых встреч, друзья!

Литература

Акулова О.В. Театрализованные игры // Дошкольное воспитание. 2005. № 4.

Алябьева Е.А. Нравственно-этические беседы и игры с дошкольниками. М., 2003.

Антипина Е.А. Театрализованная деятельность в детском саду. М., 2003.

Джон М. Все о детской вечеринке / Пер. с англ. М., 1995.

Жданова Л.Ф., Рябцева И.Ю. Приходите к нам на праздник: Сб. сценариев для детей. Ярославль, 1999.

Маханёва М.Д. Театрализованная деятельность дошкольников // Дошкольное воспитание. 1999. № 11.

Маханёва М.Д. Театрализованные занятия в детском саду. М., 2001.

Постолатий В.К. Фокусы для начинающих. Веселая магия. М., 1992.

Интернет-ресурсы: kinderyata.ru; moi-detsad.ru.

Предлагаем вашему вниманию книгу

ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ СЮЖЕТНЫЕ ЗАНЯТИЯ С ДЕТЬМИ 5—6 ЛЕТ

Автор — Картушина М.Ю.

В пособии представлены сюжетные оздоровительные занятия для детей старшей группы ДОУ. В них включены авторские подвижные игры, пальчиковые упражнения, различные виды самомассажей, оригинальные комплексы общеразвивающих упражнений. В приложении даны комплексы ритмической гимнастики и силовых упражнений.

Пособие адресовано инструкторам по физической культуре и воспитателям ДОУ, а также студентам колледжей и вузов.

Партнерство ДОУ с семьями воспитанников и физкультурно-оздоровительными центрами

Фортова С.С.,
инструктор по физической культуре;

Тарасова Ю.В.,
инструктор по физической культуре МДОУ ЦРР — д/с № 25 «Василек», г. Саянск Иркутской обл.

СОТРУДНИЧЕСТВО

Одним из приоритетных направлений деятельности нашего ДОУ является сохранение и укрепление психофизического здоровья воспитанников, развитие их духовного потенциала. Решение всех задач, стоящих перед дошкольным учреждением, невозможно без тесного сотрудничества и партнерства с родителями.

Работа с родителями выстраивается целенаправленно, в соответствии с планом педагогических мероприятий. Приоритетные ценности, на которых строится взаимодействие, — сохранение и укрепление здоровья детей, налаживание детско-взрослых взаимоотношений, формирование культуры здорового образа жизни.

Опыт показал, что наиболее эффективны следующие формы взаимодействия:

- наглядно-информационные:

— информационные стенды, где представлены расписание занятий, информация о программах, используемых в детском саду, перечень рекомендуемой литературы, а также игры и упражнения, которые можно делать в домашних условиях,

— папки-передвижки, которые более подробно знакомят родителей с системой по оздоровлению дошкольников, дают информацию о том, чему может научиться ребенок в определенном возрасте при систематическом посещении и т.д.;

◆ информационно-ознакомительные:
— эпизодические индивидуальные посещения родителями педагогических мероприятий,
— экскурсии и консультации для родителей и детей, впервые пришедших в ДОУ с целью ознакомления с созданными условиями,
— посещение занятий в рамках дней открытых дверей, недели здоровья, которые проводятся со второй младшей группой 2—3 раза в год и нацелены на демонстрацию родителям особенностей обучения детей на определенном возрастном этапе,
— выставки совместных работ педагогов и воспитанников, родителей и детей с рисунками и рассказами: «Мы — спортсмены», «Вместе с мамой», «Я умею плавать», «У нас в бассейне здорово»,
— фоторепортажи на темы: «Физкультурой занимайся», «Хороши пловцы — наши малыши», которые особенно привлекают внимание пап и мам и практикуются в группах с 2—3 лет. Они сопровождаются небольшими стихотворениями, краткой информацией для родителей и организуются педагогами групп совместно с инструкторами по физическому воспитанию,
— фотосессии детей старшего дошкольного возраста, выполняющих различные упражнения,
— обмен опытом семейного воспитания по организации здорового образа жизни через газету, выпускаемую в дошкольном учреждении «Васильковое детство»,
— выступления в СМИ о значении физической культуры, плавания для сохранения и укрепления здоровья детей (местные газета и телевидение).

С целью привлечения родителей к участию в образовательном процессе мы проводим следующие мероприятия:
— занятия в клубе для родителей «За здоровьем всей семьей» — 1 раз в месяц;
— совместные занятия детей и родителей — 1 раз в квартал;
— праздники для детей с участием родителей («Молодецкие игры», «Папа, мама и я — спортивная семья», «А ну-ка, мальчики!», «Проделки Водяного», «Новый год в Африке» и др.) — периодически.

За последние несколько лет число родителей, активно участвующих в физкультурно-оздоровительных мероприятиях нашего ДОУ, возросло с 35 до 71%.

Реализация данной системы способствует активному включению мам и пап наших воспитанников в процесс воспитания и обучения детей, налаживанию преемственности с семьей по основным направлениям работы дошкольного учреждения.

По результатам анкетирования за три последних года количество родителей, оценивающих свою компетентность по вопросам здоровьесбережения как достаточную, возросло с 42 до 74%.

Удовлетворены организацией работы в ДОУ по физическому воспитанию — 98% родителей; а 95% удовлетворены качеством развития у детей основных движений.

Наше дошкольное учреждение на протяжении ряда лет является открытой образовательной системой, сотрудничающей с объектами социокультурного назначения, как в своем микрорайоне, так и во всем городе.

Сотрудничество с муниципальными детскими спортивными организациями осуществляется на договорной основе по совместно разработанным планам.

Каждый год мы проводим ряд мероприятий, способствующих социальной адаптации детей в обществе. Например, экскурсии в спортивную школу, выступление участников спортивной секции ДОУ «Саяночка» на зональных спортивных соревнованиях; игры — эстафеты, соревнования с учащимися первого класса — выпускниками нашего детского сада, на которые приглашаем наших воспитанников, посещающих спортивные секции в детско-юношеской спортивной школе.

Все вышеперечисленное способствует формированию у дошкольников ценностного отношения к своему здоровью, проявлению интереса к физкультуре и спорту.

С целью пропаганды физической культуры и здорового образа жизни мы ежегодно участвуем в городской спартакиаде.

Одно из инновационных направлений нашего ДОУ — составление банка данных о спортивных достижениях наших выпускников, которые продолжают заниматься в спортивных школах, секциях, плавательных бассейнах города. Вниманию читателей журнала предлагается сценарий спортивной товарищеской встречи с выпускниками ДОУ.

Цели:

— приучать дошкольников к участию в совместных играх, развлечениях;
— побуждать каждого ребенка к проявлению своих возможностей;
— закреплять двигательные навыки;
— развивать физические качества и способности;
— формировать коммуникативные навыки.

* * *

Под звуки спортивного марша команды входят в спортивный зал и выстраиваются в одну шеренгу лицом к жюри.

Ведущий. Внимание! Внимание! Говорит и показывает спортивный зал.

Сегодня здесь проходят традиционные соревнования команды «Олимпийцы» из детского сада № 25 «Василек» и команды «Чемпионы» школы № 5. Оценивать вашу ловкость и быстроту будет компетентное жюри, состоящее из педагогов детского сада и школы.

Здравствуйте! Здравствуйте!
Здравствуйте!
Сегодня здесь, в спортивном зале,
Мы спорт, уменье совместим.
Мы этот славный праздник с вами
Крепкой дружбе посвятим.
Мы видим здесь приветливые лица,
Спортивный дух мы чувствуем вокруг...
У каждого здесь сердце олимпийца,
Здесь каждый спорту и детсаду друг!

Позвольте открыть наш праздник. Каждая команда приготовила свое приветствие. Команда «Олимпийцы», ваше приветствие.

Дети *(хором)*

Олимпийцами наша команда зовется.
В детском саду хорошо нам живется.
— Мы победим, — говорим мы вам.
Чемпионам шлем свой горячий привет.
Желаем сегодня успехов, побед.

Ведущий. Команда «Чемпионы», ваше приветствие.

Дети *(хором)*

Мы чемпионы,
Команда что надо.
Нам не страшна
Никакая преграда.
Нас дружнее на свете нет.
Олимпийцам наш привет.

Капитан первой команды. Мы приветствуем команду «Чемпионы». Желаем отбросить уныние, поднять дух, храбрость и смелость.

Капитан второй команды. А вам желаем от души, чтоб результаты ваши тоже были хороши, и чтоб не знали сегодня усталости и доставили много радости.

Ведущий. Вот и встретились наши команды. Пожелаем им больших успехов в предстоящих соревнованиях.

Теперь приветствуют команды болельщики.

Болельщики

Чтоб расти и закаляться,
Будем спортом заниматься!
Закаляйся, детвора!
В добрый час! Физкульт-ура!

Ведущий. А сейчас команды, я вам загадаю загадки:

Он и круглый,
Он и гладкий,

Очень быстро,
Ловко скачет.
(Мячик.)

Не обижен, а надут.
Его по полу ведут.
А ударишь — нипочем
Не угнаться за ... *(мячом)*!

Длинная — не палка,
Быстрая — не галка.
Что это?
(Скакалка.)

Ребята, за ваши успехи в спортивных соревнованиях команды будут награждаться воздушными шариками. За хорошее приветствие и за правильно отгаданные загадки обе команды заслужили награды. Они получают шарики.

Не забудьте, что перед выступлением все спортсмены разминаются.

На разминку выходите,
Свою ловкость покажите!
Состязание, ребятки,
Мы начнем сейчас с зарядки!
Для чего нужна зарядка?
Это вовсе не загадка —
Чтобы силу развивать
И весь день не уставать!

Проводится музыкально-ритмическая разминка «Олимпийцы».

Чтобы команда победила в эстафете, ее участники должны быть очень дружными, уметь выполнять упражнения вместе, сообща.

Эстафета 1. «Теремок»

Эстафету начинает первый участник. Он двигается к финишу, где лежит обруч-теремок. Добежав до финишной черты, он пролезает через обруч, кладет его на место и бежит за следующим участником — «лягушкой». Теперь вдвоем они бегут к теремку и также вдвоем пролезают через обруч. При этом необходимо соблюдать важное условие: ни в коем случае не разрывать рук! Когда к теремку вместе с другими «животными» прибежит «медведь», шестеро игроков надевают на себя обруч и удерживают его на уровне пояса. «Медведь» берет обруч рукой и тянет вместе с участниками к старту.

Жюри подводит итоги эстафеты.

Ведущий

Вижу — дружные ребята,
Друг за друга вы горой.
Ну, а прыгать, как зайчата,
Не хотите ли со мной?

Эстафета 2. «Прыжки в длину»

Первый участник встает на линию старта и прыгает с места в длину. По носкам обуви прыгнувшего ведущий проводит черту. Следующий участник, не заступая черты, тоже прыгает в длину. Таким образом, вся команда совершает один коллективный прыжок.

Ведущий

Прыг-скок рано по утру,
Прыг-скок скачет кенгуру,
Марафонца лучше в мире нет,
В чем же кроется его секрет?

Эстафета 3. «Кенгуру»

Первый участник зажимает между коленями мяч и скачет до стойки и обратно. Затем передает мяч следующему игроку, а сам встает в конец своей колонны.

Ведущий

Сейчас командам
предоставим
Возможность силу проявить.
Канат тянуть мы
их поставим —
Здесь надо сильным, крепким
быть.
Теперь команды попрошу
на старт —
На прочность испытать канат.

Эстафета 4. «Силачи»

Перетягивание каната.

Игра с залом «Поймай мяч»

Все игроки команд под музыку ритмично хлопают в ладоши и топают одной ногой, капитаны встают перед ними с мячами в руках и кидают мяч любому из хлопающих детей. Те должны поймать мяч, бросить обратно и продолжать отбивать ритм.

Ведущий

На эстафету нашу приглашаем.
Ловкость, быстрота и бег —
Кто же будет лучше всех?

Эстафета 5. «Спортивная»

Команды преодолевают следующие препятствия: туннель; расстояние, которое нужно «пройти», прыгая через скакалку; гимнастическую скамейку; низкие ворота и метание мяча в корзину.

Ведущий

Вашим мастерством
мы восхищенные,
Ребята бегали, как окрыленные.
А сейчас команды разойдутся
И «приготовлением ухи»
займутся.

Эстафета 6. «Приготовление ухи»

Участники каждой команды поочередно переносят атрибуты приготовления «ухи»: котелок; воду, выливая ее в котелок; картофелины (2 шт.), луковицы (1 шт.), рыбные консервы (1 банка), приправа — перец, соль, лавровый лист — на усмотрение ведущего.

Выступают девочки студии спортивного танца «Саяночка», исполняя танец «Чунга-чанга».

Ведущий

Что за чудо — скок да скок!
Гляньте, тронулся мешок!
Эй, хватай его, ловите,
Поскорей мешок держите!

Эстафета 7. «Бег в мешках»

Участники эстафеты прыгают в мешках до финишной линии, бегом возвращаются обратно и передают мешок следующему игроку.

Эстафета 8. «Мой веселый, звонкий мяч»

Под веселую музыку игроки поочередно прокатывают мяч между кеглями.

Исполняются «Танец с лентами», показательные выступления гимнасток — выпускниц дошкольного учреждения.

Ведущий

Последний вид соревнований
Мы завершили и сейчас
Итог всех наших состязаний
Пусть судьи доведут до нас.

Команды для подведения итогов праздника строятся в центре спортивного зала.

И вот мы подводим итоги —
Какие ни были б они,
Пускай спортивные дороги
Здоровьем полнят ваши дни.
Все гимнасты. Молодцы!
Все отважны. Храбрецы!
Мы вам шарики вручаем,
Да все дружно их считаем.

Подведение итогов жюри.

А сейчас всех участников мы награждаем и вручаем им медали. Давайте встанем в большой хоровод.

Исполняется танец дружбы «Большой хоровод».

Спасибо вам и до свиданья!
До новых встреч в спортзале этом.
Соединяйте спорт и знания
И душу грейте добрым светом.
Всем спасибо за внимание,
За задор и звонкий смех.
За огонь соревнования —
Он обеспечивал успех.
Вот настал момент прощания,
Будет краткой наша речь.
Говорим мы — до свидания,
До спортивных новых встреч!

Также вашему вниманию предлагается конспект педагогического мероприятия **«Экскурсия в зоопарк»**. Это занятие организовано в рамках клуба «За здоровьем всей семьей» как совместная двигательная деятельность детей среднего возраста и их родителей и для удобства использования представлено в виде таблицы.

Цели:

— закреплять у детей навыки выполнения специальных упражнений для профилактики плоскостопия и основных видов движений (ОВД);
— знакомить родителей с техникой выполнения специальных упражнений для профилактики плоскостопия;
— оздоравливать организм детей в целом и проводить профилактику плоскостопия через специально организованные зоны и оптимально подобранные упражнения;
— способствовать формированию культуры здорового образа жизни у детей и взрослых.

Предварительная работа: разучивание с детьми специальных упражнений для профилактики плоскостопия; оформление и выпуск буклетов по профилактике плоскостопия для родителей; оформление зон зала «Зоопарк», «Озеро».

Оборудование: профилактические дорожки, два шнура, гимнастическая стенка, ребристая доска, карандаши, листы бумаги, игрушки верблюда, медведя, тигра, обезьянки, зайца, цапли и картинки с их изображениями.

* * *

Перед входом в спортивный зал дети и взрослые снимают обувь.

Ведущий. Здравствуйте, ребята и ваши мамы и папы! Скажите, где мы с вами можем увидеть много различных животных и птиц? *(Дети отвечают.)* В лесу? А если нам не покидать город? Конечно, в зоопарке. Кто вместе с родителями ходил в зоопарк? *(Дети отвечают.)*

Сегодня в наш детский сад приехал самый настоящий зоопарк! И сейчас мы все вместе отправимся на экскурсию. Только в наш зоопарк можно попасть по волшебным дорожкам, которые помогут нашим ножкам быть здоровыми и крепкими.

Дети входят в зал по профилактическим дорожкам, родители контролируют движения детей.

Таблица

Слова взрослого	Действия детей	Темп
1	2	3
Вводная часть		
Отправляемся на экскурсию	Ходьба в колонне по одному	15 с
Раз, два, три, четыре, пять — на носках идем гулять	Ходьба в колонне по одному на носках	30 с
А теперь идем на пятках — выше нос, прямей лопатки	Ходьба в колонне по одному на пятках	30 с
А теперь спешим быстрей — ноги ставим все прямей	Бег в колонне по одному на носках	30 с
Будем дружно мы бежать — через камешки шагать	Бег в колонне по одному с высоким подниманием бедра	30 с
А теперь мы побежали — до дорожки добежали	Бег в колонне по одному	15 с
А теперь пойдем «гуськом» — очень узеньким шажком	Ходьба в колонне по одному по «дорожке» 10—15 см	15 с
Основная часть		
Ходьба в колонне по одному, перестроение в круг парами: дети впереди, родители позади них		10—15 с

Продолжение табл.

1	2	3
Общеразвивающие упражнения (ОРУ)		
Очень долго шли, бежали и немного даже устали. Остановимся, отдышимся.	Дыхательное упражнение «Поднимаем выше груз». И.п.: стоя, ноги шире плеч, руки внизу, кисти сжаты в кулак. 1—2 — руки вперед вверх до уровня груди — вдох, голову вверх; 3—4 — и.п. — выдох, голову опустить вниз	4—5 раз, медленный темп
Ведущий. Вот, ребята, мы с вами и в зоопарке. Кто же здесь живет? *(Дети отвечают.)* Чтобы подружиться с животными, давайте вести себя как они. *(Ведущий выполняет упражнения вместе с детьми, комментируя движения для родителей, родители помогают выполнять упражнения детям.)*		
Зверь я горбатый, А нравлюсь ребятам. *(Верблюд.)*	И.п. — стоя, ноги чуть врозь, руки на поясе. 1—2 — подъем на носки с перекатом на пятки	5—6 раз, умеренный темп
Под большущею сосной Он в берлоге спит зимой. *(Медведь.)*	И.п. — о.с., руки на поясе. 1—4 — приставной шаг вправо, влево на внешней стороне стопы	5—6 раз, умеренный темп
Не подходите слишком близко — Я тигренок, а не киска!	И.п. — стоя на четвереньках, носки упираются в пол. 1—2 — выпрямить ноги, потянуться спиной вверх, опустить стопу на пол, голову не опускать; 3—4 — и.п.	4—5 раз, медленный темп
Упражнение «Веселые обезьянки»	И.п. — сидя по-турецки, руки в упоре сбоку. 1 — встать с помощью рук; 2 — приставить ногу; 3 — ноги скрестно; 4 — и.п.	4 раза
Бежит с горушки, Прижав ушки. *(Заяц.)*	И.п. — о.с., руки на поясе. 1—8 — прыжки на носках; 1—8 — ходьба на месте	2 раза
Ведущий. День в зоопарке подходит к концу. Пора нам, ребята, возвращаться обратно. Вы стали такими же ловкими и сильными, как наши животные, и значит трудности дороги вам не страшны. Сначала вы, как обезьянки, подниметесь по гимнастической стенке, позвоните в колокольчик и спуститесь вниз, не пропуская реек. Потом по узкому мостику пройдете дальше и окажетесь на берегу озера.		

Окончание табл.

1	2	3
Лазанье по гимнастической стенке известными способами. *(Родители страхуют.)* Ходьба по ребристой доске, приподнятой на высоту 3—5 см, с сохранением устойчивого равновесия и прямой осанки		2 раза, поточно
А в озере живут веселые лягушата, которые весь день прыгают по бережку и квакают. Подвижная игра «Лягушата и цапля»		2 раза
Заключительная часть		
Ребята вместе с лягушатами прыгали, скакали и устали. Садитесь на бережок, отдохнем. А что же это такое? *(Находят карандаши и бумагу.)* Давайте нарисуем веселые картинки для ваших родителей? Только наши картинки будут непростые — мы их нарисуем с помощью пальчиков ног. Рисование «Радуги», «Солнышка» под звуки природы. Закончив рисовать, дети выходят из зала по профилактическим дорожкам		

Занятие на развитие мелкой моторики «Туфелька для Золушки»
(для детей средней группы)

Виноградова С.Н.,
воспитатель ГБОУ д/с № 2567, Москва

Вниманию коллег мы предлагаем конспект занятия на развитие мелкой моторики. Известно, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. В головном мозге человека центры, отвечающие за речь и движение пальцев рук, расположены очень близко. И если мы развиваем мелкую моторику, тем самым активизируем эти центры. Тем более что развитие мелкой моторики — важная часть подготовки ребенка к письму и школе. Поэтому нужно уделять большое внимание развитию и совершенствованию мелкой моторики дошкольников.

Задачи:

— развивать мелкую моторику кистей рук, общую координацию движений;

— отрабатывать ритмические круговые движения рук;
— учить ориентироваться в пространстве и концентрировать внимание.

Оборудование: мячик-«ежик», прищепка, пуговицы, клубок, шнурок, фасоль, горох, заготовка туфельки, пластилин.

* * *

Воспитатель. Ребята, сегодня наше занятие мы посвящаем развитию мелкой моторики. Для этого мы будем использовать такие методы, как массаж, пальчиковые игры и пальчиковую гимнастику. Давайте с каждым из этих методов познакомимся. Начнем с массажа, который подготовит наши пальчики к работе. Массаж выполняется одной рукой, другая рука поддерживает массируемую конечность. Продолжительность массажа 3—5 мин. Проводить его можно несколько раз в день.

Массаж включает в себя следующие упражнения:
— поглаживание пальцев (совершается в разных направлениях);
— растирание пальцев (отличается от поглаживания большей силой давления);
— вибрация пальцев (представляет собой нанесение частых ударов кончиками полусогнутых пальцев);
— движения по спирали от центра ладони к кончикам пальцев с помощью специального мячика.

Дети пробуют выполнить перечисленные взрослым упражнения.

А теперь давайте с вами поиграем.

Воспитатель проводит с детьми следующие игры: дошкольники катают мячик-«ежик» между ладонями и приговаривают: «У сосны, у пихты, елки очень колкие иголки, но еще сильней, чем ельник, вас уколет можжевельник». Далее дети манипулируют бельевой прищепкой. (Взрослый предварительно должен проверить, чтобы она не была слишком тугой.) Держа в одной руке прищепку, дошкольники поочередно «кусают» пальчики другой руки от указательного к мизинцу и обратно. Данные действия можно выполнять под следующие строки: «Сильно кусает котенок-глупыш, он думает это не палец, а мышь (смена рук). Но я же играю с тобою малыш, а будешь кусаться — скажу тебе «кыш!». Вместе с детьми воспитатель также может подбирать пуговицы разного цвета, размера и выкладывать из них рисунки (бусы, неваляшки). Занятия по развитию мелкой моторики не требуют специальной подготовки и могут осуществляться в процессе самых разнообразных дел (для наглядности взрослый показывает некоторые действия): перематывание ниток, завязывание или развязывание узелков, переливание воды из одной емкости в другую, собирание разрезных картинок, разбор круп и очистка их от сора.

Ребята, а сейчас мы с вами окажемся в волшебной сказке. *(Звучит красивая музыка, воспитатель переодевается в Золушку.)* Ребята, в какую сказку мы с вами попали?

Дети. В сказку «Золушка»!

Воспитатель. Как вы знаете, злая мачеха все время давала Золушке работу. Вот она смешала крупу, фасоль и горох. Помогите, пожалуйста, мне положить горошины в одно блюдечко, а фасолины в другое. *(Дети разбирают и показывают результат своей работы взрослому.)* Большое вам спасибо, друзья, без вас я бы не справилась. Ой, ребята, злая мачеха снова приготовила нам испытания. Она закрыла дверь на большой замок. Вы поможете мне его открыть?

Дети. Да!

Проводится пальчиковая игра «Замок».

На двери весит замок,

Дети соединяют пальцы обеих рук в «замок» и тянут руки в разные стороны.

Кто его открыть бы смог?
Постучали...

Не расцепляя пальцев, дети стучат ладонями друг о друга.

Покрутили...

Совершают вращательные движения сцепленными в запястьях руками.

Потянули...

Пальцы сцеплены в «замок», дети тянут руки в разные стороны.

И открыли!

Расцепляют пальцы.

Воспитатель. Молодцы, ребята! И в этом вы мне помогли. А теперь, когда мы с вами открыли дверь, можем отправиться на бал *(Предлагает дошкольникам встать и потанцевать.)*

Все вместе выполняют танцевальные движения под музыку.

Ой, пока я танцевала, я потеряла туфельку. Вы поможете мне ее сделать, ребята?

Дети. Да!

Рассаживаются за столы.

(Воспитатель объясняет ход работы.) На ваших столах лежит заготовка туфельки из белого картона. Сейчас мы возьмем наш волшебный пластилин и сделаем основу для туфельки. Втирайте своими пальчиками пластилин в картон. А потом украсьте получившуюся туфельку крупами по вашему вкусу. *(Расставляет на столы баночки с крупами.)* А в самой красивой туфельке Золушка еще раз поедет на бал!

По окончании работы воспитатель хвалит детей за проявленные терпение и трудолюбие.

А за то, что вы старались и помогали мне делать мою туфельку, я хочу подарить вам небольшие сувениры.

Вручает детям сувениры.

На этом наше занятие закончилось. До новых встреч, ребята!

Физкультурный досуг с элементами театрализации

Яковлева Л.М.,
инструктор по физкультуре МБДОУ д/с № 54, г. Красноярск

Цели:
- формировать у дошкольников представление о здоровом образе жизни;
- вырабатывать привычку ежедневно заниматься физкультурой;
- прививать любовь к спорту.

Оборудование: обручи диаметром 90 см (по количеству команд); спортивные маты, меховая шапка, одеяло для ребенка, исполняющего роль лентяя.

Место проведения: спортивный зал.

* * *

Дети колонной по одному входят за инструктором в зал. Подходят к месту, где на матах (имитация кровати) в меховой шапке, укрытый одеялом, лежит ребенок, исполняющий роль Лентяя. Дети встают полукругом, поворачиваются к нему лицом и инсценируют отрывок стихотворения С. Михалкова «Про мимозу».

1-й ребенок

Это кто лежит в кровати
С одеялами на вате?
Кто лежит на двух подушках
Перед столиком с едой?
Это верно дряхлый дед
Ста четырнадцати лет?

Ведущий. Да, ребята, или нет?

Дети *(хором)*. Нет!

2-й ребенок

Как же это? Почему?
Тащат валенки ему,
Меховые рукавицы,
Чтобы мог он руки греть,
Чтоб не мог он простудиться
И от гриппа умереть.

3-й ребенок

Он растет, боясь мороза,
У папы с мамой на виду,
Как растение мимоза
В ботаническом саду.

Ведущий. Ребята, мальчик ведь думает, что, лежа в постели и кутаясь в теплую одежду, он будет здоровым. Давайте расскажем ему, что нужно делать, чтобы не болеть.

4-й ребенок

Всем известно, всем понятно,
Что здоровым быть приятно.
Только надо знать,
Как здоровым стать.

5-й ребенок

В мире нет рецепта лучше —
Будь со спортом неразлучен.
Проживешь сто лет —
Вот и весь секрет!

6-й ребенок

Приучай себя к порядку,
Делай каждый день зарядку.
Смейся веселей,
Будешь здоровей.

Ведущий. Ребята, у нас никак не получается разбудить мальчика. Ведь если он так долго будет лежать в постели, он может заболеть. Надо ему сделать от лени укол.

Ребенок тотчас сбрасывает с себя одеяло, снимает шапку и вскакивает со словами: «Ладно буду заниматься спортом, физкультурой. Чтоб не есть таблетки и не пить микстуры».

Ну вот и молодец. Иди к нам, мы сейчас все вместе проведем спортивную зарядку.

Дети встают в шахматном порядке и по показу воспитателя делают комплекс упражнений.

Плавание брассом

И.п.: стойка ноги врозь, руки слегка согнуты перед грудью, локти вниз, пальцы полусогнуты.

Дети совершают круговые движения руками перед собой

(вперед, в стороны, возвращаются в и.п.). Повторяют 8 раз.

Плавание кролем на спине

И.п.: то же, руки опущены вниз. Дети попеременно совершают круговые движения руками назад. Повторяют 8 раз.

Плавание кролем на животе

И.п.: стойка ноги врозь, руки опущены вниз. Дети попеременно совершают круговые движения руками назад.

Повторяют 8 раз.

Лыжник

И.п.: узкая стойка, руки согнуты, пальцы в кулак. Дети попеременно сгибают правую и левую ноги с махом противоположной руки вперед.

Повторяют 8 раз.

Фехтование

И.п.: стойка ноги врозь, руки согнуты в локтях, пальцы сжаты в кулак.

Совершая прыжок с поворотом в правую сторону, дети одновременно разгибают левую руку вперед. Прыжком возвращаются в и.п.

Те же действия выполняются и при повороте в левую сторону.

Повторяют 4 раза.

Баскетбол

И.п.: то же, руки согнуты в локтях перед грудью, локти

опущены вниз, пальцы полусогнуты.

Совершая прыжок на месте, дети одновременно разгибают руки вверх. Возвращаются в и.п.

Повторяют 8 раз.

Бокс

И.п.: то же, пальцы сжаты в кулак.

Попеременно разгибая и сгибая в локтях, дети выбрасывают правую и левую руки вперед.

Повторяют 8 раз.

Ведущий. Ребята, а сейчас вас ждут соревнования!

Дети формируют команды.

Покажи фигуру

Команды находятся в колоннах. По сигналу ведущего дети бегут по залу врассыпную. По команде «Озеро!» дети встают в круг и берутся за руки; по команде «Тропинка!» — занимают места в колонне; по команде «Копна!» — встают в круг и протягивают одну руку вверх к центру. Выигрывает команда, игроки которой выполнят команды быстро и слаженно.

Игра проводится 3—4 раза.

Переправа в одной лодке

Команды в колоннах. По сигналу первые два игрока надевают на себя обруч и, придерживая его руками с боков, вдвоем бегут к финишной черте. Первый игрок остается за чертой, а второй в обруче возвращается к своей команде и надевает обруч на следующего игрока. Так же, как и в первом случае, они вдвоем бегут к финишу и второй игрок остается за финишной чертой. Таким образом за финишную черту переправляются все игроки команды. Эстафета заканчивается, когда два последних игрока в обруче пересекут финишную черту.

Кто быстрее через туннель

Команды находятся в колоннах (стоят на четвереньках с опорой на стопы и кисти). По сигналу ведущего последний игрок ползет вперед между руками и ногами игроков своей команды и быстро встает в начале колонны. Сразу же за ним друг за другом начинают ползти следующие игроки и так же встают вперед. Эстафета заканчивается, когда последний игрок — капитан — проползет через этот своеобразный туннель и вновь окажется впереди команды.

Ведущий подводит итоги соревнований и прощается с детьми.

Пусть этот праздник
Вам запомнится.
Пусть все невзгоды
Пройдут стороной.
Пусть все желания
Ваши исполнятся.
А физкультура
Станет родной.

Литература

Таллер Л.А. Фундамент здоровья с детства. Минск, 1989.

Коррекция когнитивных и двигательных нарушений при подготовке детей к школе

Коршунова Л.В.,
воспитатель;

Тимофеева Е.Н.,
учитель-логопед МАДОУ ЦРР — д/с № 18 «Журавушка», г. Краснокаменск Забайкальского края

На протяжении длительного времени, работая с воспитанниками, имеющими общее недоразвитие речи (ОНР), мы убедились, что у таких детей часто наблюдаются «неполадки» в общей моторике: недостаточная четкость и организованность движений, недоразвитие чувства ритма и координации. Имеет место суетливость при выполнении мелких движений, наблюдаются низкая их переключаемость и утомляемость, что является причиной будущей школьной неуспеваемости.

Задачи, стоящие перед образованием сегодня, требуют повышения эффективности коррекционно-развивающей работы. Поэтому на базе наших логопедических групп третий год работает муниципальная творческая педагогическая лаборатория по теме «От движения к мышлению: коррекция когнитивных и двигательных нарушений через систему кинезиологических упражнений при подготовке к школе детей с ОНР».

Кинезиология — наука о развитии головного мозга через движения. Она существует уже несколько сотен лет и используется во всем мире. Единство мозга складывается из деятельности двух его полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон. Развитие межполушарного взаимодействия составляет основу развития интеллекта [1].

Изучив работы отечественных и зарубежных авторов, занимающихся данной проблемой, а также принимая во внимание режим группы, наличие оборудования, наполняемость предметно-развивающей среды, мы разработали систему использования кинезиологических упражнений в условиях работы логопедических групп ДОУ.

В своей деятельности мы используем следующие технологии, успешно апробированные на практике:

— кинезиологические упражнения, предложенные доктором психологических наук А.Л. Сиротюк [1];
— «Гимнастика мозга», эффективность которой была доказана английскими психологами Полом и Гейл Деннисон [2];
— артикуляционная гимнастика с элементами биоэнергопластики, предложенная А.В. Ястребовой и О.И. Лазаренко [3];
— синхрогимнастика по методу «Ключ» Хасая Алиева — синхронизация полушарий мозга и сознания с подсознанием, способствующая ослаблению возникшей напряженности тела, снятию мышечных блоков на длительное время;
— глазодвигательные упражнения В.Ф. Базарного, позволяющие расширить пространство зрительного восприятия, сочетание зрительных упражнений с двигательными играми обучают дошкольников ориентировке, закрепляют простейшие понятия «лево», «право»;
— упражнение «Рисование двумя руками», которое считаем самым результативным для гармоничного развития асимметрии. Дети рисуют геометрические фигуры, контуры предметов, воображаемые объекты;
— речедвигательная ритмика — система физиологически обусловленных двигательных упражнений, связанных с произношением, в выполнении которых участвуют общая и мелкая моторика, органы артикуляции, мимическая мускулатура [4];
— дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой [5].

В результате мы выстроили систему работы с использованием кинезиологических упражнений, которая заключается в ежедневном проведении с детьми артикуляционной гимнастики с биоэнергопластикой, сопряженной артикуляционной, пальчиковой — с элементами кинезиологических упражнений, утренней кинезиологической гимнастики. В целях снятия напряжения, усталости, мышечных зажимов в системе используем «гимнастику мозга» (проводится в начале дня), динамические паузы, глазодвигательные упражнения (проводятся в середине дня в течение 2—3 мин) в режиме непосредственной образовательной деятельности.

Данная система работы с детьми отражена в программе опытно-экспериментальной работы, презентованной на втором муниципальном конкурсе культурно-образовательных инициатив.

Важное место в режиме дня занимают занятия физической культуры (3 раза в неделю), подвижные игры. Особое значение отводится интегрированной речедвигательной деятельности. Выстроенная модель взаимодействия с инструктором по физической культуре помогает в достижении динамики развития у

детей основных навыков и формирования позитивных личностных качеств. Тематика таких занятий разнообразна: «Наша армия», «Зимние забавы», «Космос», «Путешествие в сказку». Данные занятия имеют особую структуру и принципы наглядности, доступности, непрерывности процесса физического воспитания, системного чередования нагрузок и отдыха.

Условно занятие делится на три части: вводную, основную и заключительную. Каждая часть несет определенную функцию.

Вводная часть (3—5 мин) настраивает дошкольников на выполнение двигательных заданий, активизирует их внимание, создает положительный настрой. Она включает в себя разные виды ходьбы и бега, построения и перестроения.

В основной части с помощью общеразвивающих и специальных упражнений дети овладевают двигательными навыками, получают определенную физическую нагрузку и эмоциональное напряжение. Вслед за общеразвивающими упражнениями идут артикуляционная и пальчиковая гимнастика, основные виды движений. Для достижения результатов в основной части детям даются четкие инструкции. При выполнении таких упражнений, как, к примеру, «Слон, который рисует», мы используем следующие словесные инструкции: «Встаньте в позу слона. Колени слегка согните. Наклонитесь головой к плечам. Вытяните руку вперед, большой палец вверху. И рисуйте ею геометрические фигуры». (Упражнение выполняется сна-

чала левой рукой, потом правой.)

В заключительной части необходимо создать условия для того, чтобы восстановить силы, снять утомление и подвести итоги. В этой части применяем простые, несложные упражнения для отдельных частей тела: «гимнастику мозга», различные виды ходьбы, спокойные танцевальные шаги, различные виды массажа, упражнения на расслабление и дыхание (по рекомендациям Е.И. Подольской), формирование правильной осанки. Для этого мы используем разное нестандартное оборудование: степы, полусферы, «туннель», «живой мешок», массажные коврики, ребристые доски.

Для более точного выбора методов и технологий в коррекционно-образовательном процессе мы провели комплексное обследование детей по методике, разработанной в Институте возрастной физиологии под руководством академика М.М. Безруких [6].

К процедуре обследования были привлечены дети старшей логопедической (экспериментальной) группы для детей с ОНР и старшей группы общеразвивающего вида (контрольной). Изучались следующие показатели: развитие речи, моторики и графических умений, зрительно-пространственного восприятия, мышления, навыков самоконтроля, планирования и организации деятельности, физического и моторного развития. В начале эксперимента (сентябрь 2010 г.) дети логопедической группы значительно отставали по всем показателям от детей контрольной группы. В мае 2012 г. экспериментальная группа догнала контрольную, а по некоторым показателям вышла вперед.

Следовательно, использование системы кинезиологических упражнений в коррекционной работе с детьми с ОНР способствует более качественной коррекции речи, высокому развитию неречевых процессов (слухового и произвольного внимания, пространственных представлений), развитию тонкой и общей моторики, координации движений и эмоционально волевой сферы, что уменьшает риск школьной дезадаптации.

Литература

1. *Сиротюк А.Л.* Коррекция развития интеллекта дошкольников. М., 2002.

2. *Лапп Е.А., Фролова Н.Г.* Современный логопедический урок: опыт работы. Волгоград, 2011.

3. *Бушлякова Р.Г.* Артикуляционная гимнастика с биоэнергопластикой. СПб., 2011.

4. *Картушина М.Ю.* Логоритмические занятия в детском саду: Метод. пособие. М., 2005.

5. *Дубровская С.В.* Знаменитая дыхательная гимнастика Стрельниковой. М., 2010.

6. *Безруких М.М.* Готовы ли дети учиться? Комплект мат-лов для диагностики детей предшкольного возраста. М., 2010.

Совместный с родителями проект «Плавание – это здоровье»

Гарбуз Г.Е.,
инструктор по физкультуре МАДОУ «Синеглазка», г. Ноябрьск Тюменской обл., ЯНАО

Вода! Ты не только необходима в жизни: ты и есть сама жизнь. С тобой во всем существе разливается блаженство, которое не объяснить только нашими пятью чувствами.
Ты возвращаешь нам силы и свойства, на которых мы уже поставили крест.
Твоим милосердием отворяются иссякшие родники сердца. Ты — величайшее в мире богатство.

Антуан де Сент-Экзюпери

Одно из важнейших направлений социальной политики нашего государства — политика в области обеспечения здоровья нации. Несомненно, проблема раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. «Здоровье детей — главное достояние нации, критерий духовного, политического и социально-экономического развития общества» — подчеркивается в Резолюции Всероссийского совещания по проблемам оптимизации здоровья (2001).

Именно поэтому проблему здоровья дошкольников следует рассматривать в широком социальном аспекте.

Формирование здорового поколения — одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов: Законами РФ «Об образовании», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Указом президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ», «Конвенцией о правах ребенка».

Здоровье детей зависит не только от их физических особенностей, но и от уровня развития здравоохранения и образования, санитарной грамотности и гигиенической культуры населения. Поэтому здоровье ребенка должно оцениваться в единстве с окружающей средой и адаптационными возможностями растущего организма.

Исследования свидетельствуют, что современные дети в своем большинстве испытывают

«двигательный дефицит», количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, развитие плоскостопия, задержку возрастного развития скорости, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Таким образом, интенсивность физического развития и здоровье детей напрямую зависят от их двигательной активности.

В настоящее время активно ведется поиск путей физического и духовного оздоровления дошкольников, формирования у них нравственно-ценностной мотивации занятий физической культурой, воспитания интереса к физическим упражнениям на основе жизненной потребности быть здоровым, ловким, сильным.

На сегодняшний день основная цель физического воспитания на любом этапе онтогенеза — формирование физической культуры личности. Начало этого процесса приходится на ранний и дошкольный возраст. Именно в этот период закладывается фундамент здоровья, формируются личностные качества, раскрываются способности ребенка. Поэтому основной задачей дошкольных учреждений является оздоровление, обеспечение всестороннего физического развития воспитанников.

Ни для кого не секрет, что занятия плаванием удивительно благотворно влияют на организм ребенка. Общеизвестно, что время, проведенное в бассейне, идет на пользу здоровью и закаливанию организма. Ведь данный вид физических упражнений активизирует обмен веществ, положительно влияет на нервную систему. Ритмическое дыхание укрепляет легкие, оказывает профилактическое и лечебное воздействие на сердечно-сосудистую систему.

Любое современное ДОУ не ставит целью вырастить из детей спортсменов — это задача спортивных школ. Главное в обучении плаванию в детском саду — преодолеть негативное отношение ребенка к воде, адаптировать его к водному пространству, по возможности использовать плавание в бассейне как средство оздоровления и полноценного физического развития ребенка, сочетая основы спортивного плавания с решением задач адаптации и профилактики.

Нашим детям нужна активная деятельность, способствующая повышению жизненного тонуса, удовлетворяющая их интересы, социальные запросы. Благоприятное воздействие на организм оказывает только двигательная активность, находящаяся в пределах оптимальных величин. К тому же учеными давно доказано существование прямой зависимости между занятиями

физическими упражнениями и интеллектуальным развитием ребенка. В результате овладения двигательной деятельностью у детей формируется ряд представлений о происходящих в окружающем мире явлениях, и изменениях — в организме человека.

Однако здоровье детей зависит не только от их физических особенностей, но и от условий жизни в семье. Детский сад и семья — две основные социальные структуры, которые в основном и определяют уровень здоровья дошкольника. У современных родителей необходимо формировать и поддерживать интерес к оздоровлению как самих себя, так и своих детей. «Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в младенческом возрасте» (ст. 18 п. 1 Закона РФ «Об образовании»). Поэтому одна из задач, стоящих перед педагогом, — установление доверительного делового контакта с родителями воспитанников, в ходе которого корректируется воспитательная позиция как самих родителей, так и педагога. На спортивных праздниках и развлечениях современные мамы и папы должны выступать в качестве не пассивных зрителей, а активных участников. Только совместная деятельность педагога, родителей и детей может дать значительные результаты. В ходе совместной деятельности с детьми педагог, сотрудничая с семьей, обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.

Двигательная деятельность создает условия для развития волевой активности и формирования волевых черт характера. Множество игр и упражнений построено на многократном повторении одних и тех же движений, и у ребенка возникает необходимость проявления волевых усилий, чтобы преодолеть постепенно растущее эмоциональное и физическое напряжение. Определенный уровень сформированности волевых черт характера требуется ребенку, чтобы активно оценить результаты своей двигательной деятельности.

Являясь одним из естественных видов двигательной деятельности, плавание в то же время представляет собой уникальное средство физического воспитания. Физиологическую основу системы обучения плаванию в условиях ДОУ составляют благотворное воздействие быстро чередующихся движений и разнообразное воздействие воды, связанное с ее физическими, термическими, химическими и механическими свойствами на организм ребенка. Так как в воде уменьшается статическое напряжение тела, снижается нагрузка на позвоночник, плавание способ-

ствует формированию и укреплению скелета. Детям с избыточной массой тела вода создает благоприятные условия для выполнения физических упражнений, которые они практически не могли выполнить в условиях спортивного зала. Особое положение тела в воде благоприятно воздействуют и на центры головного мозга. Занятия плаванием повышают функциональную устойчивость вестибулярного аппарата, статокинетическую устойчивость, улучшают чувство равновесия. Важным физиологическим воздействием плавания на организм ребенка следует считать закаливание, развитие устойчивости к простудным заболеваниям.

Представляем пример проекта по оздоровлению детей посредством обучения плаванию.

Оздоровительные задачи:

— укреплять здоровье и повышать работоспособность детей через организацию плавания;
— формировать представления о своем теле, необходимости сохранения своего здоровья;
— создавать условия для целесообразной двигательной активности и закаливания детского организма;
— способствовать сохранению положительного психоэмоционального состояния;
— удовлетворять потребность детей в движении.

Образовательные задачи:

— развивать основные физические качества и двигательные способности детей (силовые, скоростно-силовые, координационные и др.), культуру движений и телесную рефлексию;
— формировать жизненно необходимые двигательные умения и навыки ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
— закладывать потребность в здоровом образе жизни, двигательной деятельности.

Воспитательные задачи:

— воспитывать положительное отношение к физическим упражнениям, подвижным играм и закаливающим процедурам, к правилам личной гигиены и соблюдению режима дня;
— поощрять двигательное творчество и разнообразную игровую деятельность;.
— способствовать развитию самоконтроля и самооценки в процессе организации разных форм двигательной активности;
— содействовать развитию положительных эмоций, умению общаться со сверстниками, взаимопониманию и сопереживанию.

Этапы проекта и мероприятия по его организации

I этап — подготовительный — вторая младшая группа (2011/12 уч. г.):

— посещение родительских собраний;

— анкетирование родителей;
— оказание консультативной помощи педагогам и родителям по вопросам здоровьесбережения.

II этап — организационный — средняя группа (2012/13 уч. г.):
— занятия валеологической направленности («Что было бы, если?..», «Опасно — неопасно», «Кто помогает тебе быть здоровым?», «Что нужно делать, чтобы быть здоровым?»);
— чтение, заучивание стихотворений, составление рассказов на темы: «В здоровом теле здоровый дух!», «Кем я хочу быть?», «В гости к Зубной Щетке»;
— совместная деятельность детей и педагогов (экскурсия в зимний лес, тематическое рисование, совместная разработка с детьми правил поведения на улице).

III этап — преобразовательный — старшая группа (2013/14 уч. г.):
— совместная деятельность детей, родителей и педагогов (праздник «Папа, мама, я спортивная семья!», выпуск стенгазеты «Закаливание детей дома!»).

IV этап — рефлексивный — подготовительная к школе группа (2014/15 уч. г.):
— оформление буклета «Здоровыми быть хотим!»;
— презентация «День открытых дверей».

Участники проекта: дети, педагоги, инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, учитель-логопед, старшая медицинская сестра, заведующий учреждением, родители.

Ожидаемые результаты

Для детей:

— повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;
— сформированность гигиенической культуры;
— улучшение соматических показателей здоровья;
— наличие потребностей в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

Для родителей:

— сохранение и укрепление здоровья детей;
— физическая и психологическая готовность детей к обучению в школе;
— педагогическая, психологическая помощь;
— повышение уровня комфортности.

Для педагогов:

— повышение теоретического уровня и профессионализма педагогов;
— внедрение оздоровительных технологий, современных форм и новых методов работы по формированию здорового образа жизни у дошкольников;
— личностный и профессиональный рост;
— самореализация;
— моральное удовлетворение.

Ресурсное обеспечение проекта: спортивный уголок в группе, плавательный бассейн, спортивный участок на территории ДОУ, физкультурное оборудование и спортивный инвентарь, методический инструментарий (картотека игр на воде, конспекты бесед, занятий, сценарии спортивных развлечений и т.д.), подборка методической литературы.

Литература

Афанасьев В.З. Игры в обучении плаванию. М., 1983.

Беляев Б.Т. Плавание и долголетие. СПб., 2000.

Булах И.М. Плавание от рождения до школы. Минск, 1991.

Вильчковский Э.С. Развитие двигательной функции у детей. Киев, 1993.

Волков Л.С. Возрастные особенности детей и подростков. Киев, 1991.

Воронова Е.К. Программа обучения плаванию в детском саду. СПб., 2003.

Горбунов В.В. Вода дарит здоровье. М., 1998.

Еремеева Л.Е. Научите ребенка плавать. СПб., 2005.

Козлов А.Ф. Плавание доступно всем. М., 2001.

Короп Ю.А. Обучение детей плаванию. М., 1998.

Кубышкин В.И. Учите дошкольников плавать. М., 2002.

Лопухин В.Я. Адаптация человека к водной среде при обучении плаванию. М., 1991.

Макаренко Л.П. Плавайте на здоровье. М., 1988.

Маслов В.И. Начальное обучение плаванию. М., 1999.

Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду. М., 1991.

Эманский Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях. М., 2000.

Фитнес-программа для детей и родителей

Огурёнкова О.Н.,
воспитатель;

Объедкова С.В.,
инструктор по физкультуре;

Шорохова Т.Ю.,
заведующий ГБОУ ЦРР — д/с № 2348, Москва

ЭТО ИНТЕРЕСНО

«Учиться быть здоровым, физически активным, защитить себя и своих детей от опасностей современного цивилизованного мира» — таким должен быть девиз всех взрослых, заботящихся о здоровье детей.

На этот счет врачи предлагают множество полезных советов. Один из них — больше двигаться. Ведь недаром говорится: «Движение — это жизнь!» Иной раз движение называют скульптором тела и гарантом не только физического, но и умственного развития человека. Тот, кто всегда ходит пешком, не любит засиживаться перед экраном телевизора или монитором компьютера, охотно занимается спортом, — тот всегда весел и здоров. А как полезны совместные игры взрослых и детей: катание на санках, коньках, поездка на велосипедах, лыжные прогулки и походы. Учитывая это, коллектив нашего Центра развития ребенка взял на себя инициативу по привлечению родителей к совместной с детьми физкультурно-досуговой деятельности.

Среди множества форм спортивного воспитания подрастающего поколения на сегодняшний день особое место занимает фитнес.

Детский фитнес — это интересные, полезные и доступные для разных возрастных групп физкультурно-оздоровительные мероприятия, укрепляющие физическое и психическое здоровье, формирующие навыки здорового образа жизни. А совместные с родителями занятия фитнесом влияют и на характер детей: они становятся раскрепощенными, общительными, более

восприимчивыми к информации в различных сферах деятельности.

Во время занятий фитнесом большое внимание уделяется решению следующих *задач*:

— повышать сопротивляемость организма;
— укреплять ОДА, мышцы стопы и голени (с целью предупреждения плоскостопия), все основные мышечные группы, сердечно-сосудистую и дыхательную системы;
— содействовать повышению функциональных возможностей организма, улучшать обменные процессы, оптимизировать пищеварение и теплорегуляцию;
— улучшать индивидуальные физические способности: координацию движений, силу, выносливость, скорость;
— формировать основные двигательные умения и навыки, правильную осанку;
— прививать интерес к занятиям физкультурой и спортом.

Детский фитнес вместе с родителями — это спортивные занятия, которые помогают освоить свое тело, научить координировать свои действия, получать радость от движения!

Важно подготовить интерес к физическим упражнениям еще в то время, когда у малыша закладываются жизненные позиции.

На наших занятиях мы предлагаем:

— развитие гибкости и пластичности тела, быстроты реакций;
— лого-аэробику — физические упражнения с одновременным произношением звуков и четверостиший, что в равной степени хорошо развивает координацию и речь;
— увлекательный тренинг;
— освоение навыков равновесия, обучение правильной ходьбе;
— аэробику;
— фитбол-аэробику;
— степ-аэробику;
— упражнения на развитие внимания;
— подвижные игры;
— элементы спортивных игр;
— скипинг;
— упражнения на расслабление разных групп мышц, ведь если ребенок не умеет расслабляться, то негативные эмоции (стеснение, неудачи, усталость) могут закрепиться на физическом уровне в виде зажатости, сутулости и т.д.

Для перечисленных занятий в качестве звукового оформления подбирается специальная музыка, которая создает благоприятную атмосферу. Музыка — существенная часть занятия. Она не только создает радостное настроение, но и активизирует движения. Доказано, что музыка способна оказывать положительное стимулирующее воздействие на ЦНС, частоту сердечных сокращений (ЧСС) и дыхание. Музыкальное сопровождение вызывает эмоцио-

нальный подъем и радостные чувства, способствует эстетическому развитию детей. Эмоционально насыщенная музыка побуждает к действиям даже малоподвижных ребят.

Воздействие музыки многогранно. Ведь она содействует эстетическому воспитанию детей и формированию положительных эмоций, воспитывает чувство ритма и музыкальный слух. При использовании музыкальных композиций повышается плотность занятия, инструктор освобождается от ведения счета и больше внимания уделяет детям и качеству выполнения ими движений. Дошкольники, в свою очередь, стремятся выполнять движения синхронно музыкальному ритму, что повышает работоспособность организма.

Наш практический опыт позволяет нам предположить, что в настоящее время занятия по фитнесу наиболее эффективно могут проводиться в ДОУ, имеющих подготовленных педагогов-специалистов, специально отведенное время для занятий в режиме дня, а также соответствующую материально-техническую базу.

Однако такие занятия не самоцель работы нашего коллектива. Это лишь только один из вариантов тесного взаимодействия с семьей в вопросах воспитания физически развитого и здорового ребенка. Конечно, есть такие родители, у которых совершенно нет возможности посещать наши занятия. Однако у них есть возможность активно участвовать под чутким руководством своих детей в создании семейных альбомов здоровья, где рассказывается о своем повседневном досуге, выходных днях и летнем отдыхе. И, как показала практика, именно эти родители стараются разнообразить досуг ребенка продуктивной и содержательной деятельностью. Такой совместный труд всегда результативен.

Общий объем времени по учебному плану определяется количеством рабочих недель в учебном году: 36 недель по 6 ч — 216 ч. Для младших групп обычно объем времени определяется в 144 ч (4 ч в неделю). Именно это время и должно составлять учебный план.

В программе инструктора по физкультуре учебный план разворачивается в учебно-тематическом плане, затем последовательно в содержании, методических рекомендациях (табл. 1).

Содержание программы

Основное содержание занятий по фитнесу включает в себя соединение доступных упражнений с танцами, бегом, прыжками, элементами аэробики, выполняемыми под музыку. В детском саду занятия по фитнесу могут проводиться в различных вариантах:

Таблица 1

Примерный план-график распределения учебных часов на учебный год

Содержание занятий	Количество часов	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Теоретические занятия:										
История физической культуры	2	1	—	1	—	—	—	—	—	—
Основы личной гигиены и гигиенические процедуры в режиме дня	2	1	—	—	—	1	—	—	—	—
Техника безопасности	4	1	—	1	—	1	—	1	—	—
Всего часов	8	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Практические занятия:										
Аэробика (классическая)	25	14	—	8	—	—	—	3	—	—
Фитбол-аэробика	50	—	14	—	14	—	14	—	8	—
Степ-аэробика	50	3	—	5	—	14	—	14	—	14
Подвижные игры	25	2	2	3	5	5	—	3	5	—
Элементы спортивных игр	30	—	8	—	2	—	10	—	5	5
Скиппинг (прыжки через скакалку)	28	2	—	6	3	3	—	3	6	5
Всего часов	208									
Итого часов	216	24	24	24	24	24	24	24	24	24

— в форме дополнительного образования продолжительностью 50 мин;
— в виде «ритмических блоков» по 10—20 мин, используемых как часть физкультурного занятия, предлагаемая детям среднего и старшего дошкольного возраста;
— в показательных выступлениях детей.

В занятиях по фитнесу наиболее крупной структурной единицей является комплекс, который состоит из частей (блоков). Сами блоки состоят из упражнений различной направленности с заданиями на развитие групп мышц. Таким образом, занятия по фитнесу решают прежде всего задачи, связанные с повышением физической работоспособности детского и взрослого организма, сохранением естественной гибкости, воспитанием общей выносливости, предупреждением дефектов осанки.

Содержание занятий фитнесом с детьми дошкольного возраста включает:
— различные виды ходьбы и бега;
— упражнения на ориентировку в пространстве;
— упражнения на осанку;
— общеразвивающие упражнения;
— разнообразные виды аэробных упражнений;
— упражнения в партере для укрепления мышц брюшного пресса, туловища и ног;
— упражнения на гибкость, расслабление, дыхательные упражнения.

Рассмотрим примерную структуру и содержание занятия по фитнесу с детьми дошкольного возраста.

Подготовительная часть — применяются несложные упражнения, характерные для фитнеса. Музыкальное сопровождение помогает выполнить их с большой амплитудой, четко и с хорошим настроением. Подготовительная часть составляет 10—15% от общей продолжительности занятия.

Основная часть — упражнения, используемые с целью развития всех основных физических качеств: силы, гибкости, быстроты и координации движений, общей и скоростной выносливости. В этой же части для переключения внимания и повышения эмоционального подъема применяют комплексы танцевальной направленности. Основная часть составляет 75—80% от общей продолжительности занятия.

Заключительная часть — упражнения на расслабление, дыхательные упражнения. Цель данных упражнений — обеспечить максимальное восстановление всех функций организма к исходному уровню, а также организовать отдых детей после физической нагрузки за достаточно короткий промежуток времени. Используются дыхательные упражнения, которые

могут сочетаться со спокойной игрой или ходьбой, релаксационные. В эту часть включаются также упражнения для мелкой моторики пальцев, различные потряхивания рук, ног. Заключительная часть составляет 5—15% от общей продолжительности занятия.

Наиболее подробно структуру занятия по фитнесу можно представить в виде табл. 2.

Каждому упражнению в комплексе целесообразно придать ассоциативный или имитационный характер.

Фантазия и творчество инструктора по физкультуре при составлении комплексов не ограничивается. С учетом индивидуальных особенностей детей группы в комплексы можно вносить различные изменения, но при этом нужно предоставлять возможность самостоятельно создавать образы, характеры и настроения на основе зрительного, слухового, тактильного восприятия команды взрослого.

Каждый комплекс упражнений предлагается начинать с предварительного разучивания. На первом этапе это может быть разучивание на счет, без музыкального сопровождения, сопровождающееся зрительным показом.

С учетом того что музыка — достаточно сильное средство эстетического и эмоционального воздействия, подбор музыкального сопровождения должен происходить с особой тщательностью.

Критериями оценки занятий по фитнесу могут быть следующие:

— формирование эстетической восприимчивости (восприятие и наблюдение за выполнением движений, их сравнение и сопоставление);
— положительные высказывания детей в процессе занятия, осознание ими эстетических средств и оценка создаваемого художественного образа;
— эмоциональная отзывчивость (проявление положительных эмоций, позитивное отношение детей к занятиям);
— воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения со сверстниками и взрослыми;
— использование эстетических средств на занятиях фитнесом (создание благоприятной развивающей среды, изготовление атрибутов, использование ярких, выразительных костюмов для создания художественных образов);
— обучение умению двигаться легко и пластично, согласовывать движения с характером музыки, построением музыкального произведения;
— самостоятельное использование запаса движений в разных видах упражнений, играх,

Таблица 2

Примерная структура занятия по фитнесу

Части занятия		Количество повторов	Преимущественная направленность
Подготовительная часть		3—4	На осанку, ориентировку в пространстве (различные варианты ходьбы и бега) — общего воздействия
Основная часть	Упражнения из и.п. — стоя на полу	5—6	Для мышц шеи, плечевого пояса, рук, туловища, ног
	Прыжковая, танцевальная, ритмическая гимнастика, аэробика, степ-аэробика	3—4	Разнообразные виды прыжков, танцевальные движения высокой интенсивности
	Упражнения в партере: из и.п. — сидя и лежа на полу	5—6	Для мышц туловища, брюшного пресса, ног — общего воздействия; акробатические упражнения — для развития гибкости
	Упражнения со скакалкой (скиппинг)	2—3	Выполнение разнообразных видов прыжков: классические (ноги вместе) — вперед, (ноги вместе) — назад; прыжки (руки скрестно) — вперед; прыжки с попеременной сменой ног — вперед; прыжки (ноги скрестно) — вперед, прыжки парные классические — вперед, групповые прыжки классические — вперед
	Подвижная игра и элементы спортивных игр	1—2	На развитие психоэмоциональной сферы — общего воздействия
Заключительная часть		2—3	Спокойная ходьба; дыхательные упражнения; самомассаж; аутотренинг — на расслабление

варьирование их в процессе занятия;

— соблюдение правильного положения тела (равновесие) при любых видах движений и остановках;

— понимание значений терминов степ-аэробики (T-Step, L-Step,

Hop-Turn, U-Step, A-Step, Step-Tap и т.д.), средств музыкальной выразительности (высокие и низкие звуки; быстрый, средний темп; громкая, умеренно-громкая, сильная доля);
— уверенное владение фитболмячом, степ-платформой во время работы с ними;
— развитие умений ориентироваться в пространстве, самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу, колонну, круг;
— умение свободно двигаться различными видами ходьбы, бега, прыжков.

Таким образом, одним из важных критериев оценки является технически правильное выполнение двигательного действия в разных условиях. С оздоровительной точки зрения одно и то же упражнение можно выполнить с разным приложением усилий, а, следовательно, оценить по-разному.

Таким образом, чем раньше мы дадим ребенку гамму разнообразных впечатлений, чувственного опыта, тем более гармоничным, естественным и успешным в таком виде деятельности, как движение под музыку, будут его дальнейшее развитие, становление его личности. И, возможно, меньше будет проблем у наших детей с развитием речи, внимания, памяти, мышления, формированием красивой осанки...

Методические рекомендации

Занятия фитнесом в системе физического воспитания дошкольников в современных условиях представляются довольно актуальными и востребованными. Эти занятия при адекватной нагрузке позволяют развивать все остальные физические качества (силу и скоростно-силовые качества, гибкость, выносливость, координацию движений, ловкость). Занятия фитнесом имеют неоценимое значение как для детей, так и для взрослых.

Для эффективного воздействия на растущий организм занятий фитнесом необходимо соблюдать следующие правила:

- все типичные элементы аэробики выполняются с различной амплитудой движений, которая определяется длиной шагов, скоростью, ритмом, координацией движений;
- при разучивании движений классической аэробики без движения руками их удерживают в свободном, опущенном вниз положении или фиксируют сбоку на туловище в области бедер, локти при этом обращены в стороны;
- не рекомендуется класть кисти сзади на область таза, что усиливает отведение лопаток от позвоночника;
- для занятий степ-аэробикой необходимо приобрести устойчивые кроссовки, которые креп-

ко держатся на ноге. Обязательным условием считается:
— правильный подбор носков из хлопчатобумажной ткани, которые помогают избежать микротравм связок, поддерживают необходимую температуру тела,
— нельзя заниматься на степе босиком или в обуви с мягкой подошвой, так как это ведет к повреждению ступни или вывиху лодыжки;

◆ при выполнении упражнений степ-аэробики нужно обращать внимание на следующее:
— при постановке ноги на платформу угол сгибания в коленном суставе не должен быть менее 90°,
— нога ставится в центр платформы без удара,
— пятка «не зависает» на краю платформы, как и носок,
— при выполнении скачков, подскоков пятка не касается пола или платформы,
— не рекомендуется сходить с платформы спиной к ней, а также спрыгивать с нее,
— повороты на платформе рекомендуется выполнять на подскоках,
— нужно сохранять правильную осанку, не прогибаться в поясничном отделе, допускается лишь легкий естественный наклон вперед;

◆ при выполнении упражнений с фитболами используют мячи различного диаметра в зависимости от роста и возраста занимающихся:
— для детей 3—5 лет диаметр фитбола 45 см,
— для детей 6—7 лет диаметр фитбола 55 см,
— фитбол подобран правильно, если при посадке на нем угол между бедром и голенью равен или чуть более 90°,
— сидя на фитболе, необходимо правильно ставить стопы (они должны быть прижаты к полу и параллельны друг другу),
— занимающиеся с фитболами должны находиться на расстоянии 1—1,5 м друг от друга;

◆ успешность овладения прыжками со скакалкой во многом зависит от:
— правильного выбора длины скакалки в зависимости от роста дошкольника (при малой длине, когда скакалка даже не касается пола, ребенок не может через нее перепрыгнуть; при большой длине скакалка запутывается, не получается ее четкого вращения),
— скакалка не должна быть слишком легкой,
— прыгать нужно невысоко, на носках, в ритме движения скакалки,
— приземляться надо легко, сгибая ноги в коленях,
— занимающиеся со скакалкой должны находиться на расстоянии 1—1,5 м друг от друга;

◆ для проведения спортивных игр в ДОУ необходимо создать соответствующие условия:

— для игр в баскетбол устраивают площадку с врытыми в землю столбами и с прикрепленными к ним металлическими кольцами (на высоте не менее 2 м), затем грунт должен быть тщательно утрамбован,
— место для игры в бадминтон выбирают ровное, защищенное от ветра, натягивают мелкоячеистую сетку, верхний край которой находится на высоте 1,2 м от земли, во время игры солнце не должно светить детям в глаза,
— для игры в настольный теннис ставят столы: для средней группы высотой 65 см, длиной 2,3 м и шириной 1 м; для старшей и подготовительной к школе групп размеры стола 68 см, 2,5 м, 1,3 м,
— для метания и игр с мячом устанавливаются вертикальные и горизонтальные цели, ярко окрашенные, привлекающие внимание и являющиеся хорошей мишенью,
— для игры в хоккей площадка огораживается снежными валами высотой 1 м. На площадке делают ворота с сеткой размером 1,8 м. Одежда игроков должна быть легкой, свободной, не стесняющей движений. Во время игры нельзя толкаться, поднимать клюшку выше плеча, перебрасывать шайбу высоко по воздуху,
— для игры в футбол выбирается ровная поверхность для площадки с разметкой и воротами. У игроков команд должна быть разная форма, чтобы не ошибиться при передаче мяча. Мяч ведется только ногами. Обувь для игры в футбол должна быть не скользкой;

◆ при проведении подвижных игр обязательным требованием является соблюдение правил игры, которые должны быть четко сформулированы взрослым с самого начала. Во время игры нельзя толкать друг друга, нарушать правила.

Литература

Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду: Кн. для воспитателей детского сада. М., 1992.

Беззубцева Г.Г., Ермолина А.М. В дружбе со спортом. М., 2003.

Горбатенко О.Ф., Кардаильская Т.А., Попова Г.П. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ: Планирование, занятия, упражнения, спортивно-досуговые мероприятия. Волгоград, 2008.

Колесникова С.В. Детская аэробика: Методика, базовые комплексы. Ростов н/Д., 2005.

Лисицкая Т.С., Беляева И.М. Аэробика. Хореография и дизайн урока: Учеб.-метод. пособие с компьютерной версией. М., 2005.

Сивачева Л.Н. Спортивные игры с нестандартным оборудованием. СПб., 2005.

Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания: Программа воспитания и обучения в детском саду. М., 2005.

Шипилина И.А., Самохин И.В. Фитнес-спорт. Ростов н/Д., 2004.

Физкультурное развлечение из серии «Поиграем с мамой»

(для младших дошкольников)

Заболотная И.А.,
музыкальный руководитель МДОУ д/с № 2 «Солнышко», г. Салехард ЯНАО

В последнее время много внимания стало уделяться вопросам адаптации ребенка в дошкольном учреждении. Задача педагога ДОУ — заслужить доверие ребенка, сделать привыкание к детскому саду максимально безболезненным, постепенным. Для достижения этой цели у нас ведется тесное сотрудничество с родителями. Чтобы заинтересовать детей, лучше познакомить родителей с работой детского сада и создать непринужденную обстановку, можно провести развлечение вместе с мамами малышей. Такой досуг очень хорошо подходит для детей младшего дошкольного возраста. Известно, что малыши не обладают большим жизненным опытом, не имеют навыков плясок, игр, пения, поэтому наше развлечение не должно быть сложным. Для его успешного проведения необходимо, чтобы у детей были начальные навыки игры на шумовых инструментах.

Цели:

— создавать радостную атмосферу в группе;
— формировать у дошкольников желание приходить сюда снова и снова.

Предварительная работа: педагог заранее договаривается о предстоящем визите к детям (обсуждает цель развлечения, необходимые пособия: игрушки, музыкальное оформление, движения в играх).

Оборудование: «волшебная коробочка» с игрушками: колобок, дед на санях, лошадка, лиса, несколько рыбок; наклейки для бутылочки из-под йогурта «Растишка»; аудиодиск Е. Железновой «Аэробика для малышей»; шумовые инструменты (по количеству детей); угощение, спрятанное в игрушку колобок.

Сказка в гости к нам придет

После дневного сна дети рассаживаются на стульчики и встречают гостью.

Мама. Здравствуйте, ребятки! Вы узнали меня? *(Дети отвечают.)* Мне очень понравилось с вами играть, поэтому я пришла к вам снова. Как быстро вы подросли! Крепко ли вы спали? *(Показывает руками и говорит.)* Все проснулись, потянулись и друг другу улыбнулись! А давайте-ка, ребятки, сделаем зарядку! Зарядка не простая, а музыкальная, вот какая! *(Дети встают в круг. Звучит мелодия к игре «Попрыгаем» Е. Железновой.)*

Мы попрыг-прыг-прыг
попрыгаем,

Дети синхронно, в соответствии с текстом выполняют все движения.

Прыг-прыг-прыг попрыгаем,
Прыг-прыг-прыг попрыгаем,
Чтобы лень стряхнуть.
Мы ножкой дрыг-дрыг-дрыг
подрыгаем,
Дрыг-дрыг-дрыг подрыгаем,
Дрыг-дрыг-дрыг подрыгаем,
Чтобы лень лягнуть.
И нам пора-а-а-пора зевать,
Рот пора-поразевать,
Рот пора-поразевать,
Чтоб лень напугать!

Мама благодарит детей и обращает их внимание на яркую коробку.

Ребята, вы узнали нашу «волшебную коробочку»? Хотите посмотреть, что в ней спрятано сегодня? *(Дети отвечают.)* Но на ней висит замочек, давайте все вместе попробуем его открыть.

Проводится пальчиковая игра «Замочек».

На коробочке замок,

Дети скрепляют руки в «замок».

Кто его открыть бы смог?

Поднимают руки над головой.

Мы потянем,

Пытаются развести локти в стороны.

Потрясем,

Трясут кистями рук.

Постучим и отопрем!

Стучат ими о колено и расцепляют руки.

Мама *(заглядывая в коробочку)*. Ребята, а вы умеете отгадывать загадки?

Дети отвечают.

Ну тогда слушайте:
Из муки он был печен,
На окошке был стужен.
Убежал от бабки с дедом,
А лисе он стал обедом.
Ну, кто это?

Дети *(хором)*. Колобок!

Мама *(достает из коробки игрушку Колобок)*. Ой, какой румяненький! Как же мы его поделим? *(Задумывается.)* А давайте испечем еще колобочков-пирожков? Только это не простые пирожки. *(Достает из коробочки пластиковую бутылочку с горохом внутри, встряхивает ее и обращает внимание детей на то, какой звук издает бу-*

тылочка, какая она яркая и красивая.) Для новой игры нам нужно много таких бутылочек-погремушек. Вы мне поможете?

Дети оформляют каждый свою бутылочку-погремушку: наклеивают яркую картинку и при желании повязывают бантик на горлышко.

Разучивание игры «Пирожок» (с бутылочкой, под музыку).

Раз, два, три, четыре,

Дети бутылочкой стучат о ладошку.

Тесто ловко замесили.

Трясут бутылочку над головой.

Раскатали мы комок,

Катают ее между ладошками.

И слепили колобок.

Перекладывают из ладошки в ладошку.

Из печи достали,

Ставят бутылочку перед собой.

Остывать поставили.

Машут на нее руками.

Приходите все сюда,

Делают рукой манящие движения.

Мы дадим вам пирога!

Хлопают над головой 4 раза.

Дети вместе с мамой раскладывают «пирожки» на салфеточку, любуются ими.

М а м а. Приглашаю всех играть, с колобком потанцевать!

Танец-игра «Колобок» на музыку Т. Суворовой (по показу взрослого).

По дорожке, по тропинке,

Дети поскоками бегут за взрослым.

Между сосен — прыг да скок,
Очень весело, игриво
Покатился колобок!
Он от бабушки ушел,

Грозят пальчиком правой руки.

Он от дедушки ушел...

Грозят пальчиком левой руки.

Покатился, заблудился

Поворачиваются вокруг себя, притопывая.

Непослушный колобок!
Повстречался он с медведем

Дети изображают косолапого мишку.

На тропинке на лесной...
Мишка очень рассердился,
Топнул лапою большой!

Топают ногой 3 раза.

Ты от бабушки ушел
И от дедушки ушел...
Покатился, заблудился
Непослушный колобок!

По окончании танца-игры дети рассаживаются на стулья.

М а м а. Молодцы, ребята! Вы показали очень веселый танец! *(Снова смотрит в коробочку.)* Да тут еще что-то есть. Ну-ка, отгадайте:

Почему снежок идет?
Почему на речке лед?

Это к нам ... *(зима)* пришла,
Много снега принесла!
Скоро-скоро Новый год!
В гости сказка к нам придет!

Что за сказка, мы узнаем, если вот сюда заглянем. *(Заглядывает в коробочку.)*

Ходит по лесу лиса,
Щурит, рыжая, глаза.
Всюду хитрая лисица
Ищет, чем бы поживиться!

А вы знаете такую сказку «Лиса и рыба», ребята? Ну-ка, волшебная коробочка, помоги мне рассказать детям сказку! *(Достает и расставляет на столе санки с дедом, лошадку, рыбку в мешке. Раздает шумовые инструменты: трещотки, ложки деревянные, колокольчики, мешочки.)*

Вез дед на санях мешок рыбы.
Лошадка бежит,

Дети звенят колокольчиками, крутят трещотку.

Копытцами стучит,
Колокольчиком звенит.

Цокают язычком.

Видит дед: на дороге лиса лежит, обрадовался: «Вот будет воротник на шубу!»

Взмахивают радостно руками.

Поднял лису и бросил ее в сани.

Поднимают руки вверх и хлопают ими по коленям.

А сам рядом пошел.

Дети «шуршат» мешочками.

Лошадка бежит,
Копытцами стучит,
Колокольчиком звенит.

Дети снова звенят колокольчиками, цокают язычком.

А лисичка по рыбке, по рыбке,
Да всю и выбросила,

Крутят трещотку.

А сама убежала.

Хлопают по ковру ладошками.

Смотрите-ка, ребята, как хитренько вам улыбается колобок! Наверно что-то для вас приготовил. Давайте посмотрим?

Берет колобка и замечает в нем конфетки. Угощает ими детей. (Лучше, если конфеты будут в шуршащем фантике.)

Сейчас я приглашаю вас поплясать. Приготовьте свои фантики.

Танец-шутка «Веселые фантики» (под украинскую народную мелодию «Стуколка» в обр. Р. Леденева) выполняется по показу взрослого.

Дети бегут стайкой за взрослым, держа фантики над головой.

Останавливаются, шуршат фантиками, снова бегут за взрослым.

Шуршат фантиками о колени, приседают, шуршат фантиками о ковер.

А теперь пришла пора прощаться, детвора! Приходите в наш садик завтра с утра! До новых встреч, ребята!

Двигательная активность детей на прогулке зимой в условиях Севера

Баженова Н.Ю., Жилина Т.Л.,
инструкторы по физкультуре МАДОУ ЦРР — д/с «Сказка», г. Белоярский, ХМАО — Югра

Всем известно, что движение — это жизнь, и актуальной задачей физического воспитания является поиск эффективных средств развития и совершенствования двигательной сферы детей на основе реализации их потребности в движении.

Достаточно большая учебная нагрузка часто затрудняет реализацию двигательного потенциала дошкольника. Отсюда вытекает необходимость создания условий для оптимизации двигательной активности наших воспитанников.

Лучшее средство для решения этой задачи, конечно, — прогулка. Сочетание активных движений с пребыванием детей на свежем воздухе благоприятно влияет на развитие физических качеств и физической подготовки ребят.

Родная природа для нас, северян, является мощным образовательным ресурсом, уникальной воспитывающей и развивающей средой. Пребывание на морозном воздухе в ходе прогулок закаливает организм, придает бодрость, повышает работоспособность и выносливость.

Сколько радости и пользы детям приносят снежные горки, с которых можно съезжать на санках и ледянках! Скатившись с высоты, ребенок вновь и вновь взбирается наверх, — и это очень хорошая зарядка, которая тренирует легкие, укрепляет мышцы рук и ног, воспитывает волю и упорство в достижении цели.

Но катание с горки не единственная забава в снежный зимний день. На спортивной площадке детского сада совместными усилиями родителей и педагогов для ребят возведены и другие многофункциональные снежные постройки, которые как нельзя лучше организуют и оптимизируют двигательную активность дошкольников на свежем воздухе. Необычные снежные фигуры построены с учетом всех основных видов движений периода дошкольного детства.

Проявить себя в метании и ловкости поможет сказочная и красочная «Царевна-лягушка».

Замечательными приспособлениями для развития быстроты, ловкости, внимания и равновесия служат снежный разновы-

сотный бум, яркий «Крокодил», извилистый «Питон».

Снежная конструкция «Осьминог» позволяет поупражнять детей в различных видах ползания и подлезания.

Все эти великолепные снежные постройки окружает лыжня с искусственно созданным склоном.

Снежный покров в нашей местности ложится на землю уже в октябре, его устойчивость стабильна с начала ноября и поэтому в организацию двигательной активности детей старшего дошкольного возраста во время прогулки мы уже с календарной осени включаем лыжную подготовку. Ее организация проходит по программе «Юный лыжник», разработанной с учетом климатических особенностей Крайнего Севера.

Днем на спортивной площадке проводятся организованная и самостоятельная игровая деятельность ребят, разнообразные развлечения, праздники. А вечером многие родители с огромным удовольствием играют со своими детьми среди снежных спортивных снарядов. Эти необычные фигуры дают детям возможность обогатить свой двигательный опыт, создают у них эмоционально положительное отношение к детскому саду, желание посещать его вновь и вновь, а также способствуют физическому развитию, что, согласитесь, немаловажно!

Новый подход в организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

Ермолова О.Ф.,
инструктор по физической культуре ДОУ д/с № 95, г. Мурманск

Снижение интереса у взрослых и детей к занятиям физкультурой, а также пассивный образ жизни привели к новому подходу в организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. Современный подход включает в себя воспитание привычки к ЗОЖ, формирование у дошкольников желания заниматься физкультурой. Наиболее эффективному решению этих задач служит использование игровых технологий, ведь игровая деятельность — ведущая в дошкольном возрасте. Интеграция игры в организацию двигательной деятельности детей способствует их психофизическому и интеллектуальному развитию, обеспечению двигательной активности на протяжении всего времени пребывания воспитанников в детском саду.

Цель игровой методики: активизировать двигательную деятельность детей в соответствии с возрастными возможностями.

Задачи:

— формировать двигательные навыки детей;
— совершенствовать основные виды движений;
— укреплять здоровье дошкольников;
— заниматься профилактикой простудных заболеваний, нарушений ОДА;
— развивать физические способности детей, наблюдательность, внимание, воображение, творчество;
— воспитывать самостоятельность, уверенность, умение выражать эмоции.

Инновационность методики характеризуется наличием сюжета, использованием музыкального сопровождения, предметных карточек, природного материала, обыгрыванием действий с мягким модулем, проведением подвижных игр в форме минисказки, имитационных упражнений в сочетании с корригирующими.

Основные принципы нового подхода к организации физкультурно-оздоровительных занятий: систематичность, постепенность, планомерность. Каждый ребенок в игре — деятель, выполняющий задание в своем

темпе, согласно своей двигательной активности и индивидуальности.

В ходе проведения игр не обойтись без необходимого оборудования и следующих средств обучения:

— массажные коврики, мячики, валики, природный материал (шишки), развивающие мелкие мышцы стопы, которые служат профилактике плоскостопия у детей;
— шапочки-маски, способствующие созданию сказочного образа;
— предметные картинки, служащие сигналом к действию;
— музыкальное сопровождение, положительно воздействующее на эмоции детей, которое служит сигналом к действию;
— спортивное оборудование и инвентарь, способствующие развитию двигательной сферы детей и формирующие базовые умения и навыки.

Положительным итогом физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ является систематическое использование игровых приемов в различных формах физического воспитания, что способствует улучшению показателей физической подготовленности; повышение качества выполнения детьми двигательных заданий, активизация двигательной деятельности, включение подвижных игр различной степени подвижности в режимные моменты на протяжении всего дня пребывания ребенка в детском саду.

В качестве примера эффективного использования нового подхода в организации физкультурно-оздоровительной работы вниманию коллег предлагается сюжетное занятие «Утро в лесу», которое можно провести для дошкольников среднего возраста.

Цели:

— совершенствовать у детей основные виды движений;
— развивать мелкие мышцы стопы, двигательное воображение и творчество через игровую деятельность; воспитание эмоциональной отзывчивости дошкольников.

Оборудование: массажные дорожки, коврики по периметру всего зала; коврики «галька» (по 2 шт. для каждого ребенка); резиновые коврики — 8—10 шт.; мячи (по количеству детей); цветные кружочки красного, желтого, зеленого цвета (по 1 для каждого ребенка); для игрового упражнения «Белка» много массажных мячиков разных размеров, шишек, капсул из-под киндер-сюрпризов, массажные валики; карточки с изображением медведя с медом, белки с шишкой, ежика с грибом, пчелы на цветке; мягкий модуль; аудиозаписи спокойной музыки.

* * *

Ведущий. Доброе утро, ребята! У нас в зале появилась

тропинка, хотите узнать, куда она приведет?

Дети *(хором)*. Да!

Ведущий. Тогда в путь!

Дети идут обычной ходьбой по массажной дорожке «галька».

По тропинке мы шагаем, ноги выше поднимаем!

И кого только мы ни встретили на тропинке...

Увидели лису,

Дети поднимаются на носки, руки согнуты в локтях перед грудью.

А вот и медведь,

Ходят на внешней стороне стопы, руки на поясе.

Пробежал волк,

С продвижением вперед совершают прыжки с ноги на ногу.

Вылезли раки,

Ходят спиной вперед.

Пролетела стайка птиц.

Бегут врассыпную между предметами.

Быстро летели,

Бегут с ускорением.

Медленно летели...

Бегут с замедлением темпа.

Птицы летели, летели
Да на кочки сели.

Становятся на кочки (массажные коврики) и выполняют дыхательные упражнения. И.п. — о.с., вдох носом — подняться на носки, руки через стороны вверх, выдох через рот — опуститься, руки вниз.

И куда нас тропинка привела? А привела она нас в лес. Все лесные жители по утрам делают зарядку и принимают водные процедуры. Давайте вместе с ними сделаем зарядку.

Дети по показу взрослого совершают игровые упражнения на массажных ковриках.

Утки в озере ныряют,
Свои лапки разминают.
Раз, два, три, четыре —
Свои лапки разминают.

И.п. — ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. Попеременное поднимание ног на носки с отрыванием пяток от пола и одновременным подниманием кистей рук в стороны и опусканием вниз.

А веселые кузнечики,
Поднимают дружно плечики.
Раз, два, три, четыре —
Поднимают дружно плечики.

И.п. — ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. Поднимание и опускание плеч вверх-вниз.

И жучки все вместе пляшут,
Крыльями своими машут.
Раз, два, три, четыре —
Крыльями своими машут.

И.п. — ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях к плечам. Локти вперед. Отвести локти назад, прогнуться.

Волки лапы поднимают
И комариков пугают.

Раз, два, три, четыре —
И комариков пугают.

И.п. — ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях, прижаты к груди. Поворот вправо (влево), с поднимание рук вверх, не отрывая ног от пола, вернуться в и.п.

Медведи к озеру бегут,
Купаются и воду пьют.
Раз, два, три, четыре —
Купаются и воду пьют.

Легкий бег на коврике.

И.п. — ноги на ширине плеч, руки в «замке» за спиной. Наклоны вперед — вниз, руки поднимаем вверх, вернуться в и.п.

Вдруг откуда ни возьмись — крокодил,
Это так бобр зверей насмешил.
Раз, два, три, четыре,
Раз, два, три, четыре.

И.п. — ноги на ширине плеч, руки опущены вниз. Наклон вниз, кисти рук на полу, продвижение вперед на руках, не отрывая носки ног от пола, вернуться в и.п.

Мама-лягушка с сыночком
Ловко прыгает по кочкам.
Раз, два, три, четыре —
Ловко прыгает по кочкам.

И.п. — ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях перед собой.

Прыжки на двух ногах, ноги вместе — ноги врозь.

Аистенок прилетел,
Лягушонка чуть не съел.
Раз, два, три, четыре —
Лягушонка чуть не съел.

Стойка сначала на одной ноге, затем на другой. Руки разведены в стороны.

Молодцы, ребята! Здорово у вас все получилось. А теперь давайте все вместе поиграем в игру «Птицы и мошки».

По команде взрослого дети-птицы бегают врассыпную по залу и перепрыгивают через массажные коврики. Дети-мошки встают на коврики и придумывают свои движения (кружатся, притопывают, подпрыгивают).

Коврики свои возьмите и на место отнесите.

Дети убирают массажные коврики «галька» на место.

Внимание! Внимание! Сегодня в нашем лесу будут проводиться лесные гонки! В них могут участвовать быстрые, ловкие и внимательные. Давайте проверим вашу подготовку, а поможет нам в этом медвежонок.

Звучит аудиозапись динамичной веселой музыки, под которую проводится подвижная игра «Медведь и зверята» (по типу «Ловишки»).

В центре зала по кругу разложены резиновые массажные коврики. Дети находятся внутри круга и изображают зверят. *(Придумывают и выполняют игровые движения под музыку.)* За кругом находится ребенок-медвежонок, он двигается по кругу и зовет зверят к себе. По сигналу взрослого он забегает в круг и начинает пятнать тех детей, которые не успели выскочить из

круга. Те, кого запятнал медвежонок, встают на массажный коврик. Игра начинается снова, только теперь ребенок-медвежонок находится внутри круга, а дети-зверята — за кругом. Дети, которых запятнал медвежонок, выполняют игровые движения на массажных ковриках.

Молодцы, ребята! Я вижу, что вы готовы к проведению гонок. На полянке уберем, а транспорт (мячики) возьмем. Внимание! Внимание! Начинаем наши соревнования!

Проводится подвижная игра с мячами «Веселые гонки».

Взрослый называет транспорт, а дети выполняют соответствующие движения.

Мотоциклисты — прыжки на двух ногах, мяч зажат между коленями.

Велосипедисты — лежа на полу, ноги согнуты в коленях, мяч в руках у груди. Дети выполняют ногами поочередные круговые движения вперед.

Грузовики — сидя, ноги согнуты в коленях, мяч на ногах, руки в упоре сзади. Передвижения на согнутых ногах, прямых руках с подниманием туловища вверх.

Автомобилисты — отбивание и ловля мяча двумя руками с продвижением вперед.

Автобус — ходьба в парах за ведущим, мяч у груди.

Троллейбус — ходьба в парах за ведущим, мяч вверху.

Наши гонки прошли весело, да только не обошлось без столкновений. Ребята, а давайте покажем лесным жителям, как надо соблюдать правила дорожного движения. В этом нам поможет книга «Азбука дорожных наук».

Проводится подвижная игра «Забавные огоньки».

По количеству детей в зале разложены трехцветные кружки: красные, желтые и зеленые (сигналы светофора). Дети стоят врассыпную. Взрослый рассказывает сказку. По содержанию текста дети выполняют движения.

В одном городе было много маленьких светофоров, в которых жили разноцветные огоньки: зеленые, желтые, красные. Они были большие непоседы и разбегались по всему городу. *(Дети разбегаются по залу.)* А главный Светофор следил за порядком: Раз, два, три — вернитесь, огоньки. *(Дети берут сигналы светофора «выстраивают» светофоры. Зеленый сигнал — сидя на коленях, кружок перед грудью. Желтый сигнал — стоя за зеленым, кружок перед грудью. Красный сигнал — стоя за желтым, руки с кругом подняты вверх.)* Но огоньки не могли устоять на месте и опять разбегались по городу. *(Дети снова разбегаются по залу.)* «Раз, два, три — вернитесь огоньки», — призывал главный светофор. *(Дети строят светофоры.)* А потом огоньки подросли, повзрослели и перестали убегать. На дорогах наступил порядок.

За веселые забавы
Получили все награды!
Кто грибок, кто медок,
Кто орешек, кто цветок!

Давайте порадуемся и поиграем вместе с победителями в подвижную игру «Подарки».

В ходе игры дети выполняют задания, указанные в карточках.

Карточка 1. Пчела на цветке — дети бегают по залу врассыпную, по выбору выполняют действия: запрыгивают на скамейку и спрыгивают с нее; залезают на гимнастическую стенку (2—3 перекладины) и спускаются вниз.

Карточка 2. Медведь с медом — ходьба по обручу боком, с поднятыми вверх руками.

Карточка 3. Ежик с грибами — сидя, ноги слегка согнуты в коленях, а руки в локтях. Движения по полу вперед, с помощью ног.

Карточка 4. Белка с шишкой — сидя, ноги согнуты в коленях, руки в упоре сзади. Пальцами ног дети достают предметы (массажные мячики, капсулы из-под киндер-сюрпризов, шишки, массажные валики), находящиеся за массажной дорожкой или в обручах.

Внимание! Внимание! Всех участников наших соревнований я приглашаю на большую поляну! Ребята, вам понравилось в лесу?

Дети *(хором)*. Да!

Ведущий. К сожалению, наше путешествие подошло к концу. Вам пора возвращаться в детский сад. До новых встреч!

Путешествие на остров Здоровья

Спортивный праздник для старших дошкольников

Селина Т.В.,
инструктор по физической культуре МДОУ — ЦРР д/с № 16 «Дюймовочка», г. Краснокаменск Забайкальского края

Цели:
- развивать интерес к занятиям физкультурой;
- формировать привычку к ЗОЖ посредством разнообразных физических и художественно-эстетических средств и форм;
- способствовать оптимизации роста и развития опорно-дви-

гательного аппарата дошкольников;
— совершенствовать ловкость, координацию движений, быстроту реакций;
— развивать умение ставить перед собой цель и достигать ее;
— воспитывать доброе отношение друг к другу.

Оборудование: гимнастические скамейки, обручи, муляжи фруктов, мягкие модули, платочки, круги, корзины, дрова (деревянные палки), набор разрезных картинок «Построй дом».

Предварительная работа

1. Рассматривание и чтение книг о здоровье и спорте.

2. Разучивание стихов, пословиц и поговорок о спорте.

3. Выставка рисунков и фото на тему «С физкультурой мы дружны, нам болезни не страшны!».

4. Оформление красочного приглашения на спортивный праздник.

5. Подбор информационного материала для «уголка здоровья».

* * *

Звучит спортивный марш. Дети входят в зал и занимают свои места.

Ведущий. Ребята, к нам на спортивный праздник пришли гости, давайте их поприветствуем.

Дети *(хором)*. Физкульт-привет! Привет! Привет!

Ведущий. Мы рады всех вас видеть в нашем зале. Сегодня мы собрались на спортивный праздник, чтобы еще раз показать свою силу и ловкость, смекалку и быстроту.

Под музыку на площадке появляется Кот-путешественник.

Кот. Здравствуйте, юные спортсмены, меня все зовут кот-путешественник Тимофей. Недавно я побывал на острове Здоровья и познакомился там с одной очень интересной Мартышкой по имени Чичи, она передала для вас письмо.

Ведущий. Сейчас узнаем, что же она нам пишет. *(Открывает письмо и читает.)* «Здравствуйте, ребята! Приглашаю вас ко мне в гости на остров Здоровья поучаствовать в веселых эстафетах». Вы согласны отправиться на остров?

Дети *(хором)*. Да!

Ведущий. Тогда в путь! Уважаемый Тимофей, как же нам добраться до острова?

Кот. А до острова можно добраться лишь на самолете. Вы готовы, ребята? Тогда повторяйте за мной слова и в путь на остров за здоровьем!

Мы отважные пилоты,
Это наши самолеты —
Два крыла,
Одна кабина,
Сзади мощная турбина.
Разбежались и взлетели —
Полетели, полетели.
Там внизу остался дом —
Мы махнем ему крылом!
Выше облака и тучи,

Выше-выше, круче-круче!
По воздушным ямкам.
Пристегните лямки!
К острову летим, небо
покорим!

Вот он, необитаемый остров Здоровья! *(Раздаются звуки дикого леса: крики обезьян, шелест листвы, порывы ветра.)* Здесь нет ни домов, ни машин. Здесь только пальмы и лианы, а на ветках качаются обезьяны.

Из-за кустов появляется Мартышка.

Мартышка

Здравствуйте, девчонки,
Здравствуйте, мальчишки!
Я — веселая мартышка
Пригласила в гости вас,
Чтоб проверить здесь, сейчас
Вашу силу, быстроту
и ловкость.

Ребята, этот остров называется остров Здоровья. А знаете почему?

Дети высказывают свои предположения.

Он называется так потому, что все звери на острове питаются свежими фруктами, много бегают, прыгают, лазают, плавают, а по утрам делают зарядку. Дети, а зачем нужна зарядка?

Дети

Мы зарядкой заниматься
Начинаем по утрам.
Чтобы реже обращаться
За советом к докторам.
Зарядка всем полезна,
Зарядка всем нужна,
От лени и болезней
Спасает нас она.

Мартышка

Вам лениться не годится!
Помните, ребята!
Даже звери, даже птицы
Делают зарядку.

А сейчас все в круг вставайте, я покажу вам, как делают зарядку мартышки.

Мы — веселые мартышки,
Мы играем громко слишком,
Мы в ладоши хлопаем,
Мы ногами топаем,
Надуваем щечки,
Скачем на носочках,
И друг другу даже
Язычки покажем.
Дружно прыгнем к потолку,
Пальцы поднесем к виску,
Оттопырим ушки,
Хвостик — на макушке.
Шире рот откроем,
Гримасы все состроим.
Как скажу я цифру «три» —
Все с гримасами замри!
«Раз-два-три!»

Дети выполняют движения по показу Мартышки.

Молодцы ребята! А сейчас мы проведем соревнования. Участвуют две команды: «Хищники» и «Травоядные». Судить соревнования будет наше уважаемое жюри. За победу команда «Хищники» получит кость, а «Травоядные» — банан. Итак, готовы?

Дети *(хором)*. Да!

Дети формируют две команды и принимают участие в эстафете «Болото».

Наступая только на круги, дети перебираются на противоположную сторону зала.

Мартышка. Какие вы молодцы! Как быстро вы перебрались через болото. А теперь впереди скала, но после урагана большой проход завалило камнями, остался только узенький лаз. Боюсь, что вы не сможете его преодолеть.

Ведущий. Конечно, ведь ребята сюда и приехали, чтобы показать, какие они ловкие и сильные. Предлагаю поучаствовать в эстафете «Туннель».

Дети в ходе эстафеты пролезают в «туннель» (мешок с отсутствующим дном), а обратно к своим командам возвращаются бегом.

Мартышка. Ох, и скалы вам нипочем! Но впереди еще сложнее преграда.

Преградила путь река —
И быстра и глубока.
Лишь по мостику ползком
На тот берег попадем.

Ведущий. Ну что, ребята, попробуем справиться и с этой задачей?

Дети отвечают.

Тогда туда ползем по скамейке на животе с помощью рук, а обратно бегом.

Организуется эстафета «Горная река». Дети устремляются вперед, добегают до скамеек, ползут по ним на животе, а обратно возвращаются бегом.

Мартышка. Какие же ловкие ребята оказались на моем острове! Позади у нас остались болото, скалы и река и привела я вас на мою любимую полянку.

Ведущий. Ребята, немного нужно отдохнуть. Давайте сделаем привал. Садитесь на скамейки. Вот мы и осмотрелись вокруг. Интересно на острове. А людей здесь, действительно, нет. Только бабочки порхают да птицы поют.

Мартышка. Ребята, а вы любите отгадывать загадки?

Дети *(хором)*. Да!

Мартышка. Тогда попробуйте отгадать, какие животные живут на моем острове? Вот вам первая загадка:

Узнать его нам просто,
Узнать его легко.
Высокого он роста
И видит далеко.
(Жираф.)

Возле речек и болот
Этот тучный зверь живет,
Очень вспыльчив, очень строг,
На носу имеет рог.
(Носорог.)

Шелестя, шурша травой,
Проползает кнут живой.
Вот он встал и зашипел:
Подходи, кто очень смел.
(Змея.)

Как большая кошка он
Грациозен и умен.

Но не любит разных игр
Полосатый грозный ... *(тигр)*.

Ему сочувствуют напрасно —
Он бегает всегда прекрасно,
По пустыне совершая
марш-бросок.
А с испуга прячет голову
в песок.
(Страус.)

Что это за коняшки —
На всех надеты тельняшки?
(Зебры.)

Молодцы, ребята! Всех животных отгадали! Вы не только быстрые и ловкие, но еще очень сообразительные.

Ведущий. Всему этому, Чичи, мы научились в нашем детском саду.

Пора нам начать обживать остров. Первое, что нужно сделать на необитаемом острове — это развести огонь. А сначала принести дрова для костра.

Мартышка. Я вам подскажу: дрова находятся на другом берегу болота, которое нужно перейти по кочкам, там взять одно полено и принести к своей команде.

Организуется эстафета «Разведи огонь». Дети в составе команд перебираются через «болото», приносят дрова и складывают их на импровизированном «кострище».

Ведущий. Молодцы, ребята! Теперь мы сможем и воду вскипятить и обогреться.

Пора бы нам немного подкрепиться. Ребята, а как вы думаете, чем можно питаться на необитаемом острове? *(Дети отвечают.)* Давайте для начала попробуем отведать тропических фруктов. Чичи, подскажи, где можно их достать?

Мартышка. О, здесь недалеко находится тропический лес, вот там вы и соберете все, что нужно. Но достать фрукты будет непросто. Висят они высоко. Справитесь?

Ведущий. Конечно! Ведь мы очень любим бегать и прыгать. Сейчас мы посмотрим, какая из команд быстрее и больше соберет фруктов. Вот у нас есть две корзины, которые очень хорошо подойдут для сбора.

Проводится эстафета «Сбор фруктов». На деревьях висят муляжи фруктов. В ходе эстафеты игроки команд пролезают в обруч, подбегают к дереву, срывают какой-либо фрукт и бегом возвращаются к своей команде, где складывают принесенные фрукты в корзину.

Мартышка *(заглядывает в корзины)*. Ого, сколько вы набрали! Молодцы! Этих запасов вам хватит надолго. Только что теперь я есть буду?

Ведущий. Не расстраивайся, Чичи! Мы с тобой поделимся. Угощайся, пожалуйста!

Ребята отдают мартышке одну корзину с фруктами.

Что-то мы проголодались. Чичи, фрукты — это, конечно, хорошо, но, может быть, на твоем острове есть другая пища?

Мартышка. Есть. Ведь мы находимся на берегу океана. А там водится много разной рыбы.

Ведущий. А давайте мы сейчас проверим, кто же из вас, уважаемый Кот или Мартышка, лучший рыбак. Кто из вас будет, за какую команду рыбачить?

Кот. Я, конечно же, за «Хищников».

Мартышка. Ну, а я за «Травоядных».

Ведущий. Внимание, рыбаки! Ваша задача набрать как можно больше хвостиков. Дети, покажите, какие у вас красивые хвостики! Рыбалка будет закончена по звуковому сигналу (свистку взрослого).

Проводится игра «Рыбки».

Раз, два, три — лови.

Кот и Мартышка должны схватить ленточки с рыбками, которые им бросают ребята. Весь «улов» складывается в котелки. По звуковому сигналу игра прекращается. Молодцы, рыбаки! Славно порыбачили! Сейчас мы узнаем, у какой команды лучше улов. *(В котелках подсчитывает число пойманных рыбок.)*

Мартышка. Таких удачливых рыбаков давно я не видела.

Ведущий. А теперь, ребята, пришло время прощаться, домой нам возвращаться. Давайте попрощаемся с хозяевами острова. Вот и самолеты уже прилетели за нами. Занимаем места согласно посадочным талонам.

Мартышка. Подождите, не улетайте! За вашу смелость, быстроту и находчивость я хочу вас угостить моими любимыми фруктами! *(Раздает ребятам угощения.)*

Кот

Наконец мы снова дома,
Все вокруг для нас
знакомо,
Приключениям конец,
Кто трудился — мо-ло-дец.

Предлагаем вашему вниманию книгу

ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ СЮЖЕТНЫЕ ЗАНЯТИЯ С ДЕТЬМИ 3—4 ЛЕТ

Автор — Анферова В.И.

В пособии представлены конспекты занятий по физкультуре на весь учебный год для детей второй младшей группы. Данное пособие поможет научить детей 3—4 лет свободно двигаться и ориентироваться в пространстве, приобретать двигательные навыки, раскрывать природные способности.

Предназначено инструкторам по физической культуре, воспитателям детских садов.

Итоги конкурса «Воспитатель года России – 2012»

Ярким и знаменательным событием для педагогического сообщества нашей страны стало проведение III Всероссийского профессионального конкурса «Воспитатель года России — 2012». Уже в третий раз Профсоюз работников образования и науки РФ и Минобрнауки РФ организуют и проводят его в целях привлечения внимания органов государственной власти, широкой научной и педагогической общественности к проблемам развития дошкольного образования в современных социально-экономических условиях, формирования позитивного общественного мнения о профессии педагога ДОУ.

Во Всероссийском конкурсе педагогического мастерства участвовали педагоги ДОУ из 64 регионов России (воспитатели, музыкальные руководители, воспитатели по физкультуре, учителя-логопеды). Традиционно в конкурсную программу входили творческая презентация, проведение мероприятия с детьми в детских садах Москвы, участие в круглом столе. Помимо обязательной программы 42 конкурсанта приняли решение участвовать в дополнительном испытании и предоставили свои творческие работы на конкурс-выставку «Мир увлечений» (национальный костюм, картины в технике пластинографии, коллекция вязаной одежды, вязаные куклы, украшения, пластилиновая живопись, вышивка, фотографии любимых воспитанников и др.). Отличительной особенностью конкурса 2012 г. стала интернет-трансляция мастер-классов 10 лауреатов: Афонского Аркадия Дмитриевича (Республика Саха — Якутия), Голубевой Светланы Анатольевны (Тульская область), Гордеевой Елены Олеговны (Тамбовская область), Ивановой Ирины Александровны (Курганская область), Игнатчик Оксаны Анатольевны (Санкт-Петербург), Карагулиной Елены Евгеньевны (Республика Коми), Меньшиковой Любови Викторовны (Москва), Петровой Ирины Викторовны (Иркутская область), Синявской Натальи Александровны (Калининградская область), Терезановой Ольги Ивановны (Хабаровский край). По словам начальника отдела по связям с общественностью ЦС Общероссийского профсоюза

работников образования Елены Елшиной, благодаря Интернету данные мастер-классы посмотрел каждый детский сад России.

В Большом концертном зале Российской академии наук 23 ноября 2012 г. прошла торжественная церемония закрытия конкурса, и состоялось награждение победителей и участников. Каждому участнику были вручены памятные сувениры. Среди спонсоров конкурса было и издательство «ТЦ Сфера». Генеральный директор издательства Т.В. Цветкова поздравила участников конкурса и вручила приз номинанту конкурса Л.В. Меньщиковой, представляющей Москву.

Главные призы — «Хрустальные жемчужины» — достались двум педагогам. Победителями III Всероссийского профессионального конкурса «Воспитатель года России — 2012» стали Ольга Терезанова, воспитатель детского сада № 105 г. Комсомольска-на-Амуре Хабаровского края, и Аркадий Афонский, воспитатель Томторского детского сада «Мичээре» Мегино-Кангаласского улуса Республики Саха (Якутия).

Поздравляем победителей и желаем им дальнейшего творческого роста!

Журналы «Воспитатель ДОУ» и «Управление ДОУ» будут знакомить читателей с конкурсантами 2012 г. — их педагогической миссией, жизненным кредо и практическими разработками. Ознакомление с передовым опытом для многих практиков ДОУ может стать стимулом к участию в будущих конкурсах. Замечательно, что в нашей стране так много талантливых, преданных своему делу педагогов, и они по праву составляют гордость России!

Материал подготовлен
Е.В. Бояковой
и М.Ю. Парамоновой

УВАЖАЕМЫЕ КОЛЛЕГИ!

Издательство «ТЦ Сфера» приглашает посетить наш Интернет-сайт www.tc-sfera.ru

В новой версии сайта издательства «ТЦ СФЕРА» мы постарались учесть все замечания посетителей нашего сайта к его оформлению и содержанию и сделать новый вариант удобнее, доступнее и полезнее.

Что нового

В новой версии, как и прежде, посетители сайта могут сделать заказ на книги издательства, познакомиться с новинками, узнать новости из жизни издательства, почитать избранные главы из книг и статьи из журналов, опубликовать свой материал.

Чего не было раньше, так это возможности приобрести наши книги в электронном виде: оплатить их с помощью SMS или электронных денег и немедленно загрузить файлы на свой компьютер.

Кроме того, теперь пользователи, размещающие свои статьи на сайте, смогут самостоятельно редактировать их. Создав на сайте новую статью, пользователь может сам исправить все недостатки ее оформления, проявившиеся при переносе из текстового редактора на страницу сайта. Ждать публикации не требуется, теперь все в ваших руках!

Что впереди

В наших ближайших планах:

- отправка по запросу сертификата о публикации (разместив на сайте свою статью, автор может прислать заявку на сертификат, который получит по почте);
- скидки и льготы самым активным пользователям, публикующим свои материалы и комментирующим чужие;
- создание на сайте раздела с удаленными семинарами и курсами повышения квалификации.

В общем будет интересно! Заходите на книжный сайт издательства www.tc-sfera.ru! А на сайте www.apcards.ru познакомьтесь с нашей наглядной и поздравительной продукцией.

И, конечно, мы всегда рады посетителям сайтов наших журналов:

http://www.udou.ru; **www.vdou.ru**; **www.mrdou.ru**; **www.logoped-sfera.ru**

Предлагаем вашему вниманию книги для укрепления здоровья детей

ЗАНЯТИЯ В БАССЕЙНЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ

Автор — Рыбак М.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.

ЗАНЯТИЯ ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ С ДЕТЬМИ 3—7 ЛЕТ

Авторы — Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г., Сергиенко Н.Н.

Предложена система физкультурных занятий, направленных на коррекцию нарушений функций опорно-двигательного аппарата и укрепление здоровья часто болеющих детей дошкольного возраста. Структура организации оздоровительной работы в ДОУ, конспекты физкультурных занятий и примерное планирование.

ЗАНЯТИЯ ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ В ДЕТСКОМ САДУ
Игровой стретчинг

Автор — Сулим Е.В.

Цель данного издания — повысить интерес детей к физкультурным занятиям за счет введения увлекательных упражнений игрового стретчинга. Книга содержит конспекты-сценарии сюжетно-игровых занятий, спортивных сказок и более 80 разнообразных упражнений по игровому стретчингу. Также представлены загадки и стихотворения, необходимые для выполнения упражнений.

ИГРЫ, КОТОРЫЕ ЛЕЧАТ
Для детей от 5 до 7 лет

Авторы — Бабенкова Е.А., Федоровская О.М.
Обложка, 64 с. Формат 60x90/16

В методическом пособии представлены критерии оценки физического и психического здоровья детей старшего дошкольного возраста, дано описание разнообразных упражнений и оздоровляющих подвижных игр. Классификация игр и упражнений приводится в соответствии с состоянием здоровья, уровнем физического развития ребенка и режимом дня (видом занятий и нагрузкой) и охватывает все разновидности игровой деятельности детей: от простейшей гимнастики до активного отдыха.

Предлагаем вашему вниманию книги серии «Новый детский сад с любовью»

ДНИ ЭТИКИ В ДЕТСКОМ САДУ
Планирование, игры, сказки, стихи

Автор — Алябьева Е.А.

Методическое пособие включает в себя материалы, содержание которых направлено на нравственное воспитание детей 3—7 лет. Автор предлагает тематические дни по всем возрастным группам, сказки, стихи, ситуации нравственно-этического характера, которые помогут взрослым воспитать в детях основы нравственности и культуры поведения.

ИНТЕГРИРОВАННЫЕ РАЗВЛЕЧЕНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ

Авторы — Зацепина М.Б., Быстрюкова Л.В., Липецкая Л.Б.

В методическом пособии представлен опыт взаимодействия взрослых и детей в ДОУ — сценарии итоговых театрализованных мероприятий. Может быть использовано в работе с детьми 5—7 лет воспитателями и музыкальными работниками дошкольных образовательных учреждений, педагогами учреждений дополнительного образования детей и гувернантками.

ТЕМАТИЧЕСКИЕ ДНИ И НЕДЕЛИ В ДЕТСКОМ САДУ
Планирование и конспекты

Автор — Алябьева Е.А. 2-е изд.

Представленные в пособии тематические дни и недели, проводимые во время каникул и в течение года, помогут сделать жизнь детей в детском саду более интересной, разнообразной, занимательной. Творческие идеи послужат примером нестандартного мышления педагога, ухода от обыденности, штампов в работе с детьми второй младшей, средней, старшей и подготовительной к школе групп дошкольных образовательных учреждений.

РИСОВАНИЕ НА АСФАЛЬТЕ С ДЕТЬМИ 4—7 ЛЕТ

Автор — Королева Т.В.

В книге представлены хорошо принимаемые детьми занятия по рисованию на асфальте, раскрыта полная методика их проведения.

Ознакомление с основами композиции, выразительностью цвета и гармонией колорита, геометрическими формами, пропорциями, а также жанрами живописи (пейзажем, натюрмортом, портретом) делает ребенка эстетически развитым человеком, открывая ему дверь в мир прекрасного.

Детский сад - Дом радости приглашает на курсы

Наталья Михайловна КРЫЛОВА,
Президент АНО «Дом радости», канд. пед. наук, доцент, автор Программы «Детский сад — Дом радости», в 2013 году проводит авторские курсы

Город	Дата	Контакты
1	2	3
ИЖЕВСК («Альтернатива»)	**Февраль** **12-15** (мл. гр.); **15-18** (ср. гр.); **19-22** (ст. и подг. гр);	Соловьева Наталья Валерьевна 8 (3412) 73-06-17 (раб.), 8 (912) 743-37-73 (дом.)
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ (Центр «Дом радости»)	**Март** **11–14** (мл. гр.); **15–18** (ср. гр.);	Крылова Наталья Михайловна 8 (911) 973-47-68
ЕКАТЕРИНБУРГ	**Март** **29–31** (мл. гр.)	Шутова Наталья Владимировна 8 (904) 384-94-63
ПЕРМЬ (Гуманитарно-педагогический университет)	**Апрель** **1–4** (мл. гр.); **5–8** (ср. гр.); **9–12** (ст. и подг. гр.)	Переведенцев Владимир Михайлович 8 (342) 238-64-73 (раб.), 222-82-92 (дом.), 8 (919) 446-06-73
МОСКВА	**Май–июнь** **22–25** (мл. гр.); **27–30** (ср. гр.); **31–4** (ст. и подг. гр.);	Отюцкая Наталья Саввовна 8 (495) 590-32-30 (дом.), 8 (916) 168-64-36
АЗОВ (Отдел Образования администрации Азовского района)	**Июнь** **17–19** (мл. гр.)	Сафронова Ирина Юрьевна 8 (863) 426-40-70 (раб.), 8 (863) 426-14-74
ТАГАНРОГ (НМЦ УО)	**Июнь** **20–23** (ср. гр.)	Лукьяненко Вера Николаевна 8 (86344) 64-83-50 (раб.), 8 (908) 510-10-75
РОСТОВ-НА-ДОНУ (ИПК и ПРО, фак-т дошк. образования и нач. школы)	**Июнь** **24–27** (ст. и подг. гр.);	Сундукова Алла Константиновна 8 (863) 255-71-39 (раб.); Баландина Людмила Александровна 8 (863) 55-71-39

1	2	3
БАРНАУЛ (Управление Алтайского края по образованию и делам молодежи)	**Сентябрь** **09–12** (мл. гр.); **16–19** (ср. гр); **19–22** (ст. и подг. гр.). **13–15** (Бийск)	Прохода Маргарита Владимировна 8 (905) 925-90-66
КЕМЕРОВО (МБУ ДОО ДПО «НМЦ»)	**Сентябрь** **23–26** (мл. гр.); **27–30** (ср. гр.) **Октябрь** **1–4** (ст. и подг. гр.)	Игнатьева Наталья Михайловна 8 (951) 170-09-97 (раб); Сергушичева Татьяна Юрьевна 8 (904) 999-05-18 (раб.)
ОМСК (Государственный педагогический университет)	**Октябрь** **7–10** (ст. и подг. гр.)	Тимошенко Людмила Васильевна 8 (950) 332-39-73
ПЕРМЬ (Гуманитарно-педагогический университет)	**Октябрь** **14–17** (мл. гр.); **18–21** (ср. гр.)	Переведенцев Владимир Михайлович 8 (342) 238-64-73 (раб.), 222-82-92 (дом.), 8 (919) 446-06-73

На курсах слушатели могут приобрести «маршрутные листы» — перспективное планирование ежедневной работы для воспитателей средней и подготовительной группы (к изданию готовятся новые тома технологии и маршрутных листов для воспитателей младшей и старшей групп), а также сценарии ежедневной работы воспитателя для каждой возрастной группы.

Слушатели авторских курсов получат сертификат о повышении квалификации и оформят расписку об охране авторских прав на использование книг. Успешность внедрения Программы обеспечивается также 13 учебными DVD и фотоматериалами.

Связывайтесь с организаторами в городе, который Вы выбрали для обучения. Можно выслать деньги по безналичному расчету (номер счета см. на сайтах tc-sfera.ru, dom-radosty.ru).

Просим передать эту информацию всем заинтересованным во внедрении Программы «Детский сад — Дом радости».

Принимаем заявки на проведение семинаров Н.М. Крыловой в других городах России: 123@tc-sfera.ru, (495) 656-75-05.

Зарегистрироваться и узнать подробнее о курсах можно на сайтах www.tc-sfera.ru, dom-radosty.ru

ДОМ РАДОСТИ — ЭТО ВОСПИТАНИЕ НАЦИОНАЛЬНОЙ ЭЛИТЫ РОССИИ!

ВЫБИРАЙТЕ ЛУЧШЕЕ!

Семинары для педагогов дошкольного образования

Издательство «ТЦ Сфера» предлагает посетить занятия для методистов, воспитателей, коррекционных педагогов, психологов, логопедов.

Занятия проводят *Ирина Владимировна Мальцева* — педагог-психолог, автор более 100 книг и развивающих игр для детей раннего, дошкольного и младшего школьного возраста, в том числе коррекционных пособий, *Ушакова Оксана Семеновна* — доктор пед. наук, профессор, зав. лабораторией развития речи и творческих способностей ИППД РАО.

На семинарах можно приобрести:
— презентации по теме семинара;
— таблицы по теме семинара;
— список необходимой литературы;
— диск с материалами семинара;
— необходимые пособия.

Участники получат свидетельства о прохождении обучения.

По результатам семинаров будет осуществляться набор в **мастер-группу** «Как построить, организовать и развить консультационную практику» (по данной тематике).

Семинары будут проходить в помещении издательства **по адресу**: Москва, ул. Сельскохозяйственная, д. 18, к. 3, ближайшая станция метро «Ботанический сад», что очень удобно, так как можно совместить семинар с посещением Центра образовательной книги, где продаются книги по издательской цене. (Адрес может быть изменен, о чем перед семинаром будет сообщено.)

Продолжительность каждого семинара — 3 ч (с 10.00 до 13.00). **Стоимость участия** — 700 руб. (при условии предоплаты); 1000 руб. (при оплате непосредственно на семинаре.)

Зарегистрироваться и узнать подробнее об авторах, программах, содержании и раздаточных материалах семинаров можно на сайте: **http://www.tc-sfera.ru/razvitie-rebyonka-seminary.**

Справки по телефонам: (495) 656-73-00, 656-70-33, (499) 181-09-23 или E-mail: 123@tc-sfera.ru.

Программа семинаров
(1-е полугодие 2013 уч. г.)

Дата, тема	Содержание
30.03.13 Языковые стратегии обучения современных детей среднего и старшего дошкольного возраста, в том числе детей-билингвов. Комплексные речевые программы и их модификации	1. Языковые стратегии обучения русской грамоте. Лингвистическая интуиция и проблемы развития чувства языка у современных детей, в том числе детей-билингвов. Основные программы-технологии для детей 4—5,5 лет / 5,5—7 лет. 2. Познавательные стратегии обучения. Модальности — сенсорные способы познания окружающего мира. Характеристика групп риска. Сенсорный потенциал речевых программ-технологий. 3. Психолого-педагогический портрет современного ребенка. Этапы развития детского мышления. Характеристика групп риска. Интеллектуальный потенциал речевых программ-технологий
13.04.13 Успешные стратегии повышения практической грамотности старших дошкольников и младших школьников	1. Работающие технологии в современной педагогической практике: представление, обоснование, возможности и особенности применения. 2. Работающие технологии в организации учебного материала на примере авторских учебных пособий
16.02.13, 27.04.13 Программа развития современного ребенка раннего возраста: проектирование, сопровождение, обогащение	1. Основные модули развивающей программы — сензитивные периоды развития и базовые навыки ребенка с рождения до трех лет. 2. Типы современных развивающих игр и их применение в развитии базовых навыков ребенка раннего возраста. 3. Современные педагогические технологии в развитии ребенка раннего возраста: обзор, выделение явного и скрытого потенциала, правила применения
2.03.13, 27.04.13, 18.05.13 Программа развития современного дошкольника 3—6 лет: проектирование, сопровождение, обогащение	1. Основные модули развивающей программы — сензитивные периоды развития и базовые навыки ребенка дошкольного возраста в каждый из возрастных периодов. 2. Образовательные пакеты — доминантные игры и пособия в развитии базовых навыков детей дошкольного возраста: обзор, определение развивающего потенциала, пути и особенности использования. 3. Современные педагогические технологии в развитии предметных умений детей дошкольного возраста: обзор, выделение явного и скрытого потенциала, правила применения
16.03.13 Формирование естественной потребности ребенка к письменной речи: основные стратегии развития	1. Обоснование актуальности развития потребности к письменной речи у старших дошкольников. 2. Формирование языкового портфеля дошкольника. Лексические, грамматические и синтаксические игры. Развитие способности считаться с отсутствующим собеседником. 3. Развитие навыков слушателя и читателя. Современные технологии обучения читательской способности: обзор, определение развивающего потенциала, пути и особенности использования

Уважаемые коллеги!

Подготовка журнала в печать — длительный процесс, требующий слаженной работы целого творческого коллектива. Чем лучше подготовлен материал, тем больше шансов, что он будет издан. У нас приняты требования к предоставляемым рукописям.

1. В начале даются: *название статьи, информация об авторах* (фамилия, имя, отчество, место работы и должность без сокращений и аббревиатур, ученая степень и ученое звание (если есть), домашний адрес (с индексом), e-mail и телефон; *список ключевых слов* (не более 5—6); *краткая аннотация статьи* (не более 3—4 предложений).

2. *Текст* и *таблицы* в формате Microsoft Word; шрифт Times New Roman, размер шрифта — 12; межстрочный интервал — 1,5; поля с каждой стороны — 2 см; отступы и интервалы — 0; отступ первой строки — 0,5.

3. *Графики* и *диаграммы* создаются средствами Microsoft Exel, *рисунки* и *фотографии* предоставляются отдельными файлами в формате TIF, JPEG (разрешение 300 dpi — для цветных, 600 dpi — для черно-белых).

4. Таблицы и графические объекты нумеруются, снабжаются заголовками и вставляются в текст после ссылки на них. Если необходимо, даются подрисуночные подписи и условные обозначения.

5. Все литературные источники и ссылки на них должны быть тщательно выверены авторами. Прямое цитирование или использование идей других авторов допускается только при точной ссылке на книгу (статью). При наличии стихотворений (прозы) других авторов обязательна ссылка на автора (ФИО).

6. Список литературы приводится в алфавитном порядке с указанием фамилии и двух инициалов автора, полного названия, места и года публикации, номера страницы. Ссылки в тексте статьи указываются в скобках: номер книги или статьи из списка и номер страницы (например: [2, с. 27]). Постраничные сноски нежелательны.

7. При ссылке на официальные нормативные документы указываются вид документа, принявший орган, дата и номер принятия, название. Допускаются ссылки только на действующие нормативные документы.

8. Объем материала — от 5 до 15 страниц. Редакция оставляет за собой право сокращать и редактировать материал в соответствии с концепцией журнала.

9. На последней странице статьи заполните анкету автора.

10. Вышлите статью по адресу: **129626, Москва, а/я 40** или **e-mail: dou@tc-sfera.ru**

Анкета автора журнала

Фамилия, имя, отчество (полностью); дата рождения (число, месяц, год); место работы, должность; ученая степень, ученое звание; домашний адрес (с индексом), телефон, e-mail; паспортные данные (серия, номер, кем и когда выдан); ИНН и номер страхового пенсионного свидетельства.

ВАЖНО! Представление в редакцию работ, отправленных на рассмотрение или опубликованных в других изданиях, не допускается и преследуется по закону!

Созвездие подписных изданий для дошкольного образования!

На наши журналы можно подписаться с любого месяца!

2013 1-е полугодие

	Индексы в каталогах		
	Роспечать	Пресса России	Почта России
Комплект: **«Управление ДОУ» с приложением; «Методист ДОУ», «Инструктор по физкультуре», «Медработник ДОУ»;** **Рабочие журналы для:** **— воспитателя группы детей раннего возраста** **— воспитателя детского сада** **— заведующего детским садом** **— инструктора по физической культуре** **— музыкального руководителя детского сада** **— педагога-психолога** **— старшего воспитателя** **— учителя-логопеда**	**36804** Подписка только в первом полугодии	**39757** (без рабочих журналов)	**10399** (без рабочих журналов)
«Управление ДОУ» с приложением и один выпуск «Методист ДОУ»	**82687**		
«Управление ДОУ»	**80818**		
«Медработник ДОУ»	**80553**	**42120**	
«Инструктор по физкультуре»	**48607**	**42122**	
«Воспитатель ДОУ» с библиотекой	**80899**	**39755**	**10395**
«Воспитатель ДОУ»	**58035**		
«Логопед» с библиотекой и учебно-игровым комплектом	**18036**	**39756**	**10396**
«Логопед»	**82686**		

Чтобы подписаться на все издания для специалистов дошкольного воспитания Вашего учреждения, вам потребуется **три индекса**:

36804, 80899, 18036 — Роспечать

Подписаться на наши издания можно по каталогам «РОСПЕЧАТЬ», «ПРЕССА РОССИИ», «ПОЧТА РОССИИ»

Если вы не успели подписаться на наши издания, то можно заказать их по почте наложенным платежом по **адресу**: 129626, Москва, а/я 40.
Тел.: (495) 656-75-05, 656-72-05, (499) 181-34-52;
по **E-mail**: sfera@cnt.ru; в **интернет-магазине**: www.tc-sfera.ru

В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ

- Современные подходы к физическому воспитанию дошкольников
- Здоровьесберегающие технологии как фактор самореализации личности ребенка
- Воспитание у детей ценностного отношения к здоровью
- Информационная компетентность дошкольников в области физической культуры
- Организация туристских прогулок с дошкольниками

Уважаемые коллеги!

Проверьте, все ли номера наших журналов имеются в библиотеке вашего учреждения. *Можно заказать наложенным платежом предыдущие номера* ***журналов*** *и* ***приложений*** *к ним. В заявке укажите свой точный индекс, адрес, наименование журнала. (Количество журналов ограничено.) Журналы предыдущих лет издания можно приобрести по 15 руб. в нашем Центре образовательной книги.*

И «ИНСТРУКТОР ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ» 2013, № 1 (29)

Научно-практический журнал
ISSN 2220-1467

Журнал издается с 2008 г.

Выходит 8 раз в год: с февраля по май, с сентября по декабрь

Учредитель и издатель
Т.В. Цветкова

Главный редактор
М.Ю. Парамонова

Литературный редактор
А.А. Сахаров

Оформление, макет
Т.Н. Полозовой

Дизайнеры обложки
В. Чемякин, Е.В. Кустарова

Корректоры
Т.Э. Балоунова, Л.Б. Успенская

Фото на обложке
Е.В. Кустаровой

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:
Москва, ул. Сельскохозяйственная, д. 18, корп. 3. Тел./факс: (495) 656-70-33, 656-73-00.

Почтовый адрес:
129626, Москва, а/я 40.
E-mail: dou@tc-sfera.ru; www.tc-sfera.ru

www.udou.ru

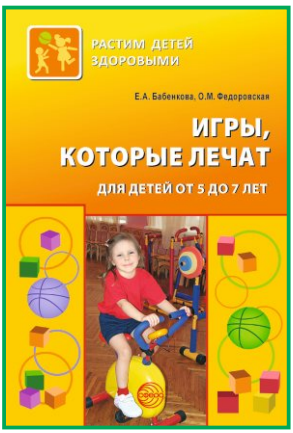
Рекламный отдел:
Тел.: (495) 656-75-05, 656-72-05

Номер подписан в печать 14.01.13.
Формат 60×90 1/16. Усл. печ. л. 8. Тираж 5800 экз.
Заказ №

© Журнал «Инструктор по физкультуре», 2013
© ООО «ТЦ СФЕРА», 2013

Издательство «ТЦ СФЕРА»
представляет книги серии

РАСТИМ ДЕТЕЙ ЗДОРОВЫМИ



Издательство
«Творческий Центр Сфера»

Адрес: Москва, ул. Сельскохозяйственная, д. 18, к. 3 (м. Ботанический сад)
Книга-почтой: 129626, Москва, а/я 40, «ТЦ СФЕРА»
Тел./факс: (495) 656-72-05, 656-75-05 (реализация) 656-73-00, 656-7033 (редакция)
E-mail: sfera@cnt.ru
Сайты: www.tc-sfera.ru (книги), www.apcards.ru (открытки), www.udou.ru (журналы)