

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 1 «РУЧЕЕК»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОД-КУРОРТ АНАПА**

***«Формирование ценностей здорового образа жизни у
детей дошкольного возраста, через совместные
спортивные мероприятия с родителями»***



**Автор: Долгалева Галина Олеговна,
инструктор по физической культуре**

Анапа 2024г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1.	Предисловие	3
2.	Введение	4
3.	Основная часть	6
3.1.	Цель и задачи методической разработки	6
3.2.	Теоретические основы формирования ценностей здорового образа жизни	7
3.3.	Методика организации и проведения мероприятий с участием родителей воспитанников	10
3.4.	Спортивные квест-игры, методика проведения	14
3.5.	Способы и направления поддержки детской инициативы	15
3.6.	Методическое обеспечение	16
3.7.	Развивающая предметно-пространственная среда	16
4.	Заключение	18
5.	Список методической литературы	19
6	Приложения	20
6.1.	Спортивная квест-игра с участием родителей «Зарница»	20
6.2.	Сценарий открытого занятия «Развиваемся играя» с участием детей старшего дошкольного возраста и их родителей	22
6.3.	Конспект спортивной прогулки «Знатоки правил дорожного движения» для детей подготовительной группы и их родителей	23
6.4.	Спортивный проект «Чемпионат по спортивным играм»	25
6.5.	Спортивный проект «Малые Олимпийские игры»	28
6.6.	Мастер-класс для педагогов	29
6.7.	Презентация культурной практики	39

ПРЕДИСЛОВИЕ

Автор в своей разработке предлагает сценарии мероприятий по физической культуре, направленные на формирование ценностей здорового образа жизни у детей дошкольного возраста при активном участии их родителей.

Актуальность методической разработки обусловлена необходимостью поиска и внедрения в образовательный процесс ДОО современных форм и технологий при организации и проведении совместной образовательной деятельности с родителями (законными представителями) воспитанников, а также нетрадиционных форм работы с семьями воспитанников с целью становления ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами. Что способствует качественной реализации образовательной программы дошкольного образования, в соответствии с требованиями ФГОС ДО и ФОП ДО.

подробно описана методика знакомства родителей с ценностями здорового образа жизни и на сколько, это важно для физического развития детей дошкольного возраста.

Представленная методическая разработка может быть рекомендована для использования инструкторами по физической культуре, воспитателями групп детей среднего и старшего дошкольного возраста. В данной методической разработке **представлены:**

- подробное описание структуры занятий,
- способы и направления поддержки детской инициативы,
- сценарии и конспекты занятий, квест-игр, спортивных прогулок, спортивных праздников, проектов
- описывают организацию развивающей предметно-пространственной среды.
- взаимодействия с родителями в рамках прогулок выходного дня.

Ожидаемые результаты:

- расширяется, уточняется и закрепляется представления об организме человека, факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и разных видов спорта, на здоровье,
- дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья (зрения, слуха, органов дыхания, опорно-двигательного аппарата), правилах безопасного для здоровья поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивными инвентарем, оборудованием)
- консультативную помощь семье в вопросах выбора оптимальной стратегии воспитания и приемов коррекционно-развивающей работы с ребенком.

ВВЕДЕНИЕ

Здоровье детей зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни, санитарной грамотности и гигиенической культуры родителей. Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать хороших результатов, если она не решается совместно с семьей.

Дошкольный возраст – это фундамент здоровой личности, а следовательно, и здорового общества в настоящем и будущем.

Развитие физической культуры – одно из приоритетных направлений государственной политики, нацеленной на укрепление и здоровье детей. Формирование у ребенка потребности в движении в значительной степени зависит от особенностей жизни и воспитания, возможности окружающих его взрослых создать благоприятные условия для физического развития.

ФОП ДО ставит следующие задачи для детей дошкольного возраста: формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к здоровому образу жизни, формируя полезные привычки, формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, осознанное отношение к здоровью. Для успешного решения озвученных задач в детском саду активно привлекаем семьи воспитанников (родителей, дедушек, бабушек, старших братьев и сестер).

Актуальность в поиске и учете особенности физического и психического развития современных дошкольников и современные подходы к организации воспитательно-образовательной работы в ДОО. На основе этого были подобраны современные образовательные технологии, которые в полном объеме способствуют реализации данной работы и используются в комплексе. Это - технология проектной деятельности здоровьесберегающие технологии квест – прогулки, спортивные прогулки, дыхательная гимнастика Стрельниковой и др.), информационно-коммуникационные технологии, технологии игровой деятельности, технология создания детского портфолио.

- учитываются особенности природно-климатических условий южного региона: климатические условия южного региона дают возможность проводить с детьми утреннюю гимнастику, физкультурные занятия и досуговые мероприятия на улице круглый год, что является мощным средством укрепления здоровья детей и стимулом их хорошего физического развития. Естественные силы природы (солнце, воздух, вода) усиливают эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка. Во время занятий физическими упражнениями на воздухе, при солнечном излучении у детей возникают положительные эмоции, больше поглощается кислорода, увеличивается обмен веществ, повышаются функциональные возможности всех органов и систем.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

В современных социально-экономических, геополитических и образовательных условиях вопросы сохранения здоровья детского населения становятся приоритетными в деятельности государства и общества. Учёные и практические работники тождественны во мнении о важнейшей и, более того, решающей роли дошкольного периода онтогенеза человека для становления личности. Дошкольный период особенно важен для становления культуры здоровья, как фундаментальный этап для последующего развития и самореализации человека.

Цель и задачи методической разработки

Цель создания методической разработки – внедрения в образовательный процесс ДОО современных форм и технологий при организации и проведении совместной образовательной деятельности с родителями (законными представителями) воспитанников, а также нетрадиционных форм работы с семьями воспитанников с целью становления ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами. Что способствует качественной реализации образовательной программы дошкольного образования, в соответствии с требованиями ФГОС ДО и ФОП ДО.

Задачи создания методической разработки

- изучить теоретические основы формирования ценностей здорового образа жизни;
- рассмотреть методику организации и проведения мероприятий с участием родителей воспитанников;
- разработать спортивные квест-игры, прогулки, проекты методики проведения;
- рассмотреть способы и направления поддержки детской инициативы;
- разработать методическое обеспечение;

Принципы:

- принцип сознательности (направлен на воспитание у детей и родителей глубокого понимания роли и значения проводимых самостоятельных занятий в укреплении здоровья в самосовершенствовании своего организма);
- принцип постепенности и последовательности (постепенное увеличение интенсивности, объема физических нагрузок и времени тренировочного занятия);
- принцип повторности (повторение различных по характеру физических нагрузок, правильное чередование нагрузок с интервалами отдыха);
- принцип индивидуализации (соответствие физических (состояние здоровья, физическое развитие, физическая подготовленность.
- принцип систематичности и регулярности.

Теоретические основы формирования ценностей здорового образа жизни;

Ребенок старшего дошкольного возраста быстро растет за счет роста конечностей. Это вызывает резкое изменение рычагов двигательного аппарата и обеспечивает функциональную перестройку двигательного анализатора. Изменяются и пропорции тела ребенка, что ведет к изменению величины шага, – он становится больше.

У ребенка к семи годам значительно развивается мышечная сила стопы. Под влиянием физических упражнений повышается ее гибкость. В связи с этим ребенок в состоянии дать большую амплитуду движений.

Количественные и качественные показатели движений свидетельствуют о том, что двигательные возможности воспитанника значительно развиваются. Дети освобождаются от ряда лишних движений; сами движения становятся более экономными, а тело – относительно более послушным, ловким, способным выполнять точные координации. Совершенствуется функция равновесия – одна из основных задач формирования двигательных навыков. А благодаря этому дети приобретают умение при потере равновесия создавать новую опору, выдвигая ногу в сторону падения – совершенствуется «мышечное чувство».

У ребенка старшего дошкольного возраста продолжается процесс окостенения скелета и развития крупной и особенно мелкой мускулатуры. Последнее изменение неразрывно связано с развитием мозга ребенка, с совершенствованием его нервной деятельности и обнаруживается в растущей возможности ребенка управлять своими движениями.

Главным достижением старших детей дошкольного возраста является постепенное овладение своими движениями, особенно мелкими движениями руки, управление не только крупной, но и мелкой мускулатурой, движениями каждого пальца. Это результат не столько процесса созревания необходимых механизмов, сколько итог обучения детей 4--6 лет выполнению разных мелких движений в рисовании, штриховке, плетении, вышивании, сгибании бумаги, вырезывании и др.

К концу дошкольного возраста скелет ребенка становится более крепким, поэтому ребенок может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость; этому способствует усиленный рост ног. В результате центр тяжести у ребенка этого возраста расположен ниже, чем у младших дошкольников. Ноги и руки становятся не только более сильными, но и значительно более выносливыми, подвижными, ловкими.

Уровень физического развития детей старшего дошкольного возраста таков, что они могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, прыгать без большого утомления, выполнять более сложные трудовые поручения и физкультурные упражнения. Развитие нижних конечностей отчетливо проявляется и в способности детей старшей группы к разным прыжкам: они могут прыгать в высоту, в длину, с места и с разбега (на 60--100 см), сверху вниз и выполнять многие другие разнообразные движения.

Координация, ловкость и точность движений детей быстро возрастает особенно в условиях планомерной работы воспитателя над их общим физическим развитием. Упражнение ребенка в лазанье, беге, прыжках, сохранении равновесия, в ходьбе по шведской скамейке, в метании мяча и других видах действий делает движения детей не только более многообразными, но и легкими, точными, плавными, четкими, красивыми.

Период детства наиболее важный в становлении двигательных функций ребёнка, особенно его физических качеств. Поэтому необходима система контроля за физическим развитием, физической подготовленностью и работоспособностью ребёнка.

В процессе физического воспитания детей дошкольного возраста необходимо решать образовательные задачи: формирование двигательных навыков и умений, развитие двигательных и физических качеств, привитие навыков правильной осанки, навыков гигиены, освоение специальных знаний.

Физические качества у детей проявляются через двигательные навыки и умения, а они, в свою очередь, обусловлены достаточным уровнем их развития. Эти две стороны двигательной функции тесно взаимосвязаны и взаимообусловлены. Если формирование двигательных навыков у детей закрепляется при низком уровне развития двигательных качеств, то в дальнейшем это может привести к закреплению неправильных навыков выполнения движения.

Для выполнения ряда движений детям дошкольного возраста необходим определенный уровень развития быстроты, ловкости, силы, выносливости. Без этого движениям детей, несмотря на их разнообразие, не хватает экономичности, целесообразности, они не могут проявить полностью имеющийся резерв возможностей организма. Уровень физической подготовленности во многом отражает возможности функциональных систем организма. Лучшие показатели физических качеств (например, быстроты) отмечаются при хорошем функциональном состоянии организма, при благоприятном эмоциональном фоне. В свою очередь при накоплении в организме усталости или при отрицательных эмоциях заметно снижаются частота движений и их скорость, двигательная реакция замедляется, увеличивается число неточных движений, особенно сложно координированных.

Характерными для дошкольников считаются также большая изменчивость пропорций тела и неравномерность развития функциональных систем организма. Все это диктует необходимость реализации строго соответствующих возможностям детей методов обучения и диагностики развития двигательных навыков и физических качеств.

К числу основных физических качеств относят гибкость, различные виды выносливости, силовые качества (мышечную силу), скоростные качества (быстроту), их сочетание (скоростно-силовые качества), ловкость, а также координационные способности.

Гибкость определяет степень подвижности опорно-двигательного аппарата и имеет особое значение для здоровья. Способность выполнять

повороты и круговые движения в суставах тела свидетельствует о хорошем физическом состоянии человека. Показателем гибкости служит наибольшая амплитуда движения.

Быстрота - способность человека совершать двигательные действия в минимально короткий отрезок времени. Она относится к числу консервативных, т. е. трудно развиваемых, качеств человека. Развитие быстроты во многом зависит от природных данных, часто передаваемых по наследству.

Выносливость является одним из важнейших физических качеств человека, характеризующих его физическое состояние. Она тесно связана с уровнем развития кардио-респираторной системы организма и уровнем общей работоспособности. Это качество обеспечивает длительность выполнения работы без снижения ее интенсивности и эффективности.

Различают два вида выносливости: общую и специальную. Общая выносливость - способность долго выполнять физическую работу с участием большинства мышечных групп. Специальная выносливость - способность долго выполнять физическую работу, направленную на определенную двигательную деятельность, с участием определенной группы мышц.

Сила - взаимодействие психикофизиологических процессов организма человека, позволяющих преодолевать внешнее сопротивление за счет мышечных усилий. Качество силы выражается через совокупность силовых способностей. Различают собственно-силовые способности (статическая сила), которые проявляется при статической работе (мышцы при этом не изменяют свою длину), и скоростно-силовые способности.

Важнейшим фактором, от которого в решающей мере зависят успешность обучения новым двигательным действиям и совершенствование ранее разученных упражнений, является *координация*. Под координационными качествами понимается способность быстро согласовывать отдельные двигательные действия в меняющихся условиях, выполнять движения точно и рационально.

Ловкость - более общее по сравнению с координацией понятие. Это комплексное качество обеспечивает рациональное и быстрое выполнение движений в меняющихся условиях. При определении уровня физической подготовленности ребёнка следует ориентироваться на следующие факторы:

- степень овладения ребёнком базовыми умениями и навыками в разных играх и упражнениях, элементами техники всех основных видов движений;
- умение активно участвовать в разных видах двигательной деятельности, самостоятельно использовать свой арсенал движений в разных условиях;
- развитие физических качеств и двигательных способностей: быстроты реакции, ловкости, гибкости, силы, выносливости, координационных способностей;
- общая двигательная активность ребёнка в течение всего времени пребывания в дошкольном учреждении.

Методика организации и проведения мероприятий с участием родителей воспитанников;

ФООП ДО рекомендует «День здоровья» У нас в дет. саду проводится тематическая неделя «Мы со спортом очень дружим!». В младших и средних группах – это 5 интересных дней активного отдыха:

- 1 день «День хороводных игр» проводится совместно с музыкальными руководителями, - 2 день «День походов и пикника», - 3 день «Квест – игра в средней группе «В поисках 5 правил здоровья», у малышей «Мой веселый звонкий мяч!»;

Самый интересный «День подвижных игр». В этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе. В этот день активно привлекаются родители. Они становятся непосредственными участниками подвижных игр.

5 день «День здоровья!». Утром утренняя зарядка проходит с участием родителей. В средних группах в спортивных досугах принимают участие бабушки и дедушки. У старших проходит Квест игра.

Во второй половине дня организуется дружеский матч по футболу среди пап старших и подготовительных групп.

Новая традиция в нашем детском саду, это праздник «День отца в России!» Папы старших и подготовительных групп соревнуются в прыжках с места, челночном беге, метании мешочков с песком, беге. Эти виды упражнений выбраны не случайно, они входят в нормативы ГТО 1 ступени. Папы своим личным примером показывают детям, что уметь выполнять все упражнения, это здорово, полезно и интересно!

Предложенные активные формы взаимодействия педагогов с семьей формируют у детей - желание вести здоровый образ жизни;

- повышают роль семьи в физическом воспитании и оздоровлении детей;
- способствуют развитию творческой инициативы родителей в формировании у детей устойчивого интереса к физической культуре;
- формируют общественное мнение о значимости физической культуры в ДООУ и семье.

Методика организации и проведения спортивных квест-игр

В Федеральной образовательной программе дошкольного образования особое место отведено взаимодействию педагогического коллектива с семьями воспитанников. Поэтому в этом году изменилось планирование и спортивных мероприятий. При организации запланированных мероприятий всегда предусматриваю взаимодействие не только родителей, но и музыкальных руководителей, и педагогов дополнительного образования, в общем, стараемся привлечь весь педагогический коллектив. Один из самых удачных вариантов такого взаимодействия – это квест-игры.

Квест - обозначает поиск или приключение. Квест-игра для дошкольников позволяет сочетать в одном занятии игровую деятельность, обучение, соревновательный момент, самостоятельный поиск решения и командную стратегию для достижения поставленной цели.

Инструктор по физической культуре должен продумать маршрут, станции, задания к ним, различные развлекательные островки, и в этом ему помогут воспитатель, родители, музыкальный руководитель и конечно педагоги доп. образования. Представляю вашему вниманию удачные квесты:

Квест называется «В поисках новогодних подарков!» с использованием элементов скандинавской ходьбы.

Цель: создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья детей старшего дошкольного возраста средствами скандинавской ходьбы.

Задачи:

- создать условия для мотивации детей к двигательной активности;
- развивать двигательные качества: быстроту движений, гибкость, силу, выносливость, ловкость;
- формировать привычки здорового образа жизни;
- воспитывать интерес к занятиям физической культурой и спортом.
- создать новогоднее настроение и положительные впечатления при подготовке к празднику.

Развивающая предметно- пространственная среда:

Терренкур на территории детского сада с разработанными маршрутами:

- 1) первый маршрут – легкий, для 1 этапа обучения;
- 2) второй маршрут - средний, для старших групп по разнообразному грунту (асфальт, песок, гравий, трава)
- 3) третий маршрут – городской по асфальтированной территории детского сада
- 4) четвертый маршрут – круговая тренировка для детей, имеющих высокий уровень физической подготовленности, без диагнозов, с элементарным туризмом с использованием экологической тропы.

Структура спортивного квеста:

Спортивные квесты периодически проводятся в течение всего года, начиная с лета. Структура квеста носит динамичный характер, может меняться в зависимости от уровня подготовленности детей, от погодных условий (осадки в виде дождя, дождь со снегом, сильный ветер и т.д.), но в большинстве случаев носит стабильную модель.

1. Мотивационный этап (3-4 мин): обсуждение проблемы и способов ее решения. Постановка детской цели: «Я хочу участвовать в квесте и решить все проблемы!»

2. Вводная часть (4-6 минут)

Основной целью вводной части является подготовка организма к выполнению предстоящей физической нагрузки, так называемое «разогревание» организма (мышцы и суставы). Предварительно разогревание является как бы психологической подготовкой к выполнению последующих заданий, дисциплинирует детей, помогает собрать внимание, повысить эмоциональный тонус. подготавливающих упражнений: «Цапля», «Носочек – пяточка» и др. общеразвивающие упражнения с палками, построения,

перестроения, различные виды ходьбы и бега, подводящие к освоению техники ходьбы с палками.

3. Основная часть (15- 20 минут)

Задачами основной части квеста является скандинавская ходьба, совершенствование техники, отработка согласованности движений, развитие ловкости, решительности, смелости и уверенности у детей. Ходьба имеет цель – свободное ориентирование на территории детского сада (пройти по маршруту указанному в план-карте и выполнить задания- игры).

4. Заключительная часть. Этап рефлексии (3-4 минуты).

Основной задачей заключительной части квеста является постепенное снижение нагрузки, выполняются дыхательные упражнения, игры малой подвижности, спокойная ходьба без палок с различными положениями рук.

Подведение итогов квеста. Эмоциональная оценка деятельности (2-3 мин). Ребята говорят, что у них получилось, а над чем ещё нужно поработать. Что особенно понравилось, что было интересно? Кроме того, дети оценивают работу всего коллектива в целом.

При планировании станций (мастерских) в этой спортивной квест-игре, я обращаюсь за помощью к родителям, воспитателю и музыкальному руководителю.

В квесте 5 мастерских:

1 мастерская «Спортивная мастерская», ответственный инструктор по физической культуре. Подбирает комплекс общеразвивающих упражнений в соответствии с возрастом.

2 мастерская «Живые картинки», ответственный инструктор по физической культуре. На занятиях проигрывает игру «Раз, два, три фигура замри!», с использованием спортивных фигур.

3 мастерская «Мастерская кроссвордов», дается задания родителям воспитанников, совместно создать детский кроссворд на зимнюю тему. Самый интересный используется в квест-игре, а остальные разгадываются в группе.

4 мастерская «Творческая мастерская», ответственный воспитатель. В группе познакомить детей с конструктором «Полидрон» и дать схемы построения конструкций.

5 мастерская «Музыкальная мастерская», ответственный музыкальный руководитель. Подбирает музыку и инвентарь. Помогает придумать движения к музыке.

За оформлением план-карты, табличек-ориентиров я обращаюсь к педагогу доп. образования – руководителю кружка по ИЗО.

В течение года в соответствии с планом мероприятий проходит по такой же структуре несколько спортивных квест-игр «Дорогою войны» (подготовили 2 из 4 станций музыкальные руководители, воспитатели), «Безопасное колесо» (подготовили 2 станции из 5 педагоги дополнительного образования), «В стране спортивных игр» (активное участие приняли родители).

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в детском саду напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными

усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Способы и направления поддержки детской инициативы

В образовательном процессе ребёнок и взрослые (педагоги, родители) выступают как субъекты педагогической деятельности, в которой взрослые определяют содержание, задачи, способы их реализации, а ребёнок творит себя и свою природу, свой мир. Детям предоставляется широкий спектр специфических для дошкольников видов деятельности, выбор которых осуществляется при участии взрослых с ориентацией на интересы, способности ребёнка. Взрослым необходимо научиться тактично сотрудничать с детьми: не стараться всё сразу показывать и объяснять, не преподносить сразу какие-либо неожиданные сюрпризные, шумовые эффекты и т.п. Необходимо создавать условия, чтобы дети о многом догадывались самостоятельно, получали от этого удовольствие.

Способы и направления поддержки детской инициативы в рамках Программы:

- Участие в совместных с родителями прогулках: «Прогулки выходного дня.»;
- Самостоятельный выбор маршрута по терренкуру;
- Использование схем, алгоритмов, пиктограмм, карты-схемы при выполнении разных видов движений.

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в старшем дошкольном возрасте является внеситуативно – личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационно познавательная инициатива. Поэтому для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

1. создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при его победе, использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку, особенно если его постигла неудача, или он проиграл;
2. уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;
3. поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу)
4. создавать условия для разнообразной самостоятельной двигательной деятельности детей;
5. при необходимости помогать детям в решении проблем организации игры; привлекать детей к обсуждению совместных проектов;
6. вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования двигательной деятельности;
7. спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления ситуации: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей. Рассказывать детям о своих трудностях, которые испытывали при обучении новым видам деятельности;

8. создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;

9. обращаться к детям, с просьбой продемонстрировать свои достижения в спорте и научить его добиваться таких же результатов от сверстников;

10. поддерживать чувство гордости за свои победы в соревнованиях и удовлетворение от результата;

11. создавать условия для различной самостоятельной творческой деятельности детей по их интересам и запросам, предоставлять детям на данный вид деятельности определенное время;

12. при необходимости помогать детям решать проблемы при организации подвижных или спортивных игр;

2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Программа для достижения поставленных задач предусматривает активное взаимодействие всех участников педагогического процесса педагогов, воспитанников и родителей.

Методическое обеспечение:

1. Методическая литература и интернет-ресурсы.
2. Авторские план-конспекты занятий с детьми старшей и подготовительной групп.
3. Мастер-классы для воспитателей и родителей об особенностях взаимодействия с родителями на общих мероприятиях
4. Дидактический и демонстрационный материал для детей, родителей воспитанников, воспитателей.

Заключение

-удовлетворить естественную биологическую потребность ребенка в движении;

-обеспечить развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально организованную для данного возраста двигательную активность и физические нагрузки;

-сформировать навыки в разных видах движений;

-способствовать развитию двигательных качеств и способностей ребенка;

-стимулировать функциональные возможности каждого ребенка и активизировать детскую самостоятельность;

-создать оптимальные условия для разностороннего развития детей: активизации мыслительной деятельности, поиска адекватных форм поведения, формирования положительных эмоциональных и нравственно-волевых проявлений детей.

Список методической литературы:

1. Адашкявичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду: Кн. для воспитателя дет.сада.-М.: Просвещение. 1992-159с.ил.
2. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. – М.: Просвещение, 2009.
3. Вавилова Е.Н. Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать. — М., Просвещение, 1983- 144с., ил.
4. Жулидов М. Бег и ходьба вместо лекарств. Самый простой путь к здоровью. - Издательство: Астрель, Полиграф издат. – 2012. - 224 с.
5. Кенеман А. В. Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: -3-е изд., испр. и доп.- М.; Просвещение,1985.-271с.,ил.
6. Кибардин Г.М. Скандинавская ходьба лечит..-Москва: Издательство «Э». - 2017. - 128с.(Лечение доступными средствами).
7. Кудрявцев В.Т. Егорова Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст):- М ЛИНКА – ПРЕСС, 2000. – 296с.: ил.
8. Лескова Г. Ноткина Н. Дошкольное воспитание 1989 №10 с.35-43. «Оценка физической подготовленности дошкольников»
9. Основная образовательная программа дошкольного образования. От рождения до школы. Под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой М. А. Васильевой. – 4-е изд., перераб. – М: Мозаика – Синтез,2016-352с.
- 10.Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. 3-е изд., перераб.- М.; Просвещение,1986.-304с., ил.
- 11.Палагнюк В.Г. Финская ходьба с палками: Методические рекомендации. - СПб. - 2012.
- 12.Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет.-М.: Гуманитизд. центр ВЛАДОС, 2001.-112с.
- 13.Пензулаева Л. В. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе. - М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ 2012. - 128с.
- 14.Пензулаева Л. В. . Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе. - М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ 2012. - 112с. 48

Квест игра, с использованием элементов геокешинг: «Зарница»

Цель: создание условий для включения родителей в образовательную деятельность и развитие у детей интереса к историческому прошлому нашей страны через изучение событий ВОВ.

Задачи:

Закрепление знаний о событиях Великой Отечественной войны, совершенствовать двигательные умения и навыки разных видах деятельности.

Воспитание дружеских взаимоотношений, уважение друг к другу, чувство ответственности, воспитание патриотических чувств у воспитанников.

Укрепить сотрудничество между детским садом и семьей.

Подготовительная работа: формирование и встреча с командами, подбор материалов и заданий по станциям.

Ход мероприятия

День Победы 9 Мая - Праздник мира в стране и весны.
В этот день мы солдат вспоминаем,
Не вернувшихся в семьи с войны.
В этот праздник мы чествуем дедов,
Защитивших родную страну,
Подарившим народам Победу
И вернувшим нам мир и весну!

Н. Томилина

Ведущий

Здравствуйте, ребята, родители и воспитатели! Сегодня наша встреча посвящена Дню Победы и называется она «**Дорогами Великой Отечественной войны...**» и пройдет она в форме квеста с элементами геокешинг.

Вы спросите меня-А что такое квест?

И я вам отвечу:

"Квест-это невероятные приключения!"

"Квест-это практическая тренировка частного детектива!"

"Квест-это возможность проверить неординарность своего мышления!"

А что же такое «геокешинг»?

«Геокешинг – это такой вид игры, направленный на поиск тайников, которые в свою очередь спрятаны другими участниками, с использованием карты.

Каждая команда получит свой маршрутный лист, где указаны все станции. Необходимо быстро и правильно выполнить все задание, в конце каждая команда получит карту с указанием места, где спрятан клад. Это будет ваш приз.

Приглашаются командиры своих подразделений (раздаются маршрутные листы, и дети вместе с родителями разбегаются по своим станциям).

Описание станций:

Название игры	Оборудование	Правила
Минное поле	Пластиковые бутылки с крышками 18 шт., закопанные в землю.	В игре принимает участие все дети и родители. Дети аккуратно раскручивают крышки с бутылок-разминируют поле, все пробегают на другую сторону, а затем родители закручивают крышки на бутылки- минируют поле.

Военный аэродром	Обруч, конус (2 шт.)	В игре принимают участие 10 детей и 5 родителей. Необходимо перелететь с одного аэродрома на другой. Самолет один и перевозит он только 2 человека (пилота и штурмана).
Артиллерийский обстрел	Мячитеннисные (10 шт.), мишень (2 шт.)	В игре принимают участие все желающие. Необходимо попасть в обруч с самолетом 5 раз.
«Шифровальщики»	Шифровка. Ключ к шифровке	Разгадать зашифрованное слова с помощью ключа. Отдельно задание для детей и родителей.
Госпиталь	Бинт.	Девочки перевязывают повреждённую часть тела «раненого». После оказания первой помощи «медсёстры» помогают раненым добраться до «больничной палаты»: мальчик идёт, опираясь на девочку.
Военный морской порт	Обруч (6 шт.)	В игре участвуют 5 родителей. Необходимо построить мост с помощью обручей и погрузиться на корабль. Сначала кладется один обруч, в него встает один игрок, ему передается второй обруч, он его кладет рядом и переходит в него и т.д.
Марш-бросок	Дуга, переносные лестницы (2 шт.), скамейка (2 шт.), туннель, конусы (5 шт.)	Преодоление полосы препятствий.

Конспект открытого занятия по физической культуре «РАЗВИВАЕМСЯ ИГРАЯ» с участием родителей

Возраст воспитанников: старший дошкольный возраст

Виды деятельности: двигательная, коммуникативная, познавательная

Образовательные области: физическое развитие.

Цель: уточнить и систематизировать представления и знания детей о космосе через создание эмоциональной заинтересованности и организацию совместной взросло-детской игровой деятельности.

Задачи:

образовательные:

- обогащать и расширять кругозор посредством интеграции всех образовательных областей в ходе подготовки и проведения занятия;
- закреплять знания и представления о предметах и явлениях окружающего мира;

развивающие:

- повышать познавательную, игровую, творческую и двигательную активность детей; развивать разнообразные психические процессы;
- обогащать и активизировать активный словарь по теме «космос»;

воспитательные:

- поддержать атмосферу творчества, активного участия в общих событиях группы; способствовать сплочению детей, родителей и педагога путём вовлечения в совместную деятельность;
- воспитывать чувство ответственности, взаимопомощи.

Используемые технологии: здоровьесберегающие (нейрогимнастика, дыхательная гимнастика Стрельниковой), интерактивные (работа в парах, работа в малых подгруппах, ротация станций), ИК технологии (компьютерная игра «Инопланетянин, запись голоса инопланетянина); игровая, личностно-ориентированная.

Предварительная работа:

Рассматривание иллюстраций о космосе.

Чтение книг о космосе.

Проведение занятия Познавательное развитие, тема «Человек и космос», «Солнечная система», лепка «Пришельцы из космоса», викторина «Этот загадочный космос», «На космодроме»;

Создание продуктов детской деятельности: планеты Солнечной системы, схемы полосы препятствий;

Материалы: игра «Пришельцы»; большие мячи, балансиры, обручи, гимнастические скамейки, «туннель», деревянные дуги, мольберт, Карточки для выбора элементов полосы препятствий, схемы полосы препятствий, планеты и скрепленные обручи для игры «Полет на ракетах».

Содержание	Обратная связь на высказывания детей
1 этап: способствуем формированию у детей внутренней мотивации к деятельности	
Приветствую Вас на нашем открытом занятии «Развиваемся, играя». Сегодня я познакомлю Вас, как через компьютерную игру, замотивировать детей на занятия физическими упражнениями. Ребята, посмотрите какая интересная игра выведена	

<p>на экран. Вас ждет необычное задание. В процессе компьютерной игры надо узнать, какое слово зашифровано в пустых клетках. Суть игры: пришельцы хотят захватить Землю. Правильно отгадав зашифрованное слово, вы сможете их остановить. Кто готов помочь спасти нашу планету от захвата инопланетянами?</p> <p>Тогда послушайте правила игры: надо поочередно открывать буквы. Если кто-то из вас откроет неправильную букву, то этим вы поможете построить пришельцу свой космический корабль для захвата Земли.</p> <p>Ребята, прочитайте, какое слово получилось? (мяч)</p> <p>Но чтобы это значило? (в зале находится спортивный инвентарь и среди него есть мяч)</p> <p>Посмотрите, на полу лежит мяч.</p> <p>Посмотрите, что нашел (имя ребенка), это записка, предложи маме прочитать.</p> <p>«На моей планете жители разучились летать в космос. Помогите восстановить центр подготовки космонавтов»</p> <p>Кто хочет помочь восстановить центр подготовки космонавтов?</p> <p>Какие у вас будут идеи?</p> <p><i>(Обсуждается каждая идея. Детям задаются уточняющие вопросы.)</i></p>	<p><i>Здорово!</i></p> <p><i>Друзья, вы отгадали слово и помогли спасти Землю от пришельцев!</i></p> <p><i>Но чтобы значило слово «мяч»?</i> <i>Дети и родители предлагают осмотреть мяч</i> - Прекрасная идея <i>Если затрудняются ответить:</i> - Может поискать мяч в зале?</p> <p><i>Что должно быть в центре подготовки? Каким он должен быть? Отличная идея? Замечательно?</i></p> <p><i>Физически подготовленным, сильным, быстрым. Иметь хорошее здоровье.</i> <i>С космодрома на ракете.</i></p>
<p>2 этап: способствуем планированию деятельности</p>	
<p>- Какие у вас будут идеи?</p> <p>На мольберте рисуется интерактивная карта-схема. Идеи обсуждаются с детьми и родителями и определяется 3 центра:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Медицинский центр 2. Центр физической подготовки 3. Космодром <p><i>Отличные центры, но насколько они эффективны?</i> <i>Как проверить?</i> <i>(надо самим пройти все эти центры, выстроить их и проверить)</i></p> <p>- Как вы думаете, в каком виде мы можем отсылать отчет нашему другу-инопланетянину? (делается фотография карты-схемы и отправляется)</p>	<p><i>-Идей очень много, и они все правильные. Все ваши идеи мы можем объединить в 3 основных центра.</i></p> <p><i>Отличная идея! Здорово!</i> <i>Хорошая идея!</i></p> <p><i>Фотоотчёт, видеотчёт, аудиозапись, голосовое сообщение.</i> -Замечательно. Хорошие идеи. Какую из них мы можем легче всего осуществить?</p>
<p>3 этап: способствуем реализации детского замысла</p>	

<p><u>Медицинский центр (музыкальный зал)</u> Упражнения на балансирах.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнения в паре с мамой за руки; 2. Стойка на балансирах самостоятельно, руки в сторону; 3. Стойка на балансирах, хлопок руками, касание плеч руками. <p><i>Дыхательные упражнения по Стрельниковой:</i> «Ладони» - ребенок стоит прямо, согнув руки в локтях и выставив ладони вперед. На шумном входе кулаки сжать, на выдохе – разжать. «Насос» - тело немного наклоняется вперед, руки находятся в расслабленном состоянии. При резком вдохе выполняется наклон, при выдохе – тело возвращается обратно. «Погончики» - прямая постановка со сжатыми кулаками, расположенными в области пояса. При вдохе руки опускаются вниз, при выдохе – возвращаются в обратную позицию. (делается фотография для друга- инопланетянина)</p> <p><u>Центр физической подготовки (спортивная площадка)</u> Провести разминку предлагаем одному из родителей, который посещает спортивный клуб. Детям и родителям предлагается сделать свою полосу препятствий. Родители составляют полосу препятствий по выбранной ими схеме (предлагаем 3-4 схемы)</p> <p>Дети сообща выбирают карточки с заинтересовавшим спортивным инвентарем, и выкладывают последовательность полосы препятствия. Затем составляют полосу препятствий на спортивной площадке.</p> <p>Ребята и родители проходят свои полосы препятствий. Потом меняются. Дети проходят полосу препятствий родителей, а родители детскую. (делается фотография для друга-инопланетянина)</p> <p><u>Космодром (спортивная площадка)</u> Детям и родителям предлагается игра придуманная детьми на физкультурном занятии «Полет на ракетах».</p>	<p>Инструктор дает четкие инструкции по выполнению упражнений.</p> <p>- У вас прекрасно получается! - Вот это да! Как здорово! Молодцы!</p> <p>Кого заинтересовала дыхательная гимнастика по Стрельниковой, вы можете сфотографировать Qкод.</p> <p>Подумайте. Рассмотрите внимательно. Посоветуйтесь друг с другом.</p> <p>Инструктор контролирует детей, их правильное прохождение полосы препятствий. Дает четкие необходимые инструкции.</p> <p>Вместе с детьми рассказываем правила игры. Раскладываем инвентарь</p>
<p>4 этап: способствуем проведению детской рефлексии по итогам деятельности</p>	

<p>-Друзья, пока мы играли мне на телефон наш друг-инопланетянин прислал голосовое сообщение. <i>«Спасибо вам большое, теперь мы легко восстановим центр подготовки космонавтов на планете Железяки»</i> - Ребята мы справились! - Что нового узнали? Что было интересного? - В каких спортивных мероприятиях вы хотели бы поучаствовать?</p>	<p>-Я рада, что у вас все получилось. -Я тоже так думаю... -Здорово! Отлично!</p> <p>Родителям предлагаются буклеты по здоровьесберегающим технологиям</p>
---	--

Спортивная прогулка по ПДД в старшей и подготовительной группе.

Цель: пропаганда основ безопасного поведения на дороге, изучение дорожных правил через игру.

Закреплять представление детей о светофоре его сигналах и изучение дорожных знаков.

Оборудование: светофор, дорожные знаки, карточки с цифрами, конверты с заданиями, полоски досок белого и чёрного цвета, кружки красного, зелёного, жёлтого цвета, картинки дорожных знаков, конусы, машинки.

Ход игры.

Здравствуйтесь, Ребята, вы стали уже большими, ходите **вподготовительную группу**, скоро вы станете первоклассниками, и будете ходить в школу, чтобы не попасть в неприятную историю, идя в школу, вы должны соблюдать правила дорожного движения. В течении всего времени, которого вы посещали детский сад, вы изучали, и повторяли правила поведения на дорогах, изучали знаки дорожного движения. И сегодня мы для вас хотим провести удивительное и необычное путешествие, **квест игру**, по правилам дорожного движения. В конце игры вы соберёте пазл и узнаете какой подарок вы получите, с которым вы сможете играть и закреплять свои знания. Но для этого надо пройти непростые испытания и проверить свои знания о правилах безопасности на дорогах.

Сначала мы с вами проведем небольшую разминку. Я задаю вопрос, если вы согласны, громко крикнете в ответ *«Это я, это я, это все мои друзья»*. Если нет, тогда топайте ногами.

- Кто из вас идёт вперёд только там, где переход? *(да)*
- Кто вблизи проезжей части весело гоняет мячик? *(нет)*
- Кто из вас в вагоне тесном уступает **старшим место**? *(да)*
- Знает кто, что красный свет, это значит, хода нет? *(да)*
- Знает кто, что свет зелёный - означает, по дороге каждый смело пусть шагает? *(да)*
- Кто бежит вперёд так скоро, что не видит светофора. *(нет)*
- Кто ГИБДД помогает, за порядком наблюдает. *(да)*

Молодцы!

Ребята, меня в руках карта - маршрут, вы будете следовать четко по этапам указанные в карте. На этапах, за правильное выполненное задание вы будете получать часть пазла из которого соберете целую картину. *(Ведущая раздает маршрутные листы и желает удачи)*

1. Задание.

«Извилистая дорога»

Здравствуйтесь, ребята перед вами извилистая дорога вам необходимо проехать на машине объезжая конусы, которые встречаются вам на пути не задев их, вернуться обратно по внешней стороне, и передать эстафету следующему участнику. (Оцениваться будет не быстрота, а аккуратность и четкость проезда, не задев конусы)

Молодцы ребята, отлично с заданием справились вы, получите кусочек пазла.

2. Задание.

Здравствуйтесь, ребята! Ваша команда должна из деталей пазла собрать дорожный знак и сказать как он называется. (Собирают *«Пешеходный переход»*)

Молодцы, ребята! Справились с заданием, получите пазл.

3. Задание

Ребята, а вы знаете, что это такое? *(Показывает жезл)* Правильно, это – жезл, с ее помощью инспектор может остановить нарушителя правил дорожного движения.

И Сейчас мы с вами поиграем в игру *«Передай жезл»*. Пока звучит музыка вы передаете жезл правой рукой в левую сторону, как только музыка прерывается, тот, у кого оказывается жезл, поднимает его вверх и отгадывает загадку, которую загадывает ведущий.

1. Ты всегда запомни строго:

Не место для игры (Дорога)

2. Он укажет поворот
И подземный переход.
Без него нельзя никак!

Этот друг - (Дорожный знак)

3. Стой! Нельзя идти, опасно!
Если загорелся.... (Красный)

Светофор сигнал дает,

4. Что пора идти вперед.
И для нас препятствий нет,
Ведь горит.... (Зеленый свет)

Молодцы ребята, справились с заданием, получите кусочек пазла.

4. Задание

Ребята, вы знаете, что на улице встречаются не только светофоры, а еще многие другие дорожные знаки. Они рассказывают о том какова дорога, как надо ехать, что разрешается и чего нельзя делать. Каждый знак имеет свое название и установлен в таком месте, где он необходим. Сейчас мы с вами поиграем в игру с дорожными знаками.

1. Я хочу спросить про знак

Нарисован знак — вот так,
В треугольнике ребята

Со всех ног бегут куда-то. Осторожно дети

2. Этот знак совсем не сложный

Но зато такой надежный

Помогает он в пути

Нам дорогу перейти. Пешеходный переход

3. Где ведут ступеньки вниз,

Ты спускайся, не ленись.

Знать обязан пешеход:

Тут Подземный переход

4. Ездить на велосипеде

Любят взрослые и дети.

С этим знаком станет ясно,

Где кататься безопасно Велосипедная дорожка

5. В этом месте пешеход

Терпеливо транспорт ждет.

Он пешком устал шагать,

Хочет пассажиром стать. Место остановки автобуса

6. Не мелькайте быстро, спицы,

Не спеши, велосипед!

Нам велят остановиться,

Здесь проезда дальше нет! Движение велосипедистов запрещено

Молодцы ребята, справились с заданием, получите кусочек пазла.

5. Задание.

Ребята, сейчас мы с вами поиграем и проверим, как вы хорошо знаете Правила Дорожного Движения. Но сначала я вам загадаю загадку.

Я глазами моргая

Неустанно день и ночь

Я машинам помогаю

И тебе хочу помощь

Дети (хором): Светофор!

Правильно.

Вы знаете, что на дороге самый главный светофор, а его сигнал для всех закон.

Если свет зажегся красный
Значит, двигаться опасно!
Желтый свет – предупреждение,
Жди сигнала для движения.

Свет зеленый говорит:

Пешеходам путь открыт!

Ребята, на улице нужно быть очень внимательным и сейчас я проверю вашу внимательность.

Звучит веселая музыка, игра «Сигналы светофора».

Мы поиграем в игру называется она «Три огонька у светофора». Условия игры: я показываю вам зелёный кружок, вы шагаете на месте; красный – замерли; жёлтый – смотрим по сторонам. (Играем 2р.)

Молодцы, ребята вы справились с заданием, получите пазл

Итог

Молодцы ребята, вы отлично справились с заданием, а сейчас вы соберёте пазл. (Дети собирают на столе пазл и им дарят подарок)

Ребята, вы сегодня усвоили все правила движения и знаете все дорожные знаки. И запомните, ребята, как запомнила это я: что дорогу где попало вам переходить нельзя.

1. Задание.

«Извилистая дорога»

Ребята перед вами извилистая дорога вам необходимо проехать на машине объезжая конусы, которые встречаются вам на пути не задев их, вернуться обратно по внешней стороне, и передать эстафету следующему участнику. (Оцениваться будет не быстрота, а аккуратность и четкость проезда, не задев конусы)

2. Задание.

Ваша команда должна из деталей пазла собрать дорожный знак и сказать как он называется. (Собирают «Пешеходный переход»)

3. Задание

Ребята, а вы знаете, что это такое? (Показывает жезл) Правильно, это – жезл, с ее помощью инспектор может остановить нарушителя правил дорожного движения.

И Сейчас мы с вами поиграем в игру «Передай жезл». Пока звучит музыка вы передаете жезл правой рукой в левую сторону, как только музыка прерывается, тот, у кого оказывается жезл, поднимает его вверх и отгадывает загадку, которую загадывает ведущий.

1. Ты всегда запомни строго:

Не место для игры (Дорога)

2. Он укажет поворот

И подземный переход.

Без него нельзя никак!

Этот друг - (Дорожный знак)

3. Стой! Нельзя идти, опасно!

Если загорелся.... (Красный)

Светофор сигнал дает,

4. Что пора идти вперед.

И для нас препятствий нет,

Ведь горит.... (Зеленый свет)

4. Задание

Ребята, вы знаете, что на улице встречаются не только светофоры, а еще многие другие дорожные знаки. Они рассказывают о том какова дорога, как надо ехать, что разрешается и чего нельзя делать. Каждый знак имеет свое название и установлен в таком месте, где он необходим. Сейчас мы с вами поиграем в игру с дорожными

знаками.

1. Я хочу спросить про знак
Нарисован знак — вот так,
В треугольнике ребята
Со всех ног бегут куда-то. Осторожно дети
2. Этот знак совсем не сложный
Но зато такой надежный
Помогает он в пути
Нам дорогу перейти. Пешеходный переход
3. Где ведут ступеньки вниз,
Ты спускайся, не ленись.
Знать обязан пешеход:
Тут Подземный переход
4. Ездить на велосипеде
Любят взрослые и дети.
С этим знаком станет ясно,
Где кататься безопасно Велосипедная дорожка
5. В этом месте пешеход
Терпеливо транспорт ждет.
Он пешком устал шагать,
Хочет пассажиром стать. Место остановки автобуса
6. Не мелькайте быстро, спицы,
Не спеши, велосипед!
Нам велют остановиться,
Здесь проезда дальше нет! Движение велосипедистов запрещено

5. Задание.

Ребята, сейчас мы с вами поиграем и проверим, как вы хорошо знаете Правила Дорожного Движения. Но сначала я вам загадаю загадку.

Я глазищами моргая
Неустанно день и ночь
Я машинам помогаю
И тебе хочу помощь
Дети (*хором*): Светофор!
Правильно.

Вы знаете, что на дороге самый главный светофор, а его сигнал для всех закон.
Если свет зажегся красный
Значит, двигаться опасно!
Желтый свет – предупрежденье,
Жди сигнала для движения.

Свет зеленый говорит:
Пешеходам путь открыт!

Ребята, на улице нужно быть очень внимательным и сейчас я проверю вашу внимательность.

Звучит веселая музыка, игра «Сигналы светофора».

Мы поиграем в игру называется она «Три огонька у светофора». Условия игры: я показываю вам зелёный кружок, вы шагаете на месте; красный – замерли; жёлтый – смотрим по сторонам. (*Играем 2р.*)

**Спортивный проект
«Чемпионат детского сада по спортивным играм»**

Спортивное мероприятие в рамках проекта «Спортландия»

Задачи: совершенствовать умения играть в игры-эстафеты с элементами спортивных игр; играть в футбол, детский волейбол, городки. Развивать ловкость, быстроту, стремление к победе. Поддерживать интерес к различным видам спорта. Воспитывать дружеские взаимоотношения.

Первый день.

Открытие «Чемпионата детского сада по спортивным играм»

Дети под музыку выходят на площадку, и строятся в колонну по три.

Ведущий: Нас солнца луч смешит и дразнит
Нам нынче весело с утра
Весна нам дарит звонкий праздник
И главный гость на нем – игра!

Дорогие ребята, сегодня мы собрались, чтобы повеселиться, поиграть, свою сноровку показать.

Посмотрите, к нам в детский сад пришла телеграмма (читает):

КЛОУН КЛЕПА В ГОСТИ ИДЕТ ТЧК ШУТКИ ЗПТ ИГРЫ ЗПТ ПРИБАУТКИ ВАМ В ПОДАРОК ПРИНЕСЕТ

Но как же он нас найдет? Я предлагаю громко похлопать, он услышит и прибежит. (дети хлопают.)

Звучит музыка. (На спортивную площадку бежит Клоун)

Клоун: А вот и я! Давно не виделись!
Вы заждались, небось, не обиделись?

Ведущий: Да как тебе сказать? Не то, чтобы очень...
Ну, раз пришел, поздоровайся. Видишь – ПУБ-ЛИ-КА!

Клоун: Не вижу никакого бублика!

Ведущий: Да не бублика, а публика! Поздоровайся, говорю, с ребятами.

Клоун: Ааааа, так бы сразу и сказали. (Здоровается с детьми за руки. При этом Клоун говорит: «До свидания!»)

Ведущий: Клепа, ты, что забыл? Приветствуя нужно говорить «Здравствуйте!»

Клоун: Нет, это Вы перепутали, нужно говорить «До свидания!»
Лучше у ребят спросим. (Дети отвечают). (Клоун здоровается, за ногу с ребятами.)

Ведущий: Дети подскажите, разве это правильно?

Дети: Нет. (Клоун исправляется).

Клоун: Что такое, почему?
Ничего я не пойму!
Куда это я попал?
Меня кто-то приглашал?

Ведущий: Здесь сегодня шум и суета,
Все ребята по-спортивному одеты, просто красота!
День особенный у нас!
Спортивный праздник, просто класс!

Клепа: Ура! Мы будем весело играть, шутить и танцевать. Какой же спортивный праздник без спортивных игр? Я очень хочу поиграть с вами в разные игры. А какие спортивные игры ребята, вы знаете?

Дети: *(Дети отвечают)*

Клепа: Ребята, а вы знаете, что наш праздник будет длиться 3 дня. На протяжении всех этих дней вы будете соревноваться, выполнять задания, играть в спортивные игры. Ну что ребята вы ГОТОВЫ?

Дети отвечают.

Клоун: Вы сегодня все, ребята
Будьте ловки и смелы,
И себя вы покажите
С самой лучшей стороны.
И здоровье, и успех ждут ребята всех, всех, всех!

Клепа: Ну вот, милые ребята, сейчас мы тут такой цирк устроим!!!
Первым номером нашей программы будет весёлая разминка.

РАЗМИНКА

(Проводится разминка с помпонами)

Клепа: А сейчас приглашаются для жеребьевки капитаны подготовительных к школе групп.

В первый день соревнований вам предстоит пройти полосу препятствий на время. Группа с наилучшим временем, получит 10 очков, со вторым временем 8 очков, и третьем время-6 очков . Всем удачи!!!!

Полоса препятствий.

1. Бег через ворота высотой 30 см.
2. Бег «змейкой» между конусами.
3. Пролезть под дугами (4 шт.) разной высоты.
4. Лазание лежа на животе по скамейкам. (2 шт.).
5. Прыжки в обручи с продвижением вперед (классики)
6. Передвижение прыжками по обручам (10 шт.)
7. Пролезть в туннеле
8. Капитан разбивает битой фигуру «городка».

ФИНИШ!!!

Второй день.

Построение на спортивной площадке. Под марш дети заходят на площадку командами, со своими флагами.

Клоун: Дорогие ребята, начинаем второй день нашего «Чемпионатад/с по спортивным играм».

Отгадайте загадку:

Круглый я как Шар земной
Все гоняются за мной.
Лупят ногами, руками,
А я убегаю - прыжками. **(Мяч).**

Клоун: Сегодня у нас в программе Чемпионата эстафеты с элементами спортивных игр.

Капитаны команд: (выходят вперед) Командам «Веселые ребята» и «Чемпионы» наш:

Дети: ФИЗКУЛЬТ – ПРИВЕТ! (так делают все 3 команды)

Вед.: Начинается разминка, не ленись и не зевай!

Нужно дружно всем вам встать и разминку начинать!

Разминка: 1. Плечи вверх – вниз.

2. Наклоны головы влево – вправо.

3. Руки к плечам, вверх, к плечам, вниз.

4. Повороты вправо и влево, руки в стороны.

5. Наклоны вперед, вниз.

6. Приседания, руки вперед.

7. Прыжки на правой и левой ноге, в чередовании с ходьбой.

Вед.: Представляю вам
главного судью соревнований –

1-й помощник судьи –

2-й помощник судьи –

1. «ВЕДЕНИЕ МЯЧА» - по команде дети по очереди ногой ведут мяч вокруг ориентира и возвращаются в команду, передают мяч следующему игроку. Участвует 6-8 детей из команды.

2. «ПЕРЕДАЙ МЯЧ НАД ГОЛОВОЙ» - команда из 10 игроков строится в одну колонну, поднимает руки вверх. Мяч у капитана команды впереди. По команде дети передают мяч над головами, последний бежит с мячом вперед и опять передает мяч. Так до тех пор, пока впереди не окажется капитан команды – тогда игра считается закончена.

3. «БЕГ В ПАРЕ С МЯЧОМ» - команда из 8 детей строится попарно. Мяч у первой пары. Первая пара двигается боковым галопом, мяч держат грудью. Так передвигаются до ориентира, а затем бегут к своей команде, отдают мяч следующей паре, сами встают назад.

4. «ПЕРЕДАЛ МЯЧ – САДИСЬ» - команда из 10 детей строится в одну колонну, капитан команды (или воспитатель) становится лицом к команде на расстоянии 2-3м от нее. По команде капитан бросает мяч первому игроку, тот ловит мяч и бросает его назад капитану, затем быстро приседает. А капитан бросает мяч второму игроку и т.д. пока все участники команды не присядут. Капитан поднимает мяч вверх над головой, и вся команда быстро встает. Побеждает та команда, которая первая выполнит задание.

5. «МЯЧ КАПИТАНУ»- капитаны встают напротив команды, на противоположной стороне. Первый бежит до ориентира, бросает мяч капитану, капитан возвращает мяч игроку. Игрок с мячом бежит к команде, передает следующему игроку и встает в конец строя.

6. «ХОККЕЙ С МЯЧОМ»- первый по сигналу клюшкой ведет кубик до ориентира, возвращается и передает эстафету следующему.

7. «ПРЫЖКИ С МЯЧОМ»- мяч зажат между ног, игрок прыжками передвигается до ориентира и назад.

Третий день

«КТО ЛОВКИЙ?» - личное первенство. Выбирается по 2-3 участника от команды, успешно владеющих мячом. Поочередно дети отбивают мяч об пол, выигрывает тот, кто больше раз отобьет мяч. Все очки считаются и прилагаются к командным очкам.

«ПОПАДИ В КОЛЬЦО»-команде из 3 человека дается по 3 попытке каждому. Чья команда больше попадет в баскетбольное кольцо, тот и победит.

«МЯЧ КАПИТАНУ»- команда 10 человек. Капитаны встают напротив команды, на противоположной стороне. Первый бежит до ориентира, бросает мяч через отскок в обруч

капитану, капитан возвращает мяч игроку. Игрок с мячом бежит к команде, передает следующему игроку и встает в конец строя.

Игра «МЯЧ ЧЕРЕЗ СЕТКУ» - с элементами игры в волейбол.

1. Жеребьевка.

2. Цель: забросить как можно больше мячей своим соперникам.

3. Участники игры: в игре принимают участие по 8 игроков от команды.

4. Начало игры: команды строятся на своей площадке;

Звучат приветствия;

игроки свободно рассредоточиваются на своей площадке.

5. Судейство: дает свисток к началу игры и включает секундомер. Следит за тем, чтобы дети не перебрасывали мячи под сеткой, и не бросали их после второго свистка.

6. Время игры: игра проводится по 5 партий по 2,5 минуты.

7. Ход игры: команда получает 8 мячей, и по свистку игроки начинают перебрасывать мячи в сторону противника до тех пор, пока не прозвучит второй свисток судьи. Выигрывает та команда, на площадке которой после второго свистка окажется меньше мячей. Ей присуждается 1 очко. Затем игроки меняются площадками, и игра повторяется.

8. Правила игры:

1-мячи перебрасывают с любого места площадки

2-нельзя бросать мячи под сеткой

3-нельзя бросать мячи после второго свистка судьи.

**Сценарий итогового мероприятия
«Малые Олимпийские игры»
в рамках проекта
«Здравствуй Олимпиада!»**

Пояснительная записка

Работа представлена по направлению - «Физическое развитие детей старшего дошкольного возраста»

Тема - «Малые Олимпийские игры» В работе используется программа под редакцией С.О. Филипповой «Олимпийское образование дошкольников» и методика Л.И. Пензулаевой «Система работы по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста».

Малые Олимпийские игры охватывают детей старших и подготовительных к школе групп. Именно в этом возрасте дети могут проявить свои способности, показать знания и умения. Участвуя в соревнованиях у детей 5-7 лет в связи с расширением диапазона двигательных навыков и умений, развитием физических качеств появляется возможность показать успешное овладение как упражнениями в целом виде, так и отдельными элементами техники движений. У детей этого возраста имеется определённая готовность к осознанности поставленных перед ним задач, умение оценивать ситуацию, управлять своими движениями с помощью словесных указаний и объяснений. Большое значение имеет предварительная работа, в ходе которой дети получают начальные представления об Олимпийских играх, воспитывается любовь, уважение к спорту, к олимпизму как культурному наследию человечества.

Этапы: 1. Подготовка к Олимпиаде; 2. Открытие «Малых Олимпийских игр»; 3. Проведение 4 олимпийских дней; 4. Закрытие с вручением наград.

Используется аппаратура: Музыкальный центр, Мультимедийное устройство (просмотр слайдов и мини-фильмов про Историю Олимпийских игр, Олимпийское движение) Кратко анализируя участие детей, воспитателей, родителей в Олимпийских играх, можно отметить, что интерес и активность всех участников были на высоком уровне.

Проведение Малых Олимпийских игр позволяет сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей. Формировать доступные знания детей об Олимпийском движении, основах здорового образа жизни и приобщать их к физической культуре и спорту; Формировать у детей умение играть дружно, согласовывать свои действия с действиями других. Побуждать детей к самостоятельности и умению проявлять активность в играх и упражнениях.

**Сценарий итогового мероприятия «Малые Олимпийские игры»
Для детей старших и подготовительных групп.**

Цель:

- Создать у детей представления об Олимпийских играх, как мирного соревнования в целях физического совершенствования людей.
- Формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Способствовать формированию у детей интереса к занятиям физическими упражнениями через нравственный и эстетический опыт олимпизма (честность, воля к победе, взаимовыручка, чувство ответственности и др.)
- Содействовать физическому и духовному развитию личности, реализуя принцип взаимодействия педагогов детского сада и родителей воспитанников.

Место проведения: территория МБДОУ детский сад №1 «Ручеек»

Участники: все дети старших и подготовительных групп, воспитатели.

В последний соревновательный день - родители воспитанников.

Малый Олимпийский комитет:

Инструктор по физическому воспитанию - главный судья

Старшие воспитатели

Медицинская сестра

Музыкальный руководитель

Воспитатели групп

Предварительная работа:

- В течение сентября воспитателями проводятся беседы на олимпийскую тематику с использованием иллюстраций, видеоматериалов: «Спорт и спортсмены», «Боги и люди Олимпии», «Символика Олимпийских игр», «Летние и зимние Олимпийские игры»

- Инструктор по физической культуре проводит олимпийские занятия: «В гостях у Эллинов», «Чемпионы среди нас», «Выбираем свой вид спорта»

- Музыкальный руководитель акцентирует внимание детей на песнях о спорте, почему их придумывают люди, объясняет, какая музыка звучит на Олимпиадах (Олимпийский гимн, гимн страны, которая победила, марш). Разучивание песен о спорте, гимна детского сада «Ручеек».

- На занятиях по изо-деятельности детям демонстрируются иллюстрации древнегреческих скульптур олимпийских богов, а также современные рисунки и фотоматериалы на олимпийскую тематику. Рисование Олимпийского огня.

- Инструктор по физической культуре в сентябре в рамках мониторинга выбирает детей из каждой группы с высокими показателями. Из них дети с воспитателем выбирают капитанов своих команд. Капитаны должны иметь отличную физическую подготовку и обладать нравственно-волевыми качествами.

- Выбрать по представителю от каждой команды для произношения «Клятвы спортсменов», а также «факелоносцев».

- Воспитатели знакомят детей с законами Малых Олимпийских игр в детском саду «Ручеек» и совместно с детьми изготавливают олимпийский флаг своей команды, наглядное пособие «Дневник Олимпийских игр», который затем заполняется в течении всей олимпийской недели.

Открытие Малых Олимпийских игр.

Звучат спортивные гимны и марши. Под звуки праздничного марша дети и воспитатели выстраиваются на открытие Малых Олимпийских игр.

Звучат фанфары.

Ведущий: Сегодня, мы торжественно открываем

Малые Олимпийские игры.

Что такое Олимпиада?

Это честный спортивный бой

В ней участвовать награда,

Победить же может любой!

Я знаю, что вы все готовы бороться за победу!

Капитаны, представьте свои команды!

(команды громко и четко произносят свое название и девиз)

Ведущий: Родиной Олимпийских игр является Древняя Греция. С большим уважением и любовью древние греки относились к Олимпийским играм, потому что они объединяли людей для дружбы и мира.

О, радость Олимпийского движения –

Храни, благословенная земля!
Олимпия - великое творенье!
Спортивный мир — единая семья!

(Под музыкальное сопровождение - входит Олимпия)

Олимпия: Из Греции с Олимпа прибыла я.

О! Радость нашей встречи безгранична.

О! Счастье видеть искренних друзей!

Даю добро на проведение

Олимпиады детской-

Символ дружбы мира и надежды.

Кто мне предан безгранично,

Тем всегда помочь я рада!

И за ваши достижения

Много я вручу награды.

Впереди нас ждет работа,

Колоссально важный труд,

Кто ее не побоится, **за** победой устремится-

Самых лучших **лавры** ждут!

Парад спортивный **начинаю!**

Танец Олимпийских колец

Олимпия: Внести огонь вам предлагаю!

Начало факельной эстафеты. (Дети выстраиваются от входа в детский сад до стадиона.

Представитель от каждой команды на определенном этапе **передает** факел, другому

участнику. **Последний «факеломолец» вбегает на стадион, останавливается возле макета**

«олимпийский огонь» и передает факел Олимпии)

Олимпия: И вот в Олимпии

От солнечных лучей,

Рожден огонь олимпиад священный.

И факел мира на руках людей.

Свершает круг земной благословенный.

Я вам дарю огонь спортивный

Желая мира и добра.

(Олимпия зажигает факелом Олимпийский огонь на стадионе)

Ведущий: Равнение на флаг! Флаг Малых Олимпийских игр нашего д/с - внести!

(Под звуки фанфар появляются лучшие спортсмены команд, держа в руках Олимпийское

знамя. Под торжественную музыку они пронесут флаг перед всеми командами. Под

громкие аплодисменты, знамя водружается на почетное место)

Ведущий: По сложившейся олимпийской традиции звучит гимн страны, где **проходят**

Олимпийские игры.

(Звучит «Гимн России» -1 куплет)

Олимпия: А сейчас, я **приглашаю** сюда **выйти спортсменов**, которые торжественно **произнесут** клятву от имени всей **своей** команды, перед началом **соревнований**.

Клятва спортсменов: От имени **всех** спортсменов обещаем: будем честно участвовать в играх, соблюдая правила для славы спорта, для **чести** своих команд!

Дети: Клянемся! Клянемся! **Клянемся!**

(Фанфары извещают о начале соревнований)

Олимпия: Малые олимпийские игры считаю открытыми! Желаю всем спортивных успехов **и** достижений *(уходит)*.

Ведущий: А сейчас, для поддержания вашего спортивного духа, выпускники нашего детского сада для вас подготовили показательные выступления, хочу вам представить Олимпийский резерв нашей родины, мастеров киоку-шинкай - обладателей оранжевого пояса Артема Яковлева, Дмитрия Лукьянова и Евстафия Аведян. Поприветствуем наших

спортсменов аплодисментами.

«Карате»-показательные выступления **под** гимн Киоку-щинкай.

Ведущий: А теперь встречаем наших гостей, неоднократных участников различных международных соревнований - команду спортсменок по степ-аэробике и фитнес клуба «Ритм»!

Выступление девочек из клуба «Ритм»

Ведущий: Перед тем, как объявить программу Олимпиады, я хочу, чтобы вы поприветствовали своих воспитателей дружными аплодисментами! Ведь они тоже - участники соревнований! Ваши воспитатели тоже примут участие в разных соревнованиях: по бегу, в прыжках, метании, армрестлинге и других дисциплинах! И так, я объявляю программу проведения «Недели Малых Олимпийских игр»

Программа Малых Олимпийских игр:

Сегодня- день «Бегунов»

-бег на короткие и длинные дистанции(старшие и подготовительные группы)

Завтра-день «Силачей»

-метание мешочков **с песком вдаль** (старшие и подготовительные группы, воспитатели)

-армрестлинг (мальчики подготовительных групп, воспитатели)

В среду -день «Прыгуна»

-прыжки в длину с места;

-прыжки в длину с разбега (старшие, подготовительные группы, воспитатели).

В четверг - день «Формула-1»

-заезды велосипедистов (заезд **по** 2 участника на время, используя секундомер)

-заезды на самокатах.

В пятницу –Закрытие малых олимпийских игр

-Финальная эстафета(старшие, подготовительные группы)

- забег на скорость (мамы, папы)

-эстафеты с родителями

-церемония **награждения**

-церемония закрытия

Ведущий: Перед началом соревнований спортсмены всегда делают разминку. И сейчас под веселую музыку мы как следует, разогреем наши мышцы! А проведет сегодня разминку настоящий тренер по фитнес-аэробике! Перестраиваемся в шахматном порядке, внимательно следим и повторяем за тренером и спортсменками.(*дети перестраиваются и проводят разминку под марш*)

После открытия Малых Олимпийских игр проводится «День Бегунов»

(приложение №1)

Во вторник проводится «День Силачей»

(приложение №2)

В среду проводится «День Прыгуна»

(приложение №3)

В четверг проводится «День «Формула – 1»

(приложение №4)

Закрытие Малых Олимпийских игр

(*Построение детей под звуки фанфар*)

Ведущий: вот и закончился последний день соревнований и я объявляю победителей эстафеты:.....(*Объявленные дети **награждаются грамотами***)

Ведущий: в соревнованиях родителей победили:...(*Объявленные родители **награждаются медалями***)

Выход королевы спорта Олимпии: Приветствую вас, спортсмены!

Дорогие ребята, всю неделю я следила за вашими успехами, вы очень порадовали меня своим стремлением к победе. И, конечно же получили заслуженные награды. Ребята, а вы знаете, что у Олимпийских игр есть своя заповедь: «Главное не победа, а участие!» и среди вас есть мальчики и девочки которые принимали участие в соревнованиях, но их соперники были чуть-чуть сильнее. Я хочу их тоже поблагодарить за участие и наградить! **(вызывает ребят не занявших никаких мест и награждает медалями за участие)** Не сдавайтесь и еще больше тренируйтесь, желаю вам больших побед!

Олимпия: А сейчас я приглашаю ко мне наших чемпионов, ребят которые завоевали больше всех наград в нынешних Олимпийских играх, давайте поздравим их еще раз **(дети делают круг почета по стадиону)**

Ведущий: ребята подошла минута расставания, равнение нафлаг! Флаг снять, **(чемпионы соревнований снимают флаг и проносят над головами ребят, а те стараются прикоснуться к нему)**.

Ведущий: Передать флаг королеве спорта Олимпии до следующих Олимпийских игр в детском саду.

Олимпия: Не бойтесь, дети, дождя и стужи,

Чаще ходите на стадион.

И каждый, кто с детства со спортом дружит,

Тот будет ловок, здоров и силен!

Да здравствуют сетки, мячи и ракетки,

Зеленое поле и солнечный свет!

Да здравствует радость спортивных побед!

- Жаль мне с вами расставаться, но пришла пора прощаться. До свиданья, не грустите и со спортом вы дружите! **(уходит)**

Ведущий: Ребята, а мы гасим Олимпийский огонь – наши соревнования закончены.

Приложение №1

День «Бегунов»

Место проведения: «Проспект Детства» детского сада «Ручеек»

Правила проведения забега на длинные дистанции:

- Из каждой команды выбираются 5 лучших бегунов (5 девочек и 5 мальчиков)

- Медали разыгрываются между старшими группами и отдельно между подготовительными.

- После сигнала судьи, участники стартуют одновременно, на финише определяются победители. Правила проведения забега на короткие дистанции (30 м):

- Бегут все девочки команды, из которых выбираются лучшие бегуны на короткую дистанцию (5 девочек).

- Бегут все мальчики команды, из которых выбираются лучшие бегуны на короткую дистанцию (5 мальчиков).

- Они продолжают соревноваться с соперниками из других групп. На время парами бегут девочки, затем мальчики из разных групп. По результатам секундомера выявляются победители среди девочек и мальчиков.

- Результаты заносятся в протокол.

Оборудование: свисток, секундомер, лента для финиша, спортивная форма по количеству участников, пьедестал, комплект разыгрываемых медалей, ручка.

План проведения дня:

9.00ч. - «Зарядка чемпионов»

9.15ч. - «Бег на длинную дистанцию» Старшие группы: девочки, мальчики.

9.30ч.- Подготовительные группы: девочки, мальчики.

10.00ч. - «Бег на короткую дистанцию» Старшие группы: отборочный тур между девочками и мальчиками.

10.10 -10.50ч. - Соревнования между группами.

- 11.00ч. - Подготовительные группы: отборочный тур
11.10ч. - Соревнования бегунов из разных команд.
11.45ч. - Забег воспитателей
11.55ч. - Церемония награждения.

Приложение №2

День Силачей

МЕТАНИЕ

Место проведения: «Спортивный комплекс Олимпийский» детского сада «Ручеек»

Правила проведения метания: Команды согласно жеребьевке, по очереди приходят на спортплощадку. По 3 попытки у каждого ребенка.

- От начерченной линии три участника команды метают мешочки с песком вдаль:
- У каждого ребенка мешочек своего цвета (красного, синего, зеленого)
- Разрешается метать любой рукой.
- Замах из-за плеча
- Результаты каждого спортсмена фиксируются в протокол.
- Лучшая попытка - шанс получить Золотую медаль.

Оборудование: 3 мешочка красного цвета, 3 - зеленого и 3 - синего, рулетка, мел, протоколы, ручка, пьедестал, комплекты разыгрываемых медалей.

АРМРЕСЛИНГ

Место проведения: Летняя эстрада детского сада «Веселая нотка»

Правила проведения Армрестлинга: Участвуют только мальчики старших и подготовительных групп. Под чутким руководством инструктора по ФИЗО проходит отборочный тур, в котором выявляются самые сильные мальчики.

- Участники садятся за стол напротив друг друга
- Делают захват правой рукой руку соперника
- Силой стараются положить руку соперника на стол, не отрывая локтя от стола

Оборудование: столик, стулья, протоколы, ручка, пьедестал, комплекты разыгрываемых медалей.

Ход проведения дня:

- 9.00 – 9.15ч. - «Зарядка Чемпионов»
9.15 - 10.00ч. - «Метание мешочков вдаль» старшие группы
10.15 - 11.00ч. «Метание мешочков вдаль» подготовительные группы
11.15 - 11.30ч. - «Метание мешочков вдаль» воспитатели
11.30- 11.45ч. - обработка результатов.
11.50ч. - Церемония награждения по метанию
15.15- 15.40ч. - Армрестлинг старшие группы
15.45 - 16.15ч. - Армрестлинг подготовительные группы
16.20 - 16.30ч. - Армрестлинг воспитатели
16.30ч. - Церемония награждения победителей Армрестлинга

Приложение №3

День «Прыгунов»

Место проведения: «Спортивный комплекс Олимпийский» детского сада «Ручеек»

Правила проведения прыжков с места: Команды прыгают по очереди, согласно жеребьевке. Результаты заносятся в протоколы. По лучшим результатам определяются победители среди старших и подготовительных групп. Детям дается 3 попытки.

Исходное положение: ноги вместе на отметке.
Размах двумя руками. Прыжок
Рулеткой измеряется расстояние.

Правила проведения прыжков с разбега:

Разбег

От отметки толчок одной ногой. Прыжок.

Результат оценивается при приземлении по пяткам или по рукам.

При заступе результат не фиксируется.

Оборудование: рулетка (3 м), грабли, протоколы, ручка, комплект разыгрываемых медалей, пьедестал, столик.

План проведения дня:

9.00.- 9.15ч. - «Зарядка для чемпионов»

9.15- 10.10ч. - «Прыжки с места» и «Прыжки с разбега» старшие группы 10.20-11.20ч. - «Прыжки с места» и «Прыжки с разбега» подготовительные группы

11.30-11.55ч. - «Прыжки с места» и «Прыжки с разбега» воспитатели

11.55- 21.10ч. - Церемония награждения.

Приложение №4

День «Формула -1»

Место проведения: «Проспект Детства» детского сада «Ручеек»

Правила проведения заездов на самокатах и велосипедах: Участники заезда - - 6 мальчиков и 6 девочек от каждой группы на своих самокатах.

- 6 мальчиков и 6 девочек от каждой группы на своих велосипедах от каждой группы.

(В олимпийском заезде принимают участие дети на личных транспортных средствах!)

Для выявления сильнейших велосипедистов и «самокатчиков» проводится отборочный тур.

В финальном заезде участвуют те, кто первый добрался до финиша в отборочном туре (6 мальчиков и 6 девочек на самокатах и велосипедах старших и подготовительных групп)

Оборудование: личные транспортные средства детей (самокаты и велосипеды), финишная лента, протоколы, ручка, пьедестал, комплекты разыгрываемых медалей для старших и подготовительных групп.

План проведения дня:

9.00 -9.15 - «Зарядка Чемпионов»

9.15 - 9.35ч. - «Заезд на самокатах» старшие группы

9.35 - 10.00ч. - «Заезд на велосипедах» старшие группы

10.10 - 10.30ч. - «Заезд на самокатах» подготовительные группы

10. 40 - 11.15ч. - «Заезд на велосипедах» подготовительные группы

11.30 - 11.45ч. - «Заезд на велосипедах» воспитатели

11.50ч. –12.00ч. - Церемония награждения

Мастер-класс для педагогов

Взаимодействие инструктора по физической культуре с участниками образовательного процесса при организации спортивных квест-игр

В Федеральной образовательной программе дошкольного образования особое место отведено взаимодействию педагогического коллектива с семьями воспитанников. Поэтому в этом году изменилось планирование и спортивных мероприятий. При организации запланированных мероприятий всегда предусматриваю взаимодействие не только родителей, но и музыкальных руководителей, и педагогов дополнительного образования, в общем, стараемся привлечь весь педагогический коллектив. Один из самых удачных вариантов такого взаимодействия – это квест-игры.

Квест - обозначает поиск или приключение. Квест-игра для дошкольников позволяет сочетать в одном занятии игровую деятельность, обучение, соревновательный момент, самостоятельный поиск решения и командную стратегию для достижения поставленной цели.

Инструктор по физической культуре должен продумать маршрут, станции, задания к ним, различные развлекательные островки, и в этом ему помогут воспитатель, родители, музыкальный руководитель и конечно педагоги доп. образования. Представляю вашему вниманию удачные квесты:

Квест называется «В поисках новогодних подарков!» с использованием элементов скандинавской ходьбы.

Цель: создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья детей старшего дошкольного возраста средствами скандинавской ходьбы.

Задачи:

- создать условия для мотивации детей к двигательной активности;
- развивать двигательные качества: быстроту движений, гибкость, силу, выносливость, ловкость;
- формировать привычки здорового образа жизни;
- воспитывать интерес к занятиям физической культурой и спортом.
- создать новогоднее настроение и положительные впечатления при подготовке к празднику.

Развивающая предметно- пространственная среда:

Терренкур на территории детского сада с разработанными маршрутами:

- 1) первый маршрут – легкий, для 1 этапа обучения;
- 2) второй маршрут - средний, для старших групп по разнообразному грунту (асфальт, песок, гравий, трава)
- 3) третий маршрут – городской по асфальтированной территории детского сада
- 4) четвертый маршрут – круговая тренировка для детей, имеющих высокий уровень физической подготовленности, без диагнозов, с элементарным туризмом с использованием экологической тропы.

Структура спортивного квеста:

Спортивные квесты периодически проводятся в течение всего года, начиная с лета. Структура квеста носит динамичный характер, может меняться в зависимости от уровня подготовленности детей, от погодных условий (осадки в виде дождя, дождь со снегом, сильный ветер и т.д.), но в большинстве случаев носит стабильную модель.

1. Мотивационный этап (3-4 мин): обсуждение проблемы и способов ее решения. Постановка детской цели: «Я хочу участвовать в квесте и решить все проблемы!»

2. Вводная часть (4-6 минут)

Основной целью вводной части является подготовка организма к выполнению предстоящей физической нагрузки, так называемое «разогревание» организма (мышцы и суставы). Предварительно разогревание является как бы психологической подготовкой к

выполнению последующих заданий, дисциплинирует детей, помогает собрать внимание, повысить эмоциональный тонус. подготавливающих упражнений: «Цапля», «Носочек – пяточка» и др. общеразвивающие упражнения с палками, построения, перестроения, различные виды ходьбы и бега, подводящие к освоению техники ходьбы с палками.

3. Основная часть (15- 20 минут)

Задачами основной части квеста является скандинавская ходьба, совершенствование техники, отработка согласованности движений, развитие ловкости, решительности, смелости и уверенности у детей. Ходьба имеет цель – свободное ориентирование на территории детского сада (пройти по маршруту указанному в план-карте и выполнить задания- игры).

4. Заключительная часть. Этап рефлексии (3-4 минуты).

Основной задачей заключительной части квеста является постепенное снижение нагрузки, выполняются дыхательные упражнения, игры малой подвижности, спокойная ходьба без палок с различными положениями рук.

Подведение итогов квеста. Эмоциональная оценка деятельности (2-3 мин). Ребята говорят, что у них получилось, а над чем ещё нужно поработать. Что особенно понравилось, что было интересно? Кроме того, дети оценивают работу всего коллектива в целом.

При планировании станций (мастерских) в этой спортивной квест-игре, я обращаюсь за помощью к родителям, воспитателю и музыкальному руководителю.

В квесте 5 мастерских:

1 мастерская «Спортивная мастерская», ответственный инструктор по физической культуре. Подбирает комплекс общеразвивающих упражнений в соответствии с возрастом.

2 мастерская «Живые картинки», ответственный инструктор по физической культуре. На занятиях проигрывает игру «Раз, два, три фигура замри!», с использованием спортивных фигур.

3 мастерская «Мастерская кроссвордов», дается задания родителям воспитанников, совместно создать детский кроссворд на зимнюю тему. Самый интересный используется в квест-игре, а остальные разгадываются в группе.

4 мастерская «Творческая мастерская», ответственный воспитатель. В группе познакомить детей с конструктором «Полидрон» и дать схемы построения конструкций.

5 мастерская «Музыкальная мастерская», ответственный музыкальный руководитель. Подбирает музыку и инвентарь. Помогает придумать движения к музыке.

За оформлением план-карты, табличек-ориентиров я обращаюсь к педагогу доп. образования – руководителю кружка по ИЗО.

В течение года в соответствии с планом мероприятий проходит по такой же структуре несколько спортивных квест-игр «Дорогою войны» (подготовили 2 из 4 станций музыкальные руководители, воспитатели), «Безопасное колесо» (подготовили 2 станции из 5 педагоги дополнительного образования) , «В стране спортивных игр» (активное участие приняли родители).

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в детском саду напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Презентация культурной практики



Здоровье детей зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни, санитарной грамотности и гигиенической культуры родителей. Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать хороших результатов, если она не решается совместно с семьей.

Дошкольный возраст – это фундамент здоровой личности а, следовательно, и здорового общества в настоящем и будущем.

Развитие физической культуры – одно из приоритетных направлений государственной политики, нацеленной на укрепление и здоровье детей. Формирование у ребенка потребности в движении **в значительной степени зависит от особенностей жизни и воспитания, возможности окружающих его взрослых создать благоприятные условия для физического развития.**

ФОП ДО ставит следующие задачи для детей дошкольного возраста: формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к здоровому образу жизни, формируя полезные привычки, формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, осознанное отношение к здоровью. Для успешного решения озвученных задач в детском саду активно привлекаем семьи воспитанников (родителей, дедушек, бабушек, старших братьев и сестер).

ФОП ДО рекомендует «День здоровья» У нас в дет. саду проводится тематическая неделя «Мы со спортом очень дружим!». В младших и средних группах – это 5 интересных дней активного отдыха:

- 1 день «День хороводных игр» проводится совместно с музыкальными руководителями, - 2 день «День походов и пикника», - 3 день «Квест – игра в средней группе «В поисках 5 правил здоровья», у малышей «Мой веселый звонкий мяч!»;

Самый интересный «День подвижных игр». В этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе. В этот день активно привлекаются родители. Они становятся непосредственными участниками подвижных игр.

5 день «День здоровья!». Утром утренняя зарядка проходит с участием родителей. В средних группах в спортивных досугах принимают участие бабушки и дедушки. У старших проходит Квест игра. **(видео)**

Во второй половине дня организуется дружеский матч по футболу среди пап старших и подготовительных групп. **(видео)**

Новая традиция в нашем детском саду, это праздник «День отца в России!» Папы старших и подготовительных групп соревнуются в прыжках с места, челночном беге, метании мешочков с песком, беге. Эти виды упражнений выбраны не случайно, они входят в

нормативы ГТО 1 ступени. Папы своим личным примером показывают детям, что уметь выполнять все упражнения, это здорово, полезно и интересно!!! **(видео)**

Предложенные активные формы взаимодействия педагогов с семьей формируют у детей - желание вести здоровый образ жизни;

- повышают роль семьи в физическом воспитании и оздоровлении детей;
- способствуют развитию творческой инициативы родителей в формировании у детей устойчивого интереса к физической культуре;
- формируют общественное мнение о значимости физической культуры в ДОУ и семье.