

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ

«ДЕТСКИЙ САД № 22 «СИНЯЯ ПТИЦА»



**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ
ТЕХНОЛОГИЙ В СИСТЕМЕ
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С
ДОШКОЛЬНИКАМИ**
Сборник материалов по проекту
«Каникулы в детском саду»



Салехард 2020

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №22 «Синяя птица»
(МБДОУ «Детский сад №22 «Синяя птица»)



ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В СИСТЕМЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДОШКОЛЬНИКАМИ Сборник материалов по проекту «Каникулы в детском саду»



Салехард 2020

Печатается по решению педагогического совета.

В сборник «Каникулы в детском саду» входит материал из опыта работы инструкторов по физической культуре, воспитателей, музыкального руководителя МБДОУ «Детский сад №22 «Синяя птица».

Составители и редакторы: Л.И. Шумилова инструктор по физической культуре, О.А. Зюзина музыкальный руководитель МБДОУ «Детский сад №22 «Синяя птица».

Сборник включает в себя методический и практический материал участников педагогического коллектива.

Данный материал является итогом обобщённой работы коллектива педагогов по годовой задаче: «Сохранение и укрепление здоровья детей посредством оптимизации здоровьесберегающих педагогических технологий и координации работы специалистов».

Спланированная работа для педагогов, детей и родителей по проекту «Каникулы в зимнем саду» позволила выполнить поставленную задачу в полном объёме. Обновлённые педагогические методы работы, используемые в рамках проекта, направлены на обогащение знаний педагогов, детей и родителей по формированию основ культуры здоровья дошкольников в детском саду и семье.

Материалы размещены в соответствии с планом проекта «Каникулы в детском саду».

Содержание

Аннотация	7
Проект «Каникулы в детском саду» Инструктор по физической культуре Л.И. Шумилова. Актуальность	8
План мероприятий по проекту «Каникулы в детском саду!»	10
Подвижные игры в системе оздоровительной и воспитательной работы с детьми дошкольного возраста. Консультация для педагогов. Инструктор по физической культуре Л.И. Шумилова	12
График проведения подвижных игр	14
Подвижные игры для детей 4-5 лет. Воспитатель Л.И. Тоярова. Подвижные игры: «Повар и котята»; «Два мороза»	15
Подвижные игры для детей 5-6 лет. Воспитатель И.А. Романовская. Подвижные игры: «Северный и южный ветер» «Ручейки, озёра, моря и океаны»; «Ручейки побежали!»; «Пустое место».	16
Подвижные игры для детей 6-7 лет. Воспитатель: Ф.Г. Тайшина. Подвижные игры: «Охотники и зайцы»; «Оленья упряжка»; «Переправа».	18
Коррекционная работа с детьми, имеющими нарушения речи в процессе игровой деятельности (возраст 5-6 лет). Воспитатель: И.И. Абдулкатырова. Подвижные игры: «Зоопарк» Подвижная игра средней подвижности «Мышеловка» Подвижная игра малой подвижности «Снежок»	19
Подвижные игры для детей 5-6 лет коррекционной направленности. Воспитатель А.Г. Соловьева. Подвижные игры: «Лохматый пес»; «Невод».	21
Подвижные игры для детей 5-6 лет, коррекционной направленности. Воспитатель О.М. Бауэр. Подвижные игры «Медведь»; «Найди игрушку».	22
Зимний физкультурный театрализованный праздник «Вовка в снежном царстве». Инструктор по физической культуре Шумилова Л.И., воспитатель А.Н. Чупрова, муз. руководитель О.А. Зюзина	23

Пешие прогулки в «Ледовый городок». Инструктора по физической культуре <i>Л.И. Шумилова, А.Ю. Грицаник</i>	26
Упрямый мышонок. <i>Физкультурная сказка для детей среднего дошкольного возраста.</i> Музыкальный руководитель <i>О.А. Зюзина, воспитатели О.П. Нючева, Е.О. Ламдо</i>	27
Ходьба на лыжах. Инструктор по физической культуре <i>Л.И. Шумилова,</i>	31
Организованная прогулка «На прогулку за здоровьем!» с детьми старшей группы «Дюймовочка» Инструктор по физической культуре <i>Л.И. Шумилова, воспитатель Т.И. Ваганова</i>	32
Подвижные игры для развития психических процессов у дошкольников. <i>Консультация для педагогов Педагог-психолог Е.В. Шишкова</i>	33
Работа с родителями по сохранению и укреплению здоровья детей <i>Консультация для педагогов Воспитатели А.Г. Соловьева. О.М. Бауэр</i>	35
Репка. <i>Музыкальная сказка к празднику здоровья и спорта</i> Текст О. Безымянной. Музыкальный руководитель: <i>О.А. Зюзина</i>	38
Роль образовательного учреждения в сохранении и укреплении физического и психического здоровья детей дошкольного возраста <i>Семинар – практикум</i> Инструктор по физической культуре <i>Л.И. Шумилова,</i> зам по ВМР <i>Н.В. Шмыгова</i>	47
Список литературы	51

РЕЦЕНЗИЯ

На сборник материалов **«Использование здоровьесберегающих технологий в системе оздоровительной работы с дошкольниками»**
по проекту «Каникулы в детском саду».

Коллектив педагогов: Людмила Ивановна Шумилова, Алена Юрьевна Грицаник, инструктора по физическому воспитанию, Ольга Афанасьевна Зюзина, музыкальный руководитель, Идия Искандаровна Абдулкатырова Татьяна Игоревна Ваганова, Анастасия Николаевна Чупрова, Лидия Ивановна Тоярова, Ирина Анатольевна Романовская, Ольга Михайловна Бауэр, Анна Германовна Соловьева, Феодосия Геннадьевна Тайшина, Нючева Ольга Пантелеймоновна, Ламдо Елена Олеговна - воспитатели,
Елена Валерьевна Шишкова, педагог-психолог
МБДОУ №22 «Синяя птица» г. Салехард.

В системе физкультурно-оздоровительной работы дошкольной образовательной организации прочное место занимают активные виды отдыха. Именно они зарекомендовали себя наиболее приемлемой и эффективной формой оздоровления и приобщения детей и их родителей к физической культуре.

Перед педагогами стоит глубокая задача привить ребёнку необходимость быть здоровым, а значит, активным, дееспособным и не представляющим угрозы здоровью других членов общества. Необходимо воспитать у дошкольника уважение к собственному здоровью и обязанность его беречь.

Образовательная программа воспитания, образования и развития детей дошкольного возраста рекомендует в детском саду проводить каникулы два раза в год. Работа с детьми в отведённое время каникул строится таким образом, чтобы дети могли полноценно отдохнуть, получить заряд бодрости, эмоциональное удовлетворение, а также закрепить знания и научиться чему-то новому в процессе участия в мероприятиях.

Пособие раскрывает особенности содержания работы педагогического коллектива по организации и проведению каникул в детском саду, а также современный взгляд на потенциальные развивающие возможности подвижных игр, театрализованной деятельности, праздников и развлечений для детей дошкольного возраста, развитие интереса детей к здоровому образу жизни.

Сборник включает в себя методический и практический материал участников педагогического коллектива, являющийся итогом обобщённой работы по организации и проведению Зимних каникул, направленных на сохранение и укрепление здоровья дошкольников.

Цель сборника: систематизация и обобщение накопленного педагогического опыта работы специалистов, воспитателей, взаимодействию всех членов педагогического коллектива по организации и проведению Каникул

в детском саду, укреплении здоровья дошкольников, формировании у них навыков и привычек к здоровому образу жизни.

В сборнике представлены: методические разработки для педагогов ДОО, консультации для педагогов и родителей, семинар-практикум, конспекты прогулок, игр разной интенсивности, сценарии спортивных развлечений и театрализованных постановок, методические рекомендации.

Данный сборник содержит актуальный, познавательный материал, который может быть рекомендован для использования педагогам дошкольных образовательных организаций в практической работе с детьми дошкольного возраста. Практическая значимость материалов сборника заключается в возможности использования педагогами при организации и проведении Каникул в ДОО.

Аннотация

Современная педагогика всё чаще обращается к ребёнку как субъекту учебной деятельности, как к личности, стремящейся к самоопределению и самореализации, залогом которых выступают осознанность, активность, самостоятельность и положительная мотивация к процессу познания и учения в целом. Впечатления детства часто остаются в памяти на всю жизнь. И от нас взрослых, находящихся рядом с ребёнком, зависит, какими останутся эти воспоминания. Для того, чтобы жизнь детей в нашем образовательном учреждении была более разнообразной, насыщенной и интересной, педагоги стараются внедрять разные виды организации двигательной и познавательной деятельности. Это и устройство игротек, где дети не только играют, но и обучают друг друга, это и проведение викторин, конкурсов, спартакиад, досугов и развлечений.

Материалы сборника являются обобщенным опытом работы коллектива педагогов по организации и проведению мероприятий, проводимых с детьми во время зимних каникул, направленных на сохранение и укрепление здоровья дошкольников.

Образовательная программа воспитания, образования и развития детей дошкольного возраста рекомендует в детском саду проводить каникулы два раза в год. Работа с детьми в отведённое время каникул строится таким образом, чтобы дети могли полноценно отдохнуть, получить заряд бодрости, эмоциональное удовлетворение, а также закрепить знания и научиться чему-то новому в процессе участия в мероприятиях.

Чтобы отдых был содержательным и интересным, педагогами был разработан план мероприятий на весь период каникул.

Основная идея проведения мероприятий с детьми заключается в обеспечении ярко выраженной интеграции всех образовательных областей, решающих воспитательные и оздоровительные задачи.

Цель мероприятий: Способствовать формированию навыков сохранения и укрепления здоровья детей, не только в процессе проведения физкультурных занятий, но и в ярких, забавных, увлекательных формах игр. Наряду с развитием движений, воспитывать у детей честность, смекалку, этические ценности, дружеские отношения в детском коллективе. Вызывать положительный эмоциональный настрой, устойчивый интерес к творческой игровой деятельности.

В подвижных играх разной интенсивности, у детей осуществляется мощная психоэмоциональная разрядка, в результате которой возникают положительные эмоции. И чем больше положительных эмоций получает ребёнок, тем гармоничнее и радостнее предстаёт перед ним мир, уютнее и увереннее ощущает он себя в жизни.

Для планомерной работы во время проведения зимних каникул был составлен график проведения подвижных игр.

Проект «Каникулы в детском саду»

Инструктор по физической культуре
Л.И. Шумилова

Актуальность



В соответствии с новыми федеральными государственными образовательными стандартами, воспитание здоровой личности – основное требование модернизации системы образования. Педагогам дошкольного воспитания необходимо развивать в детях желание с детства следить за своим здоровьем, ведь то, формировать у них навыки здорового образа жизни на ранних

этапах. Здоровый образ жизни - это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное использование приобретённых умений и навыков детьми в процессе образовательной и воспитательной деятельности. Необходимо перенести акцент с формирования знаний, умений и навыков на формирование общей культуры ребёнка. Оказавшись в различных неожиданных ситуациях, которые угрожают жизни и здоровью детей, важно научить их адекватно себя вести.

Физкультурно-оздоровительное направление является приоритетным для нашего детского учреждения, что и позволяет укреплять и сохранять здоровье детей. Педагоги используют различные средства и методы, заложенные в основу оздоровления детей, внедряют педагогические технологии оздоровительной физической культуры и лично – ориентированного здоровьесбережения, предусмотренные общеобразовательной «Программой воспитания, образования и развития дошкольников».

Цель и задачи проекта осуществлялись путём организованных мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей по всем видам деятельности.

Цель проекта: Совершенствовать работу по охране и укреплению здоровья детей посредством оптимизации здоровьесберегающих технологий и координации работы всех специалистов.

Задачи для детей:

1. Обогащать знания детей о здоровом образе жизни через интеграцию всех образовательных областей.
2. Расширять у детей представления о многообразии физических упражнений, подвижных и спортивных игр, их пользе для здоровья.
3. Формирование эмоциональной, моральной и волевой сфер детей в процессе двигательной деятельности на свежем воздухе.

4. Формировать потребность в здоровом образе жизни средствами музыкально-театрализованной деятельности.

5. Создавать информационное пространство для родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.

Задачи для педагогов:

1. Создание информационной базы (разработка конспектов, консультаций, презентаций, планирование, подбор дидактического, методического материала, музыкального сопровождения).

2. Создать условия для благополучного и комфортного состояния детей в процессе выполнения проекта.

3. Повысить уровень двигательной активности воспитанников.

4. Разработать и внедрить в практику преемственности по вопросам ЗОЖ в семье эффективные формы сотрудничества с родителями.

Задачи для родителей:

1. Участвовать в создании семейных газет о ЗОЖ, презентаций, принимать активное участие в организованных спортивных мероприятиях детского сада и города.

Тип проекта: Познавательно-творческий.

Средства: Подвижные игры, эстафеты в спортивном зале, на свежем воздухе, пешие и лыжные прогулки, двигательные задания, театрализованная деятельность.

Продолжительность: Краткосрочный.

Участники проекта: Дети 2-7 лет, инструкторы по физической культуре, воспитатели, музыкальный руководитель, их тесное взаимодействие.

Предполагаемые результаты: В процессе реализации данного проекта обогащаются и систематизируются знания детей о здоровом образе жизни. Формируются умения и навыки активного участия детей в разных видах двигательной деятельности, в различных условиях детского сада (в спортивном и музыкальном залах, на прогулочных площадках), а также с выходом за пределы детского сада (на площади «Ледового городка»).

Проект акцентирует внимание на интеграцию различных видов детской деятельности (двигательной, игровой, умственной, познавательной). Методическая ценность проекта заключается в том, что совместная работа всего педагогического коллектива по сохранению, укреплению физического, психического здоровья дошкольников, их эмоционального благополучия дают возможность в комплексе решить поставленную задачу.

План мероприятий по проекту «Каникулы в детском саду!»

Месяц Январь	Тема, цель	Мероприятия	Ответственные
09.01	1. Консультация «Подвижная игра в системе образовательной, воспитательной и оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста». Цель. Обогащение знаний педагогов, значимости подвижной игры в режиме дня с детьми дошкольного возраста.	Консультация для воспитателей.	Л.И. Шумилова, инструктор по физическо культуре
с 13.01. по 17.01	2. Каникулярная неделя Цель: Формирование у детей способности проявлять и закреплять физические качества, умение действовать в коллективе и индивидуально, в процессе организованной подвижной игры.	Каникулы «Неделя подвижных игр». <i>Организация и проведение подвижных игр педагогами ДОУ во всех возрастных группах.</i>	Л.И. Шумилова, А.Ю. Грицаник, Инструктора по физической культуре; воспитатели всех возрастных групп.
с 20.01 по 25.01	3. Организация и проведение прогулки в зимнее время года. Цель: Закрепление и обобщение знаний детей о зимних явлениях в природе, осуществлять деятельность по закаливанию детского организма в процессе организованных мероприятий на свежем воздухе.	1.Организованная прогулка на площадке ДОУ. 2.Пешие прогулки в Ледовый городок с организацией развлечений «Зимние игры и забавы».	А.Н. Чупрова, воспитатель старшей группы «Бельчата» Л.И. Шумилова, А.Ю. Грицаник, инструктора по физической культуре
23.01.	4. Интегрированное музыкально-физкультурное занятие. Цель: Формировать у детей потребность к ЗОЖ средствами театрализованной деятельности.	Физкультурная сказка «Упрямый мышонок»	О.А. Зюзина, музыкальный руководитель, Е.О. Ламдо, О.П. Нючева, воспитатели средней группы «Бабочки»
24.01.	5. Игровая деятельность в нерегламентированное время. Цель: Обучение молодых воспитателей методам и приёмам при организации и проведении подвижных игр в режиме дня.	Открытое занятие по игровой деятельности для молодых педагогов, «Играйте на здоровье».	И.А. Романовская, воспитатель старшей группы «Гномики»
До конца января, учитывая погодные условия	6. Ходьба на лыжах (дети подготовительных групп) Цель. Совершенствовать умение ходьбы на лыжах по лыжне, скользящим шагом, преодолевая заданную дистанцию.	Акция «Лыжня зовёт!» на территории ДОУ.	Л.И. Шумилова, А.Ю. Грицаник, инструктора, воспитатели подготовительных групп

28.01.	7. Развивать наблюдательность, внимание, координацию коллективных действий, упражнять детей в ходьбе и беге, учиться ориентироваться на территории детского сада. Формировать положительные эмоциональные и нравственно-волевые проявления детей, способствовать закалке детского организма.	Организованная прогулка «На прогулку за здоровьем!»	Инструктор по ФИЗО Л.И. Шумилова, Воспитатели И.И. Абдулкатырова, Т.И. Ваганова
29.01	8. Обеспечение условий охраны психического здоровья детей. Цель: Создание и использование комфортных условий и развивающей среды для воспитания детей в детском саду.	Подвижные игры для развития психических процессов у дошкольников.	Е.В. Шишкова, педагог – психолог.
с 10.01 по 31 01	9. Работа с родителями. Цель. Создавать позитивный психологический климат между детьми и родителями в процессе совместной работы по созданию газеты.	Консультации для родителей: «Привитие культурно – гигиенических навыков и ЗОЖ в семье». «Здоровье и физическое развитие малыша 2-3 лет» «Семейная физическая культура». Здоровый образ жизни в семейном кругу (зимние игры и забавы). Совместный выпуск газеты родителей и детей.	Воспитатели групп, специалисты. Воспитатели, специалисты. Родители, дети и воспитатели группы «Дюймовочка»
31.01.	10. Музыкальная сказка «Спортивная репка» Цель. Формировать у детей потребность к ЗОЖ средствами театрализованной деятельности.	Театрализованное представление для детей 5-7 лет	О.А.Зюзина, музыкальный руководитель, Л.И.Шумилова, А.Ю.Грицаник, Е.В.Шишкова, С.Г.Манюхина, С.Н.Продьма, Н.С. Камалова, И.В. Запорожская, Н.С. Дунаева
	11. Семинар – практикум Цель. Совершенствование и обогащение знаний и умений педагогов о педагогических здоровьесберегающих технологиях в работе по сохранению и укреплению здоровья дошкольников.	Семинар – практикум «Роль образовательного учреждения в сохранении и укреплении физического здоровья детей.	Зам по ВМР Н.В.Шмыгова, инструкторы по физической культуре Л.И. Шумилова, А.Ю. Грицаник.

Подвижные игры в системе оздоровительной и воспитательной работы с детьми дошкольного возраста.

Консультация для педагогов

инструктор по физической культуре
Л.И. Шумилова



Любая игра для ребёнка-дошкольника является основным видом деятельности. Подвижная игра имеет большое значение для всестороннего, гармоничного развития ребёнка. Участвуя в подвижных играх и игровых упражнениях различной интенсивности, дети осваивают жизненно важные двигательные умения: ходьбу, бег, прыжки, лазанье, метание. В процессе подвижных игр происходит формирование у детей способности проявлять выдержку, смелость, уверенность в собственных силах, а также умение действовать в коллективе и индивидуально.

Организованные подвижные игры, как в спортивном зале, так и на свежем воздухе, игровые двигательные задания, эстафеты, помогают решить не только воспитательные, образовательные, но и оздоровительные задачи. При проведении игр с детьми младшего возраста ведущую роль берёт на себя взрослый. Среди игр в этом возрасте должны преобладать сюжеты, знакомые им из их жизни и жизни сказок. Это позволяет им лучше запомнить и усвоить содержание игры. Малышей нужно научить слушать и выполнять задание по образцу. В процессе игры использовать сказочных героев (театрализованные куклы или игрушки).

Детям старшего дошкольного возраста педагог создаёт условия для двигательного творчества, предоставляя им возможность выбрать игру, ведущего, но только в том случае, если дети знают правила поведения и правила той или иной игры. Успех игры во многом зависит от того, как дети поймут правила. Педагог внимательно наблюдает за ходом игры, по мере возможности предоставляет самостоятельность. После завершения игрового процесса педагог обсуждает с детьми ситуации игры, выявляет неверные действия, допущенные ошибки, а также отмечает положительные качества всех участников. Повторяя игру, детям даётся возможность исправить ошибки и активнее проявить себя. Детей старшего возраста интересует сам процесс и результат игры. При организации и проведении игры любой интенсивности педагог должен учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей, так как во всех возрастных группах могут быть застенчивые, робкие, быстро утомляющиеся и быстро возбудимые дети. Игры планируются в соответствии с задачами

«Общеобразовательной программы воспитания и развития детей дошкольного возраста».

Значительно реже подвижные игры применяют для оптимизации психических функций детей. Между тем, именно в подвижных играх, в условиях активной двигательной деятельности, в полной мере проявляются психические возможности ребенка, создаются предпосылки для развития произвольного поведения, формирования познавательных процессов – внимания, памяти, мышления, воображения, ориентировки в пространстве.

В коллективных играх, играх-эстафетах у детей развивается умение согласовывать свои действия с действиями товарищей, подчинять личные интересы интересам коллектива. воспитывать сдержанность, самообладание, дисциплину, чувство ответственности, а также овладевать полезными для него двигательными действиями.

Основными предпосылками плодотворного воздействия игры на участников являются: подготовка педагога, его умение в понятной увлекательной форме передать детям её содержание, создать безопасные условия для проведения игры и подготовить инвентарь.



«Играйте на здоровье!»
график проведения подвижных игр

Дата	Время	Группы	Ответственные
Понедельник	9.00- 9.15 9.20- 9.35. 9.40 -10.00. 10.10- 10.35 15.30- 15.55. 16.00-е 16.55	Младшая группа «Облачко» Младшая группа «Радуга» Средняя группа «Непоседы» Старшая группа «Бельчата» Старшая группа «Колокольчики» Подготовительная группа «Зайчата»	Воспитатели Эксперты: Зам. по ВМР Шмыгова Н.В., Инструкторы по ФК: Шумилова Л.И., Грицаник А.Ю.
Вторник	9.00- 9.15 9.30- 9.50 10.00- 10.20 10.30- 10.55 15.30 -15.55 16.00 -16.00	Младшая группа «Солнышко» Средняя группа «Пчёлки» Средняя группа «Бабочки» Старшая группа «Дюймовочка» Подготовительная группа «Матрёшки» Подготовительная группа «Неваляшки»	Воспитатели Эксперты: Зам. по ВМР Шмыгова Н.В., Инструкторы по ФК: Шумилова Л.И., Грицаник А.Ю.
Среда	9.00-9.15 9.20- 9.35 9.40-10.00 10.05- 10.30 10.35- 11.05 15.30- 16.00 16.10- 16.40	Младшая группа «Облачко» Младшая группа «Радуга» Средняя группа «Непоседы» Старшая группа «Гномики» Подготовительная группа «Ромашки» Старшая группа «Цыплята» Старшая группа «Бельчата»	Воспитатели Эксперты: Зам. по ВМР Шмыгова Н.В., Инструкторы по ФК: Шумилова Л.И., Грицаник А.Ю.
Четверг	9.00- 9.15 9.30-9.50 10.00- 10.20 10.30- 10.55 15.30- 16.00 16.10- 16.40 16.50 - 17.20	Младшая группа «Солнышко» Средняя группа «Пчёлки» Средняя группа «Бабочки» Старшая группа «Дюймовочка» Подготовительная группа «Зайчата» Подготовительная группа «Матрёшки» Подготовительная группа «Неваляшки»	Воспитатели Эксперты: Зам. по ВМР Шмыгова Н.В., Инструкторы по ФК: Шумилова Л.И., Грицаник А.Ю.
Пятница	9.00- 9.25 9.30- 9.55 10.00 - 10.25 10.30- 11.00	Старшая группа «Гномики» Старшая группа «Цыплята» Старшая группа Подготовительная группа «Ромашки»	Воспитатели Эксперты: Зам. по ВМР Шмыгова Н.В., Инструкторы по ФК: Шумилова Л.И., Грицаник А.Ю.

Подвижные игры для детей 4-5 лет.

Воспитатель Л.И. Тоярова

«Повар и котята»

Цель: Упражнять детей в различных видах ходьбы и бега, развивать быстроту реакции, сноровку, умение реагировать на слово педагога.

Ход игры: По считалке выбирается повар, который охраняет лежащие в обруче предметы – «сосиски». Повар разгуливает внутри обруча, шнура – «кухни». Дети - котята идут по кругу, выполняя различные виды ходьбы, бега, произносят текст:

Плачут киски в коридоре,
У котят большое горе:
Хитрый повар бедным кискам
Не дает схватить сосиски.

С последним словом «котята» забегают на «кухню», стремясь схватить сосиску. Повар пытается осалить вбежавших игроков. Осаленные игроки выбывают из игры. Игра продолжается до тех пор, пока все сосиски не будут украдены у повара. Выигравший котенок становится поваром.

Примечание: Нельзя раньше времени забегать в круг. Повару не разрешается хватать котят, только «салить», ему не разрешается выходить за пределы круга. Запрещено брать одновременно 2 и более предмета.



«Два Мороза»

Цель: Развивать быстроту реакции, ловкость, закреплять умение согласовывать игровые действия со словами.

Ход игры: На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома. Дети располагаются в одном из них. Водящие - Мороз Красный нос и Мороз Синий нос встают посередине зала, лицом к играющим и произносят текст:

Я – Мороз Красный нос.
Я – Мороз Синий нос.
Кто из вас решится
В путь дороженьку пуститься?

Дети хором отвечают: «Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз!»



После этих слов дети перебегают на другую сторону площадки, а Морозы стараются их поймать и заморозить. «Замороженные» останавливаются на том месте, где до них дотронулись и до окончания пробежки стоят, не двигаясь.

Подвижные игры для детей 5-6 лет

Воспитатель И.А. Романовская

Дети входят в зал, строятся полукругом.

Воспитатель: Ребята, мы пришли в спортивный зал с какой целью?

Дети: Поиграть.

Воспитатель: А вы любите играть?

Дети хором: Мы веселые ребята,
Очень любим мы играть!
И хотим вам показать!

Воспитатель: «Ребята, где мы с вами живем? (На Севере). «Правильно! Мы, живем с вами на Севере, и у нас часто дует зимой северный ветер. Охарактеризуйте мне северный ветер, какой он? (Холодный, сильный, колючий, ледяной, порывистый, ураганный, штормовой и т.д.). Но у нас бывает и южный ветер, а он какой? (Легкий, теплый, ласковый, приятный). Я вам хочу предложить поиграть в игру: «Северный и южный ветер». Поиграем? (ДА!)»

«Северный и Южный ветер»

Цель: Развивать выносливость и внимание; совершенствовать умение бегать, ориентироваться на определённом участке спортивного зала.

Оборудование: Две ленты для водящих красного и синего цвета.

Ход игры: Среди играющих выбираются два водящих. Одному одевается синяя лента – он Северный ветер, а





другому – красная – он Южный ветер. Северный ветер догоняет играющих и «замораживает» их, осаливая. Игрок, до которого он дотронулся, должен замереть и остановиться.

Южный ветер наоборот, размораживает игроков, дотрагиваясь до «замороженных». Тот, до кого он дотронулся, продолжает двигаться по площадке.

Подвижная игра «Ручейки, озёра, моря и океаны»

Цель: Учить детей бегать в колонне, держась друг за друга и перестраиваться в круги разной величины.

Ход игры: Перед началом игры воспитатель показывает детям иллюстрации с



изображением водоемов и спрашивает: «Что больше озеро или море? Что больше море или океан?». После чего предлагает построиться детям в разных частях площадки в три колонны (команды) с одинаковым количеством играющих



– это «ручейки». По команде воспитателя «Ручейки побежали!» - команды бегут в разных направлениях, не отпуская рук.



По сигналу воспитателя «Озёра!» («Моря!», «Океаны!») команды образуют круг (маленький, средний или большой), соответствующий размеру водоема.

Для игры в первый раз можно показывать детям модель круга, соответствующую сигналу. Кто быстрее из команд выстроится в круг, та команда и является победителем.

Подвижная игра «Пустое место»

Цель игры: Учить детей бегать наперегонки по кругу. Развивать быстроту реакции, внимание.

Ход игры: Дети встают в круг, поставив руки на пояс, - получаются «окошки». Выбирается водящий. Он ходит за кругом и говорит:

Вокруг домика хожу
И в окошечки гляжу.
К одному я подойду
И тихонько постучу.



После слов «постучу» водящий останавливается, произносит слова «тук-тук-тук», касаясь плеча игрока, возле которого остановился. После слов «тук-тук»



они разбегаются вокруг стоящих в кругу детей в разные направления, стараясь занять пустое место. Первый добежавший остаётся в кругу, опоздавший становится водящим.



Подвижные игры для детей 6-7 лет

Воспитатель: Ф.Г. Тайшина

«Охотники и зайцы»

Цель: Упражнять в умении метать в подвижную цель, в быстром беге, развивать быстроту реакции.

Оборудование: 2 мяча среднего размера - «ружья».

Ход игры: На одной стороне зала находятся зайцы. Посередине зала стоят два охотника, держат в руках мяч – «ружьё».

По сигналу педагога «зайцы, бегите!» дети перебегают на другую сторону зала, а охотники пытаются их «подстрелить» прежде, чем те пересекут условную линию.

При повторении игры выбираются другие водящие.

Эстафета «Оленья упряжка»

Цель: Упражнять в быстром беге, взаимодействовать в паре.

Оборудование: 2 обруча (оленьи упряжки), 2 ограничителя, 2 шапочки - «оленьи рога».

Ход игры: Дети делятся на 2 команды. В каждой выбирается упряжка, состоящая из оленя и каюра, которые стоят на противоположной стороне своей команды. По сигналу педагога «упряжки» бегут к своим командам, забирают пассажира и перевозят на противоположную сторону.



Эстафета «Переправа»

Цель: Развивать равновесие, ловкость, координацию движений.

Оборудование: Деревянные подставки- 10 см (кочки) – по 2 шт. на команду, 2 обруча (суша).

Ход игры: Играющие делятся на две команды и встают в колонны. По сигналу педагога игроки начинают переправляться через болото, наступая на «кочку»,

каждый раз переставляя ее вперед. Добравшись до «суши», ребенок берет «кочки» и возвращается бегом к команде.

Коррекционная работа с детьми, имеющими нарушения речи в процессе игровой деятельности (возраст 5-6 лет).

Воспитатель: И.И. Абдулкатырова

Игра способствует закреплению и совершенствованию правильного произношения. Наглядный материал в организованной игре разной интенсивности. В игре расширяется и обогащается лексический запас, развивается слуховое внимание, развивается координация движений.

«Зоопарк»

Цель: Развитие двигательной активности детей.

Задачи: 1. Коррекционно - образовательные: закреплять умение бегать, не мешая друг другу.

2. Коррекционно - развивающие: развивать ловкость, ориентировку в пространстве, слуховое внимание, координацию коллективных действий.

3. Коррекционно - воспитательные: воспитывать умение слышать словесные указания воспитателя.



Оборудование: Шапочки зверей, животных, обручи средней величины

Ход игры: На площадке по кругу размещаются обручи (клетки). В каждой клетке (обруче) по два зверя или животного (два медведя, две лисы, два зайца и. т. д.).

Водящий проходит и открывает клетки. Звери, животные выходят на прогулку и изображают подражательными характерными движениями – зверей или животных в соответствии с шапочками-масками. По сигналу ведущего «По клеткам!». Звери, животные возвращаются в свои клетки.



Подвижная игра средней подвижности «Мышеловка»

Цель: развитие двигательной активности детей.

Задачи:

1. Коррекционно - образовательные: закрепление умения бегать, не мешая друг другу.

2. Коррекционно - развивающие: развитие физических качеств (ловкости и быстроты).

3. Коррекционно - воспитательные: воспитывать умение слышать словесные указания воспитателя.

Оборудование: маски мышат.

Ход игры: Играющие делятся на две неравные группы. Меньшая (примерно



треть играющих) образует круг – мышеловку. Остальные изображают мышей. Они находятся вне круга. Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу то влево, то вправо, приговаривая:

Ах, как мыши надоели, развелось их, просто страсть!

Все погрызли, все поели, всюду лезут – вот напасть!

Берегитесь же плутовки, доберемся мы до вас.

Вот поставим мышеловки, переловим всех за раз!

По окончании стихотворения дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. Мыши вбегают в мышеловку и тут же выбегают, с другой стороны. По слову воспитателя «хлоп!» дети, стоящие по кругу, опускают руки и приседают – мышеловка считается захлопнутой. Мыши, не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Они тоже становятся в круг (размер мышеловки увеличивается). Когда большая часть мышей поймана, дети меняются ролями, и игра возобновляется.

Воспитатель следит за тем, чтобы дети приносили стихи выразительно, негромко, делая логические ударения, не скандируя каждый слог. В конце следует отметить наиболее ловких мышей, которые не разу не остались в мышеловке.

Подвижная игра малой подвижности «Снежок»

Цель: Способствовать развитию эмоционально - личностной сферы детей, формированию групповой сплочённости в детском коллективе.

Задачи: 1. Коррекционно - образовательные: снятие психоэмоционального напряжения.

2. Коррекционно - развивающие: развитие внимания, связанное с координацией слухового и двигательного анализаторов.

3. Коррекционно - воспитательные: получение детьми удовольствия, создание хорошего настроения;

В середине круга становится ребенок со снежком. Педагог вместе с детьми водит хоровод и читает стихотворение.

Встали дети в кружок,

Увидали снежок.

Кому дать? Кому дать?

Кому снежок передать?

Ребенок со снежком указывает на одного из передает ему снежок и при этом говорит: снежок Лене (Тане, Саше)». В середину круга выходит выбранный ребенок со снежком.



детей,
«Даю

Подвижные игры для детей 5-6 лет коррекционной направленности.

Воспитатель А.Г. Соловьева

«Лохматый пес»

Цель: Активизация речевой деятельности, развитие памяти и быстроты реакции, формирование способности имитировать животных (собаку).

Оборудование: Шапочка-маска или игрушка собака.

Ход игры: Из числа играющих выбирают «пса». Он сидит в стороне. Другие



дети медленно идут к нему, приговаривая:

Вот сидит лохматый пес,
В лапки свой, уткнувши нос.
Тихо, мирно он сидит,
Не то дремлет, не то спит.
Подойдем к нему, разбудим
И посмотрим, что же будет?"

Дети тихонько подходят и хлопают в ладоши.

«Пес» вскакивает, рычит, лает и ловит детей.

Пойманный игрок становится водящим «псом».

Методические указания. Эта игра большой интенсивности, необходимо учитывать индивидуальные и психологические особенности детей.



«Невод»

Цель. Улучшение координации движений, формирование способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений.

Ход игры: Двое игроков — «рыбаки» — берут друг друга за руки, образуя «невод». Все остальные дети — «рыбки». «Рыбаки» ловят «неводом» «рыбок». Пойманные дети берутся с «рыбаками» за руки, увеличивая «невод». Игра продолжается до тех пор, пока не останутся две непоиманные «рыбки». Они и являются победителями.

Вариант 2: «Рыбаки» произносят, текст до того, как начнут ловить «рыбок»:

Рыбка плавает в водиче,

Рыбке весело играть.

Рыбка-рыбка, озорница,

Мы хотим тебя поймать.

Во время речитатива «рыбки» плавают, выполняя различные плавные движения руками. После слов «Мы хотим тебя поймать» «рыбки» разбегаются, а «рыбаки» ловят их.

Методические указания: Нельзя ловить «разорванным неводом», то есть расцеплять руки. «Рыбаки» не должны хватать «рыбок» за руки или за одежду.

Таким образом, через подвижные игры ребенок не только укрепляет здоровье, осмысливает и познает окружающий мир, но и развивается его интеллект, фантазия, воображение, формируются социальные качества.

Подвижные игры для детей 5-6 лет, коррекционной направленности.

Воспитатель О.М. Бауэр

Подвижная игра «Медведь»

Цель: Приучать детей поочередно выполнять разные двигательные действия (убегать и ловить), выполнять движения согласно тексту, развивать ловкость.

Оборудование: Игрушка - Медведь.

Ход игры: Дети стоят на одной стороне зала, а медведь на другой (спит). Дети идут к медведю и говорят слова:

Кто уснул под дубком
И накрылся колушкой.
Тише, тише, не шуметь!
Может - это спит медведь?
Этот гость в один присест,
Как проснется, всех нас съест!



После этих слов медведь просыпается, рычит. Дети убегают, а медведь старается поймать их.

«Найди игрушку»

Цель: Учить детей ориентироваться в пространстве, выполнять действия по сигналу, развивать внимание, наблюдательность.

Оборудование: Любая игрушка среднего размера.

Ход игры: Дети стоят вдоль стены. Воспитатель показывает игрушку и говорит, что спрячет ее. Дети отворачиваются к стене. После слов «Ищи!» дети начинают искать игрушку. Игра проводится несколько раз.



Зимний физкультурный театрализованный праздник «Вовка в снежном царстве».

инструктор по физической культуре Л.И. Шумилова,
воспитатель А.Н. Чупрова
музыкальный руководитель О.А. Зюзина



Задачи: Закрепить знания детей о приметах зимы, вызывать интерес к зимним играм, забавам. Развивать двигательные умения и навыки, ориентировку в пространстве, внимание. Вызывать положительный эмоциональный настрой у всех участников праздника.

Место проведения: Прогулочная площадка детского сада.

Оформление площадки и оборудование: Прогулочная площадка празднично украшена. Ограничители 8 штук, две цветные ленты (красная, синяя), санки, лыжи, коньки, аудиозапись песен «Кабы не было зимы» (сл. Ю. Энтина, муз. Е. Крылова).

Действующие лица: Зима, мальчик Вовка.

*Дети с воспитателем выходят на площадку детского сада,
к ним навстречу выходит Зима.*

Зима: Здравствуйте, детишки, девчонки и мальчишки! Я к вам в гости пришла, вы меня узнали?

Дети: Да! Вы Зима.

Зима: Я пришла с морозами, ветрами, метелями. Вы боитесь меня?

Дети: Нет

Зима: И мороза не боитесь?

Дети: Нет!

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз.

Кто умеет веселиться, тот мороза не боится!

Зима: Люблю веселых и смелых ребят. Хотите поиграть со мной?

Дети: Да!

Зима: Я приглашаю вас в своё снежное королевство.

Зима проводит детей на празднично-украшенную площадку.

Зима: Вот мое королевство. Какое прекрасное время года - зима.

У меня есть свои ласки,

Есть чудесные деньки,

Лыжи есть, салазки, горки

Лёд зеркальный и коньки.

*Зима проходит по площадке королевства рассказывает стихотворение,
обращая внимание на лыжи, коньки, санки, горку.*

*Выбегает мальчик **Вовка**.*

Вовка: Ой, где это я, куда попал, вы кто такие и что тут делаете?

Зима: Здравствуй, мальчик! А ты кто?

Вовка: Я - мальчик Вовка из Тридевятого царства. Вот хочу Зиму повидать, да не знаю, какая она, где её найти?

Зима: Ребята поможем Вовке?

Дети: Да!

Зима: Вовка, вот послушай, ребята загадают тебе загадки. Может они помогут разобраться во всем.

Дети загадывают загадки

1. Запорошила дорожки,
Разукрасила окошки,
Радость детям подарила,
И на санках прокатила.

Вовка пытается отгадать загадку, дети помогают.

2. Снег пушистый стелется,
Улица бела,
И метет метелица,

К нам пришла (зима) *Вовка затрудняется ответить.*

3. Снег на полях
Лёд на реках,
Вьюга завывает,
Когда это бывает?

Вовка: Так это зимой бывает. Я что в зиму, что ли попал? (спрашивает у Зимы). А ты и есть Зима?

Зима: Да, Вовка, вот ты и отгадал вместе с детьми загадки о зиме. Ребята, у меня ещё есть мои приметы, приметы Зимы. Сможете отгадать?

Звезды ярко светят, это к чему?

Дети: К морозу.

Зима: А если зимой светит очень яркое солнце?

Дети: К ветру.

Зима: Как узнать, глядя в окно, есть ли ветер на улице (по деревьям, по дыму из труб). Вовка видишь, какие умные ребята.

Вовка: Нет, я умнее вас всех. А ещё сильнее всех, я самый ловкий!

Зима: Подожди хвастаться, Вовка! Давай лучше организуем соревнования среди наших ребят, да и ты покажешь свои способности.

Зима предлагает Вовке и ребятам выполнить разминку. Все встают в круг.

Дети произносят хором слова и выполняют движения, соответствующие тексту.

Разминка

Ой, Мороз, Мороз, Мороз
Щиплет уши,
Щиплет нос

Лезет в валенки Мороз
Брызнешь в воду – упадет
Не вода уже, а лёд

*дети прижимают уши сначала к правому плечу затем к левому
дети прикладывают руку к носу, круговыми движениями ладошкой потирают носы
похлопывают руками по ногам
потряхивают руками
топают ногами*



Даже птице не летится *смотрят вверх, кружатся*
От мороза стынет птица *стоят смиренно*

Зима: Ну что, ребята, разогрелись? Зимой часто дует холодный северный ветер, но ближе к весне ветра становятся теплее. Я знаю игру «Северный и Южный ветер». А вы знаете такую игру?

Дети: Да.

Зима: Давайте выберем ведущих и поиграем в игру «Северный и Южный ветер».

Дети играют в подвижную игру «Северный и Южный ветер».

Зима: Молодцы ребята! Хорошо подвигались, а теперь отдохните и отгадайте загадку:

Вдоль села пробегает – сугробы намечает (*Метель.*)

Зима: Наблюдая за игрой, я поняла, что все ребята сильные, быстрые и умелые. Предлагаю провести соревнования. Для этого нам необходимоделиться на 2 команды. И первая игра - эстафета называется «Метелица».

Воспитатель помогает детям организовать 2 команды, Вовка участвует то в одной, то в другой команде.

1 эстафета «МЕТЕЛИЦА»

Бег змейкой между ограничителями с султанчиком «метелицей» в руке. Побеждает команда, быстрее выполнившая задание.

2 эстафета «ПЕРЕНЕСИ СНЕГ В ВЕДРАХ»

Игроки набирают снег в ведра, переносят на противоположную сторону, образуя сугробы.

Побеждает команда, первой выполнившая задание и у которой больше сугроб.

Зима: Ну, вот, ребята, вы побывали в моем Королевстве! Какие вы все умные, веселые, спортивные. Мы с вами вспомнили зимние приметы, поиграли, приняли участие в эстафетах. Вовка на празднике многому научился и понял, что зима тоже хорошее время года. Ведь зимой для детей много игр и забав на свежем воздухе. Дети, вам понравилось в моем королевстве? (ответы детей.)

Вовка: А мне-то как понравилось зимой! Сейчас бы на прощание песенку спеть, да не знаю я никаких песен.

Зима: А дети знают, сейчас, Вовка, и тебя научат.

«Снежная песенка»

сл. С Богомазова, муз. Д. Львова-Компанейца

Зима: Спасибо, ребята, вам за радость, за чудесную песенку, за веселье! Я приготовила вам вкусный полезный сок, хочу вас угостить.

Зима вручает угощение воспитателю для всех участников праздника, прощается, уходит.

Дети возвращаются в группу.



Пешие прогулки в «Ледовый городок»

инструкторы по физической культуре

Л.И. Шумилова, А.Ю. Грицаник



На период каникул, по рекомендациям «Общеобразовательной программы», отменяются все обучающие занятия, планируются мероприятия с детьми для выполнения задач по оздоровлению, организации свободной деятельности. Зимнее время года достаточно суровое в нашем северном регионе. Низкие температуры воздуха ограничивают возможность двигательной деятельности, столь необходимой для нормального функционирования и развития детского организма. Но, все же, необходимо проводить насыщенные прогулки и организованные мероприятия на свежем воздухе. Недостаток

двигательной активности как раз способен восполнить период зимних каникул.

Каникулы начались с «Декады подвижных игр», проводимых в спортивном зале. В этом мероприятии участвовали все возрастные группы. Организованная игровая деятельность позволила вызвать у детей эмоциональный настрой, ощущение интересного и увлекательного отдыха, а воспитателям дала возможность обогатить свои знания, умения в практической работе, поделиться друг с другом опытом. В это время с детьми были разучены подвижные игры, используемые на свежем воздухе: «Два Мороза», «Перебежки», Северный и Южный ветер», эстафеты «Метелица», «Кто быстрее до флажка», «Гонки на оленьих упряжках» и другие



Традиционными в детском саду стали зимние пешие прогулки в «Ледовый городок», расположенный на площади спортивно-оздоровительного комплекса «Геолог». Большая территория с многофункциональными снежными и ледяными постройками позволяет реализовать ранее изученные игры и эстафеты для детей подготовительных и старших групп.



После организованной игровой деятельности детям предоставляется возможность самостоятельно выбрать вид развлечений и забав: покататься на санках-ледянках с ледяных горок, пробежаться в ледяном лабиринте, пролезть через ледяные препятствия, штурмовать снежные валы, побегать или поиграть в прятки между ледяными постройками.

Накануне таких интенсивных прогулок с воспитателями, родителями и детьми проводятся беседы о подборе правильной одежды: куртка и обувь не должны быть тяжелыми, чтоб не стеснять движений; шапочка - на завязках; шарф - не длинным.



Зимние прогулки с организованной двигательной деятельностью способствуют укреплению и закалке детского организма, приносят много положительных эмоций.

Упрямый мышонок

Физкультурная сказка для детей среднего дошкольного возраста

Музыкальный руководитель

О.А. Зюзина,

воспитатели Е.О. Ламдо, О.П. Нючева.

Цель: Формирование потребности к занятию утренней гимнастикой средствами театрализованной деятельности. Приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

Оздоровительные:

- Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки в игровой форме.

Воспитательные:

- Создать добрый, положительный настрой и радостное настроение от выполнения физических упражнений.
- С помощью положительного эмоционального фона повысить интерес, активность детей и более качественное выполнение упражнений.
- Воспитывать добрые взаимоотношения друг с другом.

Образовательные:

- Продолжать учить правильно принимать исходное положение, начинать и заканчивать упражнения по сигналу, сохраняя заданный темп.

Развивающие:

- Развивать воображение, творческие способности, художественно - речевую выразительность, эмоциональность.
- Развивать психические процессы (внимание, восприятие).

Участники: Дети среднего дошкольного возраста

Оборудование: Музыкальное сопровождение, маски героев, ТСО.

Предварительная работа: Прочитать с детьми «Сказку об упрямом мышонке» С.Я. Маршака, предложить детям сделать театрализованную постановку сказки. Распределить роли, разучить слова персонажей и ОРУ.

Дети выполняют роли персонажей сказки, воспитатель выполняет роль ведущего.

Сюжет сказки простой и знакомый. Уникальность заключается в том, что не требует строгого соблюдения последовательности появления персонажей, начинать можно с любого персонажа в постановке. Речевой материал доступен и прост. Движения героев варьируются на любой вкус и сложность, либо простые, общеукрепляющие, либо с предметами. Количество героев - по желанию, исходя из регламента времени.

Дети:

Мышонок

Мама – Мышка

Коза

Дядя Петя

Дядя Миша

Тётя Лиса

Тётя Свинка

Дядя Ёжик

Тётя Жаба

Дядя Лошадь

Тётя Кошка

*Дети, одетые в спортивную форму, входят в зал под марш
(дети-персонажи в масках), проходят по залу и садятся на стульчики.*

Ведущий: Начинаем по порядку нашу сказку, про зарядку,
И упрямого мышонка – непослушного ребенка.
Просим вас места занять - будем сказку начинать!

Все персонажи выходят и занимают соответствующие места.

♪ звучит музыкальная заставка из одноименной телепередачи «В гостях у сказки»,

Ведущий: Пела утром мышка сладко: - Мой сынок, пора вставать.
Начинать пора зарядку и кровать застилать.

Тихим голосом спросонок отвечает ей мышонок:

Ребенок – мышонок: Мама, не хочу вставать, дай ещё чуть-чуть поспать.
Мне зарядка надоела. Не хочу её я делать!
Лучше, мама, не пищи, - тренера мне поищи!

Ведущий: Побежала мышка-мать петушка скорей позвать:

Мама – мышка: Приходи к нам, дядя Петя, чтоб зарядку показать.

Ведущий: Закукарекал Петушок

Дядя Петя: Ну-ка, не ленись, дружок!
От меня не отставай - важно гребешком качай!

Перед выполнением каждого упражнения, дети встают в круг.

*(и.п. – стоя, пятки вместе, носки врозь. 1 – поворот головы с лёгким кивком к
правому плечу, 2 – и.п., 3 – поворот к левому плечу, 4 – и.п.)*

♪ «Петушок», латышская народная песня

После выполнения упражнения – дети садятся на пол в круг.

Ведущий: Но мышонок отвечает, только головой качает:

Ребенок – мышонок: Слишком сложное движенье!
Дай другое упражненье!

Ведущий: Побежала мышка-мать козу в тренеры позвать:

Мама – мышка: Приходите к нам, соседка, чтоб зарядку показать.

Ведущий: Стала бить коза копытцем

Коза: Ме-е! Ленишься – не годиться!

На копытца ты вставай, рожки кверху поднимай!

*(и. п. - стоя, ноги – узкая стойка. 1 – подняться на носки, поднять руки через
стороны вверх, посмотреть на ладони; 2 – принять и.п.)*

♪ «Жил-был у бабушки серенький козлик», русская народная песня

Ведущий: Но мышонок отвечает, только головой качает:

Ребенок – мышонок: Слишком сложное движенье!
Дай другое упражненье!

Ведущий: Побежала мышка-мать Лису в тренеры позвать:

Мама – мышка: Приходи, тётя Лисичка, чтоб зарядку показать.

Ведущий: Говорит лисичка сладко

Тётя Лисичка: Начинается зарядка.

Будь внимательным, не спи
И на хвостик посмотри.

(и.п. – стоя, ноги – узкая стойка, руки на поясе; 1 – поворот корпуса вправо; 2 – и.п.; 3 – поворот корпуса влево; 4 – и.п.)

♪ Французская народная мелодия

Ведущий: Но мышонок отвечает, только головой качает:

Ребенок – мышонок: Слишком сложное движение!

Дай другое упражнение!

Ведущий: Побежала мышка-мать Свинку в тренеры позвать:

Мама – мышка: Приходи к нам, тётя Свинка, чтоб зарядку показать.

Тетя Свинка: Стала хрюкать хрипло свинка

У тебя устала спинка.

Чтобы мышцы нам размять,

Наклоны надо выполнять.

(и.п. – то же; 1 – наклон корпуса вправо; 2. – и.п.; 3 – наклон корпуса влево; 4 – и.п.)

♪ "Три поросенка", муз. Ф. Черчилля из мультфильма У. Диснея

Ведущий: Но мышонок отвечает, только головой качает:

Ребенок – мышонок: Слишком сложное движение!

Дай другое упражнение!

Ведущий: Побежала мышка-мать Мишку в тренеры позвать:

Мама – мышка: Приходи к нам, дядя Миша, чтоб зарядку показать.

Дядя Миша: Зарычал тут косолапый

Сядь, раздвинь пошире лапы.

Ты, мышонок, не ленись,

К каждой лапе потянись.

(и.п. – сидя на полу, ноги раздвинуты в стороны; 1 – наклон к правой ноге;

2 – и.п.; 3 – наклон к левой ноге; 4 – и.п.)

♪ «Медвежата», муз. М. Красева

Ведущий: Но мышонок отвечает, только головой качает:

Ребенок – мышонок: Слишком сложное движение!

Дай другое упражнение!

Ведущий: Побежала мышка-мать Ежа в тренеры позвать:

Мама – мышка: Приходи к нам, дядя Ёжик, чтоб зарядку показать.

Ведущий: Ёж мышонку говорит

Дядя Ёжик: У тебя усталый вид.

Чтобы мог скорей проснуться,

Должен ты клубком свернуться.

(и.п. – лежа на спине, руки вдоль туловища. 1 – подтянуть колени к груди,

обхватить их руками, 2 – и.п.)

♪ «Ёжик», муз. Д. Кабалевского

Ведущий: Но мышонок отвечает, только головой качает:

Ребенок – мышонок: Слишком сложное движение!

Дай другое упражнение!

Ведущий: Побежала мышка-мать жабу в тренеры позвать:

Мама – мышка: Приходи к нам, тётя Жаба, чтоб зарядку показать.

Ведущий: Стала жаба важно квакать

Тётя Жаба: Ква-ква-ква! Не надо плакать!
Нужно лишь повыше прыгать,
В воздухе ногами дрыгать.

(и.п. – стоя, ноги вместе, руки внизу; 1 – прыжок ноги в стороны, руки в стороны; 2 – и.п.)

♪ «Про лягушек и комара», муз. А. Филиппенко

Ведущий: Но мышонок отвечает, только головой качает:

Ребенок – мышонок: Слишком сложное движение!
Дай другое упражнение!

Ведущий: Побежала мышка-дядю лошадь в тренеры позвать:

Мама – мышка: Приходи к нам, дядя Лошадь, чтоб зарядку показать.

Дядя Лошадь: И-го-го! Мышонок, милый,
Ты встряхни скорее гривой,
Выше ножки поднимай,
По дорожке ты шагай!

Ходьба с высоким подниманием колен

♪ «Две лошадки», муз. Ф. Лецинской

Ведущий: Но мышонок отвечает, только головой качает:

Ребенок – мышонок: Слишком сложное движение!
Дай другое упражнение!

Ведущий: Побежала мышка-мать Кошку в тренеры позвать:

Мама – мышка: Приходи к нам, тётя Кошка, чтоб зарядку показать.

Ведущий: Говорит мышонку кошка

Тётя Кошка: Потанцуй со мной немножко.
В танце лёгкие движенья.
Танец – тоже упражнение!

♪ Музыкально-ритмическая композиция «Веселая зарядка», дети выполняют танцевальные упражнения вместе с показом на экране.

Ведущий: Говорит тогда мышонок

Ребенок – мышонок: Помни взрослый и ребёнок,
Не лежи долго в кроватке.
Утро начинай с зарядки:
Танцуй, делай упражненья,
Потому что жизнь – движенье!
Станешь сильным, быстрым, ловким
При хорошей тренировке!
Нужно только не лениться, -
С физкультурой подружиться!!!

Ведущий: Мы любим физкультуру, будем всегда крепкими, здоровыми и веселыми.

Дети выполняют показ упражнений вместе с презентацией на экране под музыку «Зарядка после сна». После выходят под маршевую музыку в группу.

Ходьба на лыжах

Инструктор по физической культуре

Л.И. Шумилова,

Одной из форм оздоровительных мероприятий в ДООУ, является ходьба на лыжах. Ходьба на лыжах способствует формированию у детей специальных двигательных навыков, воспитанию волевых качеств, положительных эмоций, расширению кругозора, самостоятельности и организованности. Ходьба на лыжах является и прекрасным средством оздоровления, способствует закаливанию детского организма, укрепляет сердечно - сосудистую, дыхательную, нервную систему, является профилактикой для укрепления стопы.

Теплые безветренные дни в период каникул позволили провести с детьми подготовительных групп лыжные прогулки. Ежегодно воспитанники принимают участие в акции «Лыжня зовет!», которая проводится на территории детского сада. Дети проходят по лыжне, подготовленной педагогами, на дистанцию 500 метров.

Лыжная подготовка в детском саду даёт возможность детям и педагогам участвовать в ежегодных организованных городских и всероссийских акциях: «Лыжня Ямала» и «Лыжня России».



Организованная прогулка «На прогулку за здоровьем!»

Инструктор по ФИЗО Л.И. Шумилова,
Воспитатели И.И. Абдулкатyroва,
Т.И. Ваганова

В период каникулярного времени была организована прогулка с детьми на участке детского сада.

Цель: Развивать наблюдательность, внимание, координацию коллективных действий, упражнять в ходьбе и беге на участке, учиться ориентироваться на территории детского сада, формировать положительные эмоциональные и нравственно-волевые проявления детей, способствовать закаливанию детского организма.

В процессе прогулки дети прошли по территории детского сада, наблюдая за погодой, определили:

- температуру воздуха (холодно, тепло);
- направление ветра по местным признакам: деревьям, дыму из труб.

Наблюдали:

- за снегом, определяли свойства снега (твердый, легкий, пушистый);
- за небом (серое, низкое),
- за птицами, пролетающими над участком

В процессе наблюдения использовался метод активизации мыслительной деятельности детей. После наблюдений организовали двигательную деятельность на участке. Для удовлетворения потребности в движениях, были подобраны дифференцированные задания.

1. Бег наперегонки 30 м.
2. Эстафета «Метелица».
3. Перетягивание каната.
4. «Кто быстрее на снежную гору».

В процессе активной двигательной деятельности дети проявили такие качества как: ловкость, силу, решительность, находчивость, смекалку. Равномерное чередование спокойной и двигательной деятельности в течение всей прогулки позволило детям удовлетворить потребность в движении, закрепить и расширить знания окружающего мира.

Именно двигательная активность, создаёт энергетическую основу для роста и формирования организма, нормального физического и психического развития, играет важную роль в оздоровлении и закаливании детского организма.



Подвижные игры для развития психических процессов у дошкольников.

Консультация для педагогов

Педагог-психолог Е.В. Шишкова

Игра для ребенка – основной вид деятельности, в результате которой он познает мир. В игре ребенок действует, выражая свое отношение к жизни. Огромное значение игра оказывает на развитие психических процессов и личности ребенка, в целом, это и дает нам основание утверждать, что именно эта деятельность является ведущей для всех детей дошкольного возраста.

Влияние игры на развитие ребенка бесценно. Игровая деятельность способствует формированию произвольности психических процессов. В условиях игры дети лучше запоминают игровую ситуацию. Игровая ситуация и действия в ней оказывают постоянное влияние на развитие умственной деятельности ребенка.

В игре ребенок учиться действовать с предметами – заместителями, которые впоследствии становятся опорой для мышления.

Ролевая игра имеет определяющее значение для развития воображения, в ней ребенок знакомится с поведением и взаимоотношениями взрослых людей, которые становятся образцом для его собственного поведения.

С помощью игры ребёнок узнаёт окружающий его мир, воспроизводит логически реальные действия людей, а также учится моделировать реальные отношения между людьми, познаёт социальные отношения и общественный смысл деятельности взрослого человека. И тем самым, вступает во взрослую жизнь, с целым «багажом» знаний. Которые ему необходимы для успешной и красивой жизни, для реализации своего потенциала.

Роль игры в развитии психики ребенка.

1. В игре ребенок учится полноценному общению со сверстниками.
2. Учится подчинять свои импульсивные желания правилам игры. Появляется соподчинение мотивов – «хочу» начинает подчиняться «нельзя» или «надо».
3. В игре интенсивно развиваются все психические процессы, формируются первые нравственные чувства (что плохо, а что хорошо).
4. Формируются новые мотивы и потребности (соревновательные, игровые мотивы, потребность в самостоятельности).
5. В игре зарождаются новые виды продуктивной деятельности (рисование, лепка, аппликация).

Итак, игра – это очень важный элемент в развитии психики ребёнка. С помощью игры мы, взрослые, можем научить ребёнка правилам и нормам, вовремя скорректировать его поведение, привить жизненно важные ценности, воспитать полноценного члена общества. Поэтому, уважаемые педагоги, играйте чаще с вашими детьми, в игре люди раскрываются и сближаются.

Предлагаем вашему вниманию подвижные игры для развития психических процессов у дошкольников, которые вы можете использовать в работе с детьми.

**Игры и игровые упражнения.
Развитие внимания и его свойств.**

«Делай, как я»

произвольное внимание.

Дети стоят друг за другом, положив руки на плечи впереди стоящего. По первому сигналу ведущего поднимает вверх правую руку первый ребенок, по второму — второй ребенок и т.д. Когда правую руку поднимут все дети, то же делается и с левой рукой. Затем по сигналу ведущего опускается сначала правая рука, потом левая. Игра повторяется дважды, с ускорением темпа. И во второй раз ребенок, допустивший ошибку, выбывает.

Развитие двигательной, слуховой и зрительной памяти.

«Слушай и исполняй»

слуховая память, внимание

Ведущий 1 - 2 раза называет несколько различных движений, не показывая их. Дети должны воспроизвести движения в той же последовательности, в какой они были названы.

«Движение по кругу»

зрительная и моторная память, внимание.

Дети стоят по кругу. Ведущий показывает движение, ребенок повторяет его и добавляет свое. Следующие участники по очереди повторяют движение предыдущего.

Развитие координации движений, ориентировки в пространстве.

«Расставь посты»

координация движений, внимание.

Дети маршируют друг за другом, впереди идет командир. Когда он подаст сигнал (хлопнет в ладоши, свистнет в свисток), идущий последним ребенок должен немедленно остановиться и стоять на посту, не двигаясь, а остальные продолжают ходьбу. Так командир расставляет всех детей в задуманном им порядке (линейка, круг, по углам и т.д.). Затем назначается новый командир.

Игры психофизической разгрузки

«Смелый охотник»

бег, ползание

Из детей выбирается смелый охотник, он находится за линией. На расстоянии 6-8 метров стоят остальные дети, изображающие лес и спящих драконов. Охотник выходит из своего дома, заходит в лес и, медленно обходя драконов, считает вслух до 5(10). На счёт 5 (10) драконы просыпаются и стараются догнать убегающего охотника.

«Озорные гномы»

прыжки

Дети выстраиваются в две шеренги лицом друг к другу на расстоянии 6-8 метров, в середине зала стоит ведущий – «волшебник» (ребёнок или взрослый). Дети, к которым водящий стоит лицом, не двигаются, другие выполняют разные движения. Водящий неожиданно поворачивается лицом то к одной, то к другой шеренге. Игра продолжается 2-3 мин.

Работа с родителями по сохранению и укреплению здоровья детей

Консультация для педагогов

Воспитатели: А.Г. Соловьева О.М. Бауэр

В настоящее время проблема здоровья и его сохранения является одной из самых актуальных на современном этапе.

Исследованиями отечественных и зарубежных учёных установлено, что здоровье человека лишь на 7-8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни. По их мнению, 75% всех болезней человека заложено в детские годы. Именно поэтому воспитание уважительного отношения к здоровью необходимо начинать с раннего детства. И педагог может сделать для здоровья воспитанника не меньше, чем врач.

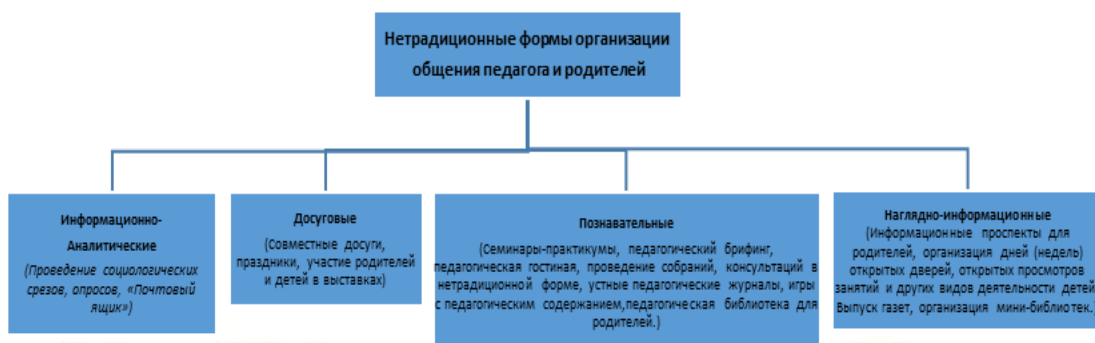
Одной из приоритетных задач, на решение которых направлен Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, является «охрана и укрепление физического и психического здоровья детей (в том числе их эмоционального благополучия)».

На основе вышесказанного можно говорить о том, что охрана здоровья детей входит в число приоритетов деятельности дошкольного образовательного учреждения. Именно здоровье является условием успешного роста и развития личности, её духовного и физического совершенствования, а в дальнейшем во многом успешной жизни.

С первых дней жизни здоровье ребёнка зависит от того микросоциума, который его окружает. Это обстоятельство налагает на членов семьи, и в первую очередь на родителей, особую ответственность. Часто знания родителей о мерах по сохранению и укреплению здоровья не согласуются с их действиями. Ценностные ориентации относительно значимости здоровья не актуальны и в этой связи не реализованы в повседневной жизни родителей.

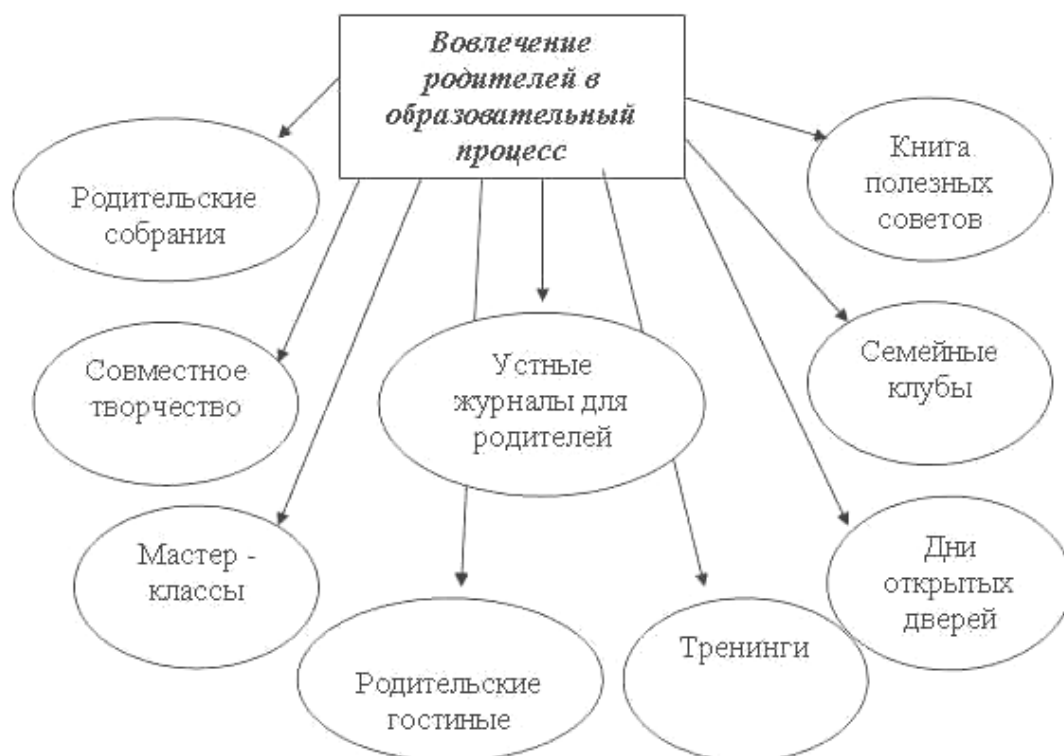
Следовательно, дальнейший поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников должен предусматривать повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания. Важное место в решении этих социально значимых задач занимает детский сад, который может выступить в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни, воспитания культуры семьи, формирования у родителей знаний, умений и навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья, как детей, так и взрослых. Одной из форм работы с родителями являются консультации. Они подразделяются на группы:

- - информативного плана (*познакомить родителей с возрастными особенностями детей, режима работы ДОУ, советы по профилактике гриппа и т. п.*).
- - обучающего плана (*научить родителей руководить детской деятельностью: игровой, ручным трудом и т. п.*).
- просветительское направление работы с родителями (*оптимальное сочетание традиционных и инновационных форм*)
-



Виды здоровьесберегающих технологий в ДОУ

- медико-профилактические;
- физкультурно-оздоровительные;
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка
- технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов;
- валеологического просвещения родителей,
- здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.



В период каникул родителям нашей группы были предложены следующие консультации:

- «Веселая физкультура в квартире»
- «Рецепты здоровой пищи»
- «Игры на формирование правильной осанки»
- «Здоровые зубы»
- «Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребенка»

В период подготовки Проекта нами была проведена совместная работа с родителями по повышению уровня знаний в области сохранения и укрепления своего здоровья. В результате совместной деятельности воспитателей, детей и родителей была создана стенгазета «Азбука здоровья».



Цель: Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать основы гигиенической культуры. Расширять кругозор детей, обогащать их словарный запас. Воспитывать у детей и родителей стремление к сохранению и укреплению своего здоровья наглядно – просветительскими и физкультурно-оздоровительными средствами.

Способствовать созданию в семье благоприятных условий для развития физических качеств и активности детей. Развивать совместное творчество родителей и детей при оформлении стенгазеты, при подборе фотографий.

В процессе работы с родителями, нами был предложен «Кодекс здоровья», который должен стать основой здорового образа жизни в каждой семье.

Семейный кодекс здоровья

1. Каждый день начинаем с зарядки.
2. Просыпаясь, не залеживаемся в постели.
3. Берем холодную воду в друзья, она дарит бодрость и закалку.
4. В детский сад, в школу и на работу — пешком в быстром темпе.
5. Лифт — враг наш.
6. Будем щедрыми на улыбку, никогда не унываем!
7. При встрече желаем друг другу здоровья. (Здравствуй!)
8. Режим — наш друг, хотим все успеть — успеем!
9. Ничего не жевать, сидя у телевизора!
10. В отпуск и в выходные — только вместе!

Репка

Музыкальная сказка к празднику здоровья и спорта

Текст О. Безымянной.

Музыкальный руководитель: О.А. Зюзина

Действующие лица:

Сказочница.

Жучка.

Дед.

Кошка.

Бабка.

Мышка.

Внучка.

Репка.

Спектакль организован специалистами ДОУ в период проведения зимних каникул, в процессе подготовки к педагогическому совету на тему:

«Сохранение и укрепление физического и психического здоровья в ДОУ».

Спектакль показан для детей среднего и старшего дошкольного возраста.

Цель: Создавать радостное настроение у детей, положительно эмоциональный настрой в ходе спектакля, вызвать эмоциональный отклик.

Задачи:

1. Формировать положительное отношение к здоровому образу жизни. Формировать потребность в двигательной активности детей.
2. Воспитывать желание заниматься активными видами отдыха. Укреплять физическое здоровье дошкольников.
3. Воспитывать коллективизм, доброту, желание прийти на помощь.

Декорации: Ширма, с изображением «Зимнего пейзажа», на обратной стороне ширмы «Осенний пейзаж», за ширмой стоит лавка, коврик для Жучки. На центральной стене, на экране – видео-презентация с изображением домика семьи Деда и Бабы.

Реквизит: Инструменты Деда: лопатка, грабли, лейка, балалайка. Спортивное оборудование для всех участников спектакля: гантели, обруч, скакалка, ручной эспандер.

Зачин сказки

Звучит музыка «В гостях у сказки», в зал входит Сказочница.

Сказочница:

Сказка, сказка, прибаутка

Рассказать ее не шутка

Чтобы с самого начала

Сказка реченькой журчала,

 Чтоб в сердёдке весь народ

 От неё разинул рот,

 Чтоб к концу ни стар, ни мал

 От неё не задремал.

Сказка есть у нас с секретом,

Мы расскажем сказку эту.

Слушай сказку, не зевай,

В ней загадка — отгадай!



Звучит музыка «Спортивная», из-за ширмы выходят все персонажи сказки со спортивными снарядами, выполняют ОРУ, используя снаряды.

Дед: Мы дружная семейка,
Пришли мы в детский сад,

Баба: И каждый физкультурой
Заняться очень рад!

Внучка: Физкультурой мы, друзья,
Много занимаемся.

Жучка, Кошка (вместе): На зарядке по утрам
Крепнем, закаляемся.

Мышка: Вы думаете, что так было всегда? А вот и неправда. Совсем недавно еще осенью наша семья не любила физкультуру и спорт. Хотите узнать, как это было? Тогда смотрите.

Персонажи разворачивают ширму обратной стороной, выставляют вперед декорации, сами уходят за ширму.

Действие первое

На сцене изба, рядом с избой лавка под ней расположены атрибуты для вскапывания грядки, возле лавки – балалайка деда.

Рядом с лавкой – коврик для Жучки.

Сказочница: В нашей сказке всё иное,
Всё совсем, совсем другое!
В ней совсем другой расклад,
Сказка «Репка», но на новый лад.
Возле дома — огород.
Бабка с внучкой у ворот.

Выходят Бабка и Внучка, садятся на лавку у ворот, потягиваются, зевают.

Вбегают Жучка, зевают, сворачиваются клубочком, засыпают на коврике.

Сказочница: Жучка — хвост колечком,
Дремлет под крылечком.

Входит Дед, охает, стонет, кутается в тулуп.

Песня Сказочницы

На крыльцо выходит дед,
Он в большой тулуп одет.
Из открытого окна
Деду музыку слышна:

Звучит музыка

«На зарядку, на зарядку, на зарядку, на зарядку становись!»

Дед топает ногой, музыка замолкает, он прогоняет с лавки Бабку и Внучку.

Дед: На зарядку становитесь! (Топает ногой.)

Не ленитесь, не ленитесь!
На печи всю ночь лежите,
Днём на лавочке сидите.
Разомнитесь!

Бабка и внучка встают с места, отходят в сторону. Дед ложится на лавку.

Бабка: Что ты, Дед?
Мне же восемьдесят лет!
У меня болит сердечко,
Потому лежу на печке
Я всю ночь и целый день —
Это недуг, а не лень.
От работы и зарядки
Всё болит.

Бабка поднимает Деда с лавки и садится рядом.

Внучка: Ну и порядки!
Негде лечь и негде сесть.
Подвигайтесь, место есть!
Подвигает деда с бабушкой, садится рядом.

Сказочница: На лавку садится,
Заплетает косицу.

Внучка заплетает косу.

Внучка: Нет, я вовсе не ленюсь,
Но зарядки я боюсь.
Страшно руки поднимать,
Страшно прыгать и скакать.
Лучше я посплю часок (*потягивается, зевает*),
Лягу на любимый бок.

Ах, как сладко, спится сладко
Без противной физзарядки!

Бабка: И у Бабки, без зарядки —
Слава богу, всё в порядке!

Сказочница: Рот раскрывает, сладко зевает.

Бабка зевает.

Дед: Я так же, как и бабка,
Не люблю зарядку.

Звучит музыка, жучка просыпается, потягивается

Жучка: Я Жучка — хвост колечком,
Лежу я под крылечком.
Хоть зарядку не люблю,
Кошку вмиг перегоню.

Появляется Кошка, заигрывает с Жучкой.

Кошка: Чтоб от Жучки убежать
И мышонка чтоб догнать,
Не надо мне стараться.
Зарядкой заниматься. (Предлагает Жучке.)
Поиграем лучше в прятки?

Жучка: Обойдёмся без зарядки!

Бегают друг за другом, лают, рычат друг на друга.



Сказочница: Жучка — за Кошкой,
Кошка — в окошко.
Выходит Мышка в спортивных штанишках.
Майка на теле, в лапках — гантели.

Появляется Мышка.

Мышка (делает упражнения):

Раз, и два, и три-четыре.
Лапки — выше, лапки — шире.
Хвост — туда и хвост — сюда,
Буду юркой я всегда.
Носик вправо, носик — влево,
Буду ловкой и умелой.
Я от кошки убегу,
Жучку вмиг перегоню.
Раз, и два, и три-четыре!
Стану всех сильнее в мире!
Буду в цирке выступать —
Бегемота поднимать!



Все хлопают мышке.

Сказочница: Бегаёт, прыгает, лапками дрыгает.

Мышка бегаёт по залу. Меняется музыкальная тема.

Дед поднимается с лавки, идёт в огород.

Дед: У меня здоровье крепко —
Посажу-ка лучше репку.

Сказочница: Лопату берет, идёт в огород.

Дед: Огород — для семьи доход.

Сказочница: Взял дед лопату,
Нашёл нужный уголок,
Тихо песенку поёт,
В землю семечко кладет.

Дед: Чтоб выросла репка
Большая и крепкая,

Сказочница: Взял густые грабли,
Причесал бугорок.

Дед сопровождает слова Сказочницы своими действиями.

Ладошкой пригладил живот —

Чтобы ровно, гладко было.

Лейку взял и всё полил,

А пилой бурьян спилил.

Дед берёт балалайку, играет и поёт.

Песня Деда «Балалайка»

Дед: Сел на лавку, заиграл —

Тучки чёрные собрал.

Чтоб прохладно репке было,

Чтоб большая уродила.

Дед весело играет на балалайке. Бабка, Жучка, Кошка, Мышка и Внучка пляшут вокруг грядки. После хоровода все персонажи уходят за ширму. Перед ширмой остаются на лавке Дед и Баба.

Дед: Ох, умаялся с утра.

Бабка: Да и мне прилечь пора.

Бабка и Дед уходят за ширму, прихрамывая.

Сказочница: Наступило в деревне доброе утро. Давайте и мы с вами, ребята отдохнем, пока репка растет.

Доброе утро! Доброе утро!

Улыбнись скорее!

И сегодня весь день будет веселее.

Мы погладим лобик, носик и щечки

Будем мы красивыми

Как в саду цветочки

Разотрем ладошки сильнее, сильнее

А теперь похлопаем

Смелее, смелее.

Ушки мы теперь потрем

И здоровье сбережем

Улыбнемся снова

Будьте все здоровы!

Поворачиваются друг к другу

Разводят руки в стороны

Хлопают в ладоши

Движения по тексту

Постепенно поднимают руки вверх,

выполняя «фонарики»

Движения по тексту

Сказочница выполняет с детьми физкульт-разминку.

Меняется музыкальная тема

Сказочница: Быстро сказка сказывается, да не быстро дело делается, но на огороде у Деда выросла репка большая пребольшая.

Появляется репка, она потягивается, выполняет упражнения, наклоны и садится на стул.

Действие второе

Сказочница: Занимается рассвет —

На крылечке снова Дед.

Выходит Дед, зевает, потягивается.

Видит репку в огороде —

И себе не верит вроде.

Встал он возле репки —

Репка выше кепки.

Выросла репка сладка, да крепка,

Большая-пребольшая.

Дед: Поел бы репки, да зубы редки.

Ходит вокруг репки, почёсывая затылок

Сказочница: Из открытого окна

Деду музыка слышна:

Вновь звучит музыка

«На зарядку, на зарядку, на зарядку, на зарядку становись!»

Дед: Эх, бульдозер бы сюда —
Без него никак нельзя.

Сказочница: Пошёл Дед репку рвать.
Тянет-потянет...

Звучит мелодия «Дубинушки».

Вытянуть не может.

Дед: Один в поле не воин.

Сказочница: Позвал Дед Бабку.

Дед: Где ты, Бабка?

Бабка: Я сейчас!

Выходит Бабка.

Ай да репка удалась! (*удивляется, глядя на репку*)

Сказочница: Глядит Бабка на Деда.

Баба (Деду): Силенка, как у цыплёнка. (*Вздыхает*)

Сказочница: Ухватилась бабка за Деда,

Дед—за репку, тянут-потянут.

Тянут-потянут —

Вытянуть не могут.

Дед: Как тянуть, с какого боку?

Бабка: Выйди, внучка, на подмогу.

Сказочница: Дорога помощь — вовремя.

Выходит Внучка.

Дед и Бабка: Кто скоро помог, тот дважды помог.

Сказочница: Внучка — за Бабку,

Бабка — за Дедку,

Дедка — за репку.

Тянут-потянут...

Звучит мелодия «Дубинушки».

Вытянуть не могут.

Внучка: Ломит спину, ноют ручки.

Нет, не справиться без Жучки!

Сказочница: Позвала Внучка Жучку.

Сила молчит - тяжесть кричит.

Внучка: Собака — друг человека.

Выходит Жучка.

Бабка: Назвался другом — помогай в беде.

Сказочница: Жучка — за Внучку,

Внучка — за Бабку,

Бабка — за Дедку,

Дедка — за репку.

Тянут-потянут...

Звучит мелодия «Дубинушки».

Вытянуть не могут.

Старанья много, а толку нет.

Жучка: Разбудить придется кошку —

Пусть потрудится немножко.

Сказочница: Добрый пёс на ветер не лает.

Позвала Жучка кошку.

Входит Кошка.

Жучка: На товарища надейся, и сам его выручай.

Сказочница: Кошка — за Жучку,

Жучка — за Внучку,

Внучка — за Бабку,

Бабка — за Дедку,

Дедка — за репку.

Тянут-потянут...

Звучит мелодия «Дубинушки».

Вытянуть не могут.

Этого орешка не раскусишь.

Сказочница: Смех — смехом, а шутки — в сторону.

Такое уж дело, что надо идти смело.

Бабка: Мышку кликнуть бы на двор.

Кошка. Мышку звать? Какой позор!

Мы пока и сами, кажется, с усами!

Выходит Мышка.

Сказочница: Тут из норки Мышка — прыг,

Ухватила за турник.

Невелика Мышка, да зубок остёр.

Мышка: Чем топтать без толку грядку,

Становитесь на зарядку.

Чтоб за дело браться,

Надо сил набраться!

Сказочница: Все выходят по порядку,

Дружно делают зарядку.

Мышка: Руки — вверх, а после — вниз!

Ну-ка, Бабка, наклонись.

Бабка (*пытается наклониться вперёд, охает*): Ой, спина переломилась!

Мышка: Это, Бабушка, приснилось.

Дед, пониже приседай!

Да суставы разминай!

Дед (*пытается присесть, охает*): Ой, все косточки трещат.

Мышка: Хватит, Дед, тебе стонать.

Ну-ка, Внучка, не ленись

И пониже наклонись.

Наклоняйся влево-вправо.

Внучка легко делает упражнения.

Получается на славу!

Прыгай вверх и прыгай вниз,

Побыстрее, не ленись.

*Внучка подпрыгивает, потом расправляет руки, как птица,
и бежит, будто летит.*

Внучка: Ой, какая лёгкость в теле,
Словно птичка полетела.

Мышка: Внучка лёгкой стала вдруг,
Понеслась, как белый пух.
Жучка, ты бери гантели.
Что ты дышишь еле-еле?
Вверх-вниз, вверх-вниз.

Жучка поднимает передние лапы с гантелями вверх и падает.

Жучка: Ой-ой-ой! Поберегись!

Жучка ловко делает упражнение.

Кошка: У мышей уроки брать
Для меня позорно —
Буду бегать и скакать
Без мышей упорно.

Кошка выполняет упражнения.

Мышка: Встали, выдохнуть, вдохнуть!
А теперь пора тянуть!

Сказочница: Дети, давайте вместе скажем, как герои тянули репку.

Все дети произносят хором вместе со Сказочницей.

Мышка — за кошку,
Кошка — за Жучку,
Жучка — за Внучку,
Внучка — за Бабку,
Бабка — за Дедку,
Дедка — за репку.
Тянут-потянут...
Вытянули репку!
Все. Ура!

Звучит фанфара, все персонажи хлопают в ладоши.

Сказочница: Все за одного да один за всех,

Все вместе: Тогда и в деле всегда успех.

Сказочница: Друг друга поддерживать —

Все вместе: Победу удерживать!

Сказочница: Без спорта, без зарядки,

Репка: Не вытянуть репку из грядки.

Сказочница: А кто спортом занимается —

Все вместе: У того все получается!

Все герои уходят за ширму.

Сказочница: Вот и сказке конец,
А кто слушал — молодец.
В сказке той большой секрет.
Кто даст правильный ответ?

В сказке — трудная загадка,
Но проста её отгадка.
Помогло им — что?

ДЕТИ: «Зарядка!»

Сказочница: Знаем мы,
Что со спортом вы дружны
Об этом без промедленья
Расскажите нам стихотворенья.

Дети читают стихи:

1-ый ребенок: Мы бежим быстрее ветра!
Кто ответит, почему?

2-ой ребенок: Ваня прыгнул на два метра!
Кто ответит, почему?

3-ий ребенок: Оля плавает, как рыбка!
Кто ответит, почему?

4-ый ребенок: На губах у нас улыбка!
Кто ответит, почему?

5-ый ребенок: Может «мостик» сделать Шура!
По канату лезу я.

Все вместе: Потому что с физкультурой
Мы давнишние друзья!

Сказочница: Тут и сказке конец, а кто слушал – молодец.

С неба упали три яблока: одно тому, кто слушал, другое тому, кто рассказывал,
а третье всем остальным.



*Из-за ширмы выходят персонажи с корзинами, в них лежат яблоки.
Корзины с угощением отдают воспитателям групп. Дети уходят из зала.*

**Роль образовательного учреждения в сохранении и укреплении
физического и психического здоровья детей дошкольного возраста**
Семинар – практикум к педагогическому совету

Инструктор по физическому воспитанию Л.И. Шумилова,
зам по ВМР Н.В. Шмыгова

Забота о здоровье ребёнка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил, и не свод требований к режиму, питанию, труду и отдыху. Это, прежде всего, забота о гармонии всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества.

В.А. Сухомлинский.

Цель: Обогащение знаний педагогов по обеспечению физического развития дошкольников в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями.

Задачи:

1. Развитие педагогической компетентности педагогов ДООУ в области современных технологий развития двигательной активности в организованной и самостоятельной деятельности детей. 3.
2. Способствовать развитию педагогического мышления, созданию благоприятной атмосферы для творческой работы всех участников семинара.

Добрый день, уважаемые коллеги.

Тема нашего разговора посвящена роли всего педагогического коллектива по выполнению годовой задачи: **«Совершенствование работы по охране и укреплению здоровья детей посредством оптимизации здоровьесберегающих технологий и координации работы всех специалистов».**

Мы неоднократно утверждали с вами на совещаниях, посвященных здоровью детей, что искусство долго жить состоит, прежде всего, в том, чтобы научиться с детства следить за своим здоровьем.

Охрана и укрепление здоровья подрастающего поколения – актуальный вопрос, как для отдельного человека, так и для общества, в целом. Уже все понимают, что самое дорогое у человека – это его здоровье. Каждому из нас хочется, чтобы наши дети были бодрыми, сильными, жизнерадостными, энергичными. Чтобы они активно двигались, бегали, не уставая, катались на велосипедах и самокатах, плавали и играли. Ведь плохое самочувствие, недомогание, усталость являются причинами отставания в росте, физическом,

психическом и общем развитии ребёнка. Наша задача и задача родителей научить детей с детства думать о своём здоровье, знать своё тело, заботиться о нём, не вредить своему организму.

Здоровье ребёнка можно считать доступной нормой, если он:

- в физическом плане - *умеет преодолевать усталость;*
- в социальном - *коммуникабелен, понимает юмор, сам умеет шутить, может действовать в оптимальном режиме;*
- в интеллектуальном плане – *проявляет хорошие умственные способности, любознательность, у него развито воображение, он самообучаем;*
- в нравственно-эмоциональном - *уравновешен, способен удивляться, восхищаться.*

Главные цели дошкольного учреждения по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей дошкольного возраста:

- ✓ создать условия для формирования ЗОЖ;
- ✓ формировать потребность в физическом развитии детей, желание участвовать в мероприятиях, организованных педагогами, с целью сохранения и укрепления здоровья;
- ✓ обеспечить ребёнку чувство психической защищённости, доверия к окружающему миру, к педагогам, замещающих ему самых близких людей на протяжении пребывания в детском саду;
- ✓ формировать личностное начало, развивать индивидуальность и творческий потенциал;
- ✓ вести постоянную работу по взаимодействию детского сада с семьями в физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольников.

Нам необходимо реализовать данные задачи и достигнуть поставленную цель, для этого мы предлагаем пути реализации:

1. Профилактика заболеваний:
 - плановый медицинский осмотр;
 - своевременная вакцинация.
2. Специально организованные занятия:
 - ежедневная утренняя гимнастика,
 - физкультурные занятия в спортивном зале,
 - обучающие и оздоровительные занятия в бассейне,
 - физкультминутки на познавательных занятиях,
 - музыкальные занятия,
 - подвижные игры в режиме дня,

- спортивно оздоровительные мероприятия:
 - ✓ праздники,
 - ✓ досуги,
 - ✓ развлечения,
 - ✓ лыжные прогулки,
 - ✓ организованные пешие прогулки в разное время года,
- занятия в спортивных кружках дополнительного образования.

В условиях образовательного учреждения эффективно решать задачу по сохранению и укреплению здоровья детей через интеграцию образовательных областей. В пятёрке выделенных образовательных областей входят следующие направления:

1. «Познавательное».
2. «Речевое».
3. «Социально-коммуникативное».
4. «Художественно – эстетическое».
5. «Физическое».

Данные направления неразрывно связаны друг с другом, работа с детьми по сохранению и укреплению физического, психического и социального здоровья дошкольников входит в каждое из перечисленных. Педагоги используют здоровьесберегающие технологии оздоровительной физической культуры и лично – ориентированного здоровьесбережения:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья - это ритмическая гимнастика, подвижные и спортивные игры, ритмическая и корригирующая гимнастика, релаксация, дыхательная гимнастика.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни – это разные виды физкультурных занятий, занятия в бассейне, физкультурные и музыкальные праздники, досуги развлечения.

Основными направлениями физкультурно-оздоровительной работы ДОУ в работе с родителями являются:

1. Организация психолого-педагогического просвещения родителей – это родительские собрания, консультации, открытые занятия для родителей, совместные спортивные мероприятия.
2. Активное взаимодействие детей и взрослых (воспитателей, специалистов и родителей) существенно влияет на его целостность, и как следствие, позволяет успешно выполнить основную задачу ДОУ по сохранению и укреплению здоровья дошкольников.

В образовательном процессе ведущая роль отводится педагогам, учитывая индивидуальные потребности и возможности, а также интересы и опыт детей. Педагоги организуют их деятельность, таким образом, чтобы развивать

личность, заботясь о его здоровье и эмоциональном благополучии. С детства ребёнок должен думать о своём здоровье, знать своё тело, научиться заботиться о нём, не вредить своему организму и в этом ему должны помочь педагоги и близкие ему люди.

2 часть семинара (практическая)

Деловая игра

Игра 1. «Мозговой штурм»

3. **От чего зависит здоровье детей?** (соблюдение режима дня, двигательного режима и температурного режима, безопасность организованной среды, профилактика ОРЗ, закалывающие мероприятия).
4. **«Подбери синоним»** Синоним слова «распорядок», его необходимо соблюдать, чтобы быть здоровым. (Режим.)
5. Здоровье не может быть без хорошего настроения. А вот залогом хорошего настроения можно, без сомнения, назвать то, от чего светлее становится новый день, становится всем теплее и радостнее. Что это? (Улыбка.)
6. Что ещё необходимо для того, чтобы мы все были здоровыми, подскажет поговорка: «...-залог здоровья». (Чистота.)
7. Отгадайте пропущенное слово. «Где (здоровье) – там и красота».

Список использованной литературы

1. Батурина, Е.Г. Сборник игр к «Программе воспитания в детском саду». М.: «Просвещение», 1985 г.
2. Вавилова, Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазить, метать. М : АРКТИ, 2003 – 118 с.
3. Волошина, Л.Н. Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей 3 - 4 лет». М.:2004г.
4. Волошина, Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников. Учебно-методическое пособие. М.: АРКТИ, 2005 – 108 с.
5. Галанов, А.С. Игры, которые лечат для детей от 3 до 7 лет. М.2005 – 184 с.
6. Дмитриев, В.Н. Игры на свежем воздухе. М.: «Просвещение»,1998 – 202 с.
7. Кудрявцев, В.Т. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст) Методическое пособие, М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2000 – 122с.
8. Пензулаева, Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3 – 5 лет». М.2000г.
9. Теплюк, С.Н. Занятия на прогулках с детьми младшего возраста,
10. Тимофеева Е.А. «Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста». М. «ЛИНКА-ПРЕСС», 1986 – 226 с.
11. Стародубцева, И.В. Оптимизация умственного развития в условиях физкультурной деятельности: учебное пособие. Тюмень: Издательство Тюменского государственного университета, 2008 – 124с.
12. Яковлева, Т.С. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду – М.: Школьная Пресса, 2006, - 48с.