

Аналитическая справка

Мальцевой Виктории Сергеевны, инструктора по физической культуре
муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида «Сказка»

Эффективность взаимодействия с социумом

МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад «Сказка» является открытой социально-педагогической системой, способной реагировать на изменения внутренней и внешней среды. Одним из путей повышения качества дошкольного образования мы видим в установлении прочных связей с социумом. Работая инструктором по физической культуре, Виктория Сергеевна активно вовлечена в процесс создания взаимовыгодного социального партнерства для функционирования учреждения в режиме открытого образовательного пространства, обеспечивающего полноценную реализацию интересов личности, общества, государства в воспитании подрастающего поколения.

Системное включение родительской общественности в образовательный процесс.

Родители постоянно вовлечены в проводимые в ДОУ мероприятия: открытые занятия с детьми («Спорт и дети» 2020г.), мастер-классы («Научи ребенка ЗОЖ» 2020г.) и развлекательно-образовательные праздники («Мама, папа, я – спортивная семья!» 2020г.). В условиях сложившейся эпидемиологической обстановки формат проводимых мероприятий приобрел дистанционную форму, не утратив своей актуальности и эффективности.

Системное проведение совместных проектов, социальных акций с различными социальными организациями.

Мальцева В.С. выступает соавтором и непосредственным участником многих проектов, реализованных в ДОУ. Одним из них является долгосрочный, межгрупповой, социально-значимый проект по экологии для дошкольников «Будь природе другом, человек!».

Данный проект реализован и успешно внедряется в другие дошкольные образовательные учреждения. В результате реализации проекта «Будь природе другом, человек!», при непосредственном взаимодействии с родителями воспитанников, были созданы условия для развития речевой, коммуникативной и творческой активности ребёнка, сформированы познавательные, творческие интересы детей к окружающей среде, созданы эмоционально-положительные отношения к природе родного края. С целью закрепления полученных знаний педагогом совместно с детьми и родителями разрабатываются разнообразные краткосрочные проекты: «Витамины – наши друзья», «Веселая физкультура», «Берегите птиц». Совместно с родителями организуются экскурсии в ботанический сад им.И.С.Косенко, посещение кафедры ботаники и общей экологии Кубанского государственного аграрного университета.

Игровые технологии широко применяются в дошкольном возрасте, так как игра является ведущей деятельностью в этот период. У детей формируются воображение и символическая функция сознания, которые позволяют ему переносить свойства одних вещей на другие, возникает ориентация в собственных чувствах и формируются навыки их культурного выражения, что позволяет ребенку включаться в коллективную деятельность и общение.

Педагогом активно используется *технология исследовательской деятельности*. Это деятельность по исследованию влияний физической культуры на организм человека, по исследованию истории спорта, подготовке и проведению соревнований и спортивных праздников. Данная технология воспитывает у детей желание быть красивым и здоровым, формирует бережное и заботливое отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих людей. Дает знания о строении тела человека, о его болезнях, ценностях человеческой жизни.

Виктория Сергеевна в своей работе часто использует *технология физического воспитания с рекреационно - спортивной направленностью*.

Физическая рекреация - осуществление активного отдыха воспитанников с помощью физических упражнений, получение удовольствия от этого процесса. Она удовлетворяет потребности воспитанников в развлечениях с помощью физических упражнений, переключении с одного вида деятельности на другой, отвлечении от ее обычных видов.

Интеграция и комбинирование содержание различных программ, технологий

Педагог уверена, что интеграция педагогических технологий позволяет сделать обучение и развитие детей более эффективным. Мальцева В.С. умело интегрирует и комбинирует различные технологии и программы, решает поставленные задачи средствами разных видов деятельности из различных областей развития, что способствует повышению мотивации обучения, формированию познавательного интереса.

Виктория Сергеевна использует нетрадиционные подходы к построению и содержанию занятий, позволяющие постоянно поддерживать интерес к ним детей, индивидуализировать подход к каждому ребенку, разумно распределяет нагрузку, учитывая уровень двигательной активности и поло-ролевой принцип подбора движений. Нетрадиционность предполагает отличие от классической структуры занятия за счет использования новых способов организации детей, нестандартного оборудования, внесения некоторых изменений в традиционную форму построения занятия, оставив неизменным главное.

При интеграции и комбинировании различных программ и технологий, при составлении групповых и индивидуальных образовательных маршрутов, инструктором по физической культуре используется:

✓ «Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях»: под редакцией И.Е. Аверина, для групповых занятий, которые помогают детям снять напряжение, расслабиться и

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида «Сказка»**

Сценарий спортивного праздника

«Мама, папа, я – спортивная семья»

**Разработала:
Инструктор по физической культуре:
Мальцева В.С.**

Краснодар 2020 г.

Сценарий спортивного праздника «Мама, папа, я – спортивная семья»

Задачи:

- активное вовлечение родителей в жизнь детского сада;
- укрепление внутрисемейных отношений;
- популяризация здорового образа жизни;
- воспитание взаимовыручки, смелости, ловкости, силы;
- привлечение детей и их родителей к занятиям физической культурой и спортом.

Предварительная работа: нарисовать рисунки на тему: «Мама, папа, я – дружная семья!».

Оборудование: Рисунки детей, шарики, ведёрки, атласные ленты (12 шт.), мячи, подносы, обручи, канаты, коляски с куклами. Грамоты, медали, призы для команд.

Музыкально-спортивный зал празднично оформлен.

Ход праздника.

Ведущая: -Здравствуйте, дорогие гости, уважаемые мамы, папы и дети! Мы очень рады видеть вас на нашем празднике «Мама, папа, я – спортивная семья!».

Инструктор: - Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы ещё раз убедиться, какие мы здоровые, крепкие, сильные и ловкие. Сегодня у нас необычные соревнования, так как вместе с нами будут участвовать ваши мамы и папы.

В.: - Сюда вы пришли ведь не случайно
И папы, и мамы, и детвора-

На празднике нашем сегодня в почёте
Не просто команда, а дружная семья.

И.: -Позвольте мне к вам обратиться:
Сегодня должны вы сиять и светиться,
Задором спортивным пусть вспыхнут глаза,
Когда в этом зале начнется игра!

В.: - Поприветствуем наши семьи!

Звучит спортивный марш.

И.: -На спортивный праздник приглашаются две команды:
Команда «Верные друзья» и команда «Дружба»

И.: - Команды поприветствуют друг друга!

ДЕВИЗ

Команды «Дружба».

«Мы команда хоть куда!

В спорте все мы мастера.

Будем бегать, мяч гонять,

За победу воевать»

ДЕВИЗ

Команды «Верные друзья»

Мы команда хоть куда!

В спорте все мы мастера

Будем бегать мяч гонять

За победу воевать!

И.: - Сегодня у нас всё, как на настоящих соревнованиях. Оценивать ваши результаты будет жюри. (представляет жюри).

В.: - Конкуры, эстафеты, соревнования будут оцениваться по двухбалльной системе, т.е., если команда выигрывает – получает 2 очка, проигрывает – 1 очко. Желаем всем успехов!

И.: - Вот и встретились наши команды. Пожелаем им успехов! Команды, на старт!

Влетает Карлсон.

Карлсон. Вот Карлсон к вам пришел, друзья,

Поздравить вас с бездельем!

Успехов вам желаю я

И всякого веселья.

Слетел я с крыши, чтобы встретиться с вами и вместе побездельничать и пошалить.

Инструктор. Что ты, Карлсон! Наши ребята никогда не бездельничают! Они всегда заняты. Вот сегодня у нас спортивный праздник.

Карлсон. А вы знаете, кто самый лучший в мире спортсмен? Конечно, я! Можно я останусь и посмотрю, что вы умеете делать?

Инструктор. Конечно, оставайся. Сейчас мы проведем, как и полагается перед соревнованиями разминку.

Карлсон. Да, мне тоже не мешало, потренироваться, а то я немного не в форме.

Влетает Баба Яга.

Баба Яга. Это почему без меня? Карлсона пригласили, а про меня забыли?

Инструктор. Здравствуй, Баба Яга! Не расстраивайся так! Оставайся с нами.

Баба Яга. А я тоже неплохая спортсменка. Вот посмотрите на нас с Карлсоном! Я летаю на метле, а он - со своим мотором. Не побоишься со мной соревноваться? Считайте!

Дети (считают). Раз, два, три. Баба Яга и Карлсон «летят» до пенёчков и обратно.

Инструктор. Молодцы! А сейчас поболейте за наших ребят.

Ведущий: Молодцы! Начинаем наши соревнования. А болельщики поддерживают участников дружными аплодисментами.

Первая эстафета «Не урони» (Провести мяч на подносе туда и обратно, передать эстафету следующему участнику.)

Вторая эстафета «Кто быстрее» (В зале стоят ведерки с шариками. Каждая команда по сигналу набирает из этих ведерок шарик и относит в короб. Перенеся все шарик из ведерок в короб, команды строятся на линии старта. Кто быстрее)

Третья эстафета "Эстафета комбинированная" Дети и родители пролезают в обруч, добегают до ориентира и обратно бегом.

Музыкальная пауза

Четвертая эстафета "Самый ловкий папа". Папы выстраиваются в колонну по одному. По сигналу катит перед собой коляску с куклой до стойки, оббегает её, возвращается по прямой и передает эстафету.

Конкурс для болельщиков «Угадай сказку»

Б. Я.: Я читаю отрывок из сказки, а вы должны сказать, как она начинается.

1. «Я от дедушки ушел, я от бабушки ушел...» (Колобок)
2. «Не садись на пенек, не ешь пирожок...» (Маша и медведь);
3. «Не пей братец, этой водицы – козленочком станешь...» (Сестрица Аленушка и братец Иванушка);
4. «Яблоня, яблоня, спрячь нас...» (Гуси-лебеди);
5. «Спи глазок, спи другой...» (Хаврошечка);
6. «Лягушечка, лягушечка, отдай мою стрелу...» (Царевна-лягушка);
7. «Козлятушки, ребяташки, отопритесь, отворитесь...» (Волк и семеро козлят);
8. «Чего тебе надобно, старче?» (Сказка о золотой рыбке);

9. «По щучьему веленью, по моему хотенью...» (По щучьему веленью);
10. «Сивка – Бурка, вещая каурка, стань передо мной, как лист перед травой...» (Сивка - бурка).

Ведущий: Будем спортом заниматься, прыгать бегать и играть.

Пятая эстафета «Паровозик»

Паровозик мчится резво

Унесёт вас прямо в детство

Две команды во главе с папами выстраиваются в колонны берутся за канат ,по сигналу ведущего «паровозик» бежит до стойки оббегает и возвращается назад.

Инструктор. Все ребята и родители показали себя ловкими и сильными. Карлсон и Баба Яга спасибо вам за то, что вы пришли к нам на праздник!

В.: - дорогие участники и гости! Вот и закончились наши спортивные состязания. Теперь просим подвести итоги и назвать победителей.

И.: - Приглашаем наши команды для награждения!!!

Звучит спортивный марш. Команды выстраиваются для награждения.

Награждение всех участников.

В.: - Поздравляем и благодарим всех участников наших соревнований! И не важно, кто стал победителем, мы уверены, что сегодня, победили все команды – и папы, и мамы, и наши дети! Все они показали, что могут быть умелыми, сильными и самое главное – здоровыми!

Звучит музыка В. Шаинского «Вместе весело шагать». Все поют.

И.: - всем спасибо, до новых встреч!
Пусть вам семейные старты запомнятся,
Пусть все невзгоды пройдут стороной,
Пусть все желания ваши исполнятся,
А физкультура станет родной.

Карлсон и Баба Яга раздают детям подарки.

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида «Сказка»

**МАСТЕР – КЛАСС ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ВОСПИТАННИКОВ ГРУППЫ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ХОРОШАЯ ПРИВЫЧКА»**

ТЕМА МАСТЕР-КЛАССА

«ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ХОРОШАЯ ПРИВЫЧКА»

Цель занятия: оказание практической помощи родителям дошкольников в приобщения детей к здоровому образу жизни.

Задачи занятия:

1. акцентировать внимание родителей на проблеме формирования у детей привычки к здоровому образу жизни;
2. раскрыть возможные пути объединения усилий семьи и ДООУ в приобщении детей к здоровому образу жизни;
3. дать родителям практические советы.

Ход мастер-класса:

- **Уважаемые родители, как вы думаете, какого человека можно назвать здоровым?**

(рассуждения родителей)

Ответ:

Без вредных привычек, физически развитым, эмоционально здоровым.

- **«Что такое здоровый образ жизни?»**

(ответы родителей)

Ответ:

Здоровый образ жизни - это образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья.

- **Не зря говорят в здоровом теле – здоровый дух!**
- **«С какого возраста необходимо приучать к здоровому образу жизни?»**

(ответы родителей)

Ответ:

С самого рождения

ПОДВЕДЕМ ИТОГ:

- Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе нашего дошкольного учреждения.
- Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды.

(п. 1 ст. 18 Закона РФ «Об образовании»).

Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей.

«Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в младенческом возрасте»

- Результаты, полученные с помощью анкет и опросов, показали, что родители заинтересованы проблемой здоровья детей и готовы взаимодействовать с образовательным учреждением.
- Многие родители вместе с детьми активно занимаются физкультурой. Но есть проблемы у родителей в воспитании здорового ребенка, а также в недостаточном количестве знаний о здоровом образе жизни.

Наши Дети - это цветы.

Давайте представим, что этот нераскрытый бутон цветка – ребенок. Что мы - взрослые должны сделать, чтобы ребенок вырос здоровым, красивым, счастливым.

- **Как вы считаете, из чего складывается ЗОЖ ребенка?**

(рассуждение)

- **Давайте рассмотрим составляющие здорового образа жизни**

1. Режим дня
2. Утренняя гимнастика
3. Физические упражнения и спорт
4. Здоровое питание
5. Прогулки на свежем воздухе
6. Закаливание
7. Эмоциональное здоровье

1.РЕЖИМ ДНЯ

Проблема, с которой часто сталкиваются педагоги учреждений, которые посещают дети дошкольного возраста, – это несоблюдение режима дня детей дома.

- **Уважаемые родители, что вы понимаете под понятием «режим дня»?**
- **Режим дня** – это четкий распорядок жизни в течение суток, предусматривающий чередование бодрствования и сна. Правильный, соответствующий возрастным возможностям ребенка режим укрепляет

здоровье, обеспечивает работоспособность, успешное осуществление разнообразной деятельности, предохраняет от переутомления.

- Поведение ребенка в детском саду, его настроение, работоспособность, находятся в прямой зависимости от того, как организованы его деятельность и сон в семье, в обычные, а также в выходные дни. Таким образом, домашний режим дня ребенка должен быть продолжением режима дня детского сада.

2. УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА.

- **На Ваш взгляд, что дает утренняя гимнастика?**
- **И как часто вы, родители проводите утреннюю гимнастику со своим ребенком?**
- Утренняя гимнастика - первый шаг к здоровью и обязательная часть ежедневного режима ребенка.
- Сделать утром веселую разминку вместе с мамой и папой - прекрасная идея! И не такая уж невыполнимая, как кажется на первый взгляд. Всего несколько минут в день - и хорошее самочувствие плюс отличное настроение обеспечены каждому.

Предлагаю вам выполнить комплекс утренней гимнастики, который можно делать совместно с детьми.

Родители выполняют комплекс утренней гимнастики:

1. Руки на пояс – вращение тазом
2. Наклоны влево – вправо
3. Развороты плечевого сустава (голова стоит на месте)
4. Ножницы – руками
5. Вращение в локтевом суставе
6. Вращение в плечевом суставе
7. Прогибы назад – вперед
8. Вращение тазобедренным суставом
9. Разминка (шея, запястья, стопа)
10. Прыжки (на одной и на другой ноге)
11. С закрытыми глазами, с вытянутыми руками вперед достаем кончиком пальца до кончика носа

Следующее слагаемое ЗОЖ.

3. ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ И СПОРТ

- У ребенка есть потребность в движении.
- Основу для успешного овладения двигательными навыками ребенок получает на систематических физкультурных занятиях.

- На базе нашего Центра я провожу занятия 4 раза в неделю по 1 академическому часу.
- Занятия стараюсь сделать разнообразными, интересными и увлекательными.

4. ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ.

- Что вы, уважаемые родители знаете о здоровом питании и насколько ваше питание здоровое?

- Полноценное питание – это включение в рацион продуктов, богатых витаминами, минеральными солями, белком.
- Все блюда для детей желательно готовить из натуральных продуктов.
- Чаще включать в рацион детей творог, гречневую и овсяную каши.
- Немаловажное значение имеет режим питания, то есть соблюдение определенных интервалов между приемами пищи.
- Но есть такие продукты, которые ничуть не полезны, но их широко рекламируют. Предлагаю сочинить свою рекламу полезных и антирекламу неполезных продуктов.

Родители придумывают рекламу:

Полезная реклама:

В мире лучшая награда – выпить сок из граната
Фрукты, овощи полезней – не будет у тебя болезней
Молоко полезно всем – не заменишь его ничем

Антиреклама:

Будешь часто есть хот-доги – станут толстыми ваши ноги
Покупаешь кириешки – помни это не орешки
Если чипсы вы съедите – никого потом не вините

Давайте рассмотрим очередное слагаемое ЗОЖ

5. ПРОГУЛКИ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ.

Обычно на прогулке малыши много двигаются. Но в основном это бег, ходьба, лазание по лесенке. Но нужно побуждать малыша выполнять и другие виды движений (перешагивание через препятствия, ходьба по ограниченной поверхности, прыжки, метание).

Как вы думаете, когда нужно гулять с ребенком?

(высказывания родителей).

Гулять с ребенком нужно в любую погоду.

Для этого не нужен специальный инвентарь. У вас, конечно же, есть мячи, скакалки, мел.

Можно нарисовать на земле круги различной величины и на разном расстоянии. Попрыгайте “с кочки на кочку” (из круга в круг) или побегайте вокруг “лужиц”, не наступая в них.

- Поднимите веревку чуть выше и предложите ребенку пройти под ней, не задевая ее. Можно натянуть несколько веревок на разной высоте и предложить ребенку пробраться сквозь “паутину”.
- Вышли на опушку леса, набрали шишек и тут же начинается игра “Попади в толстый ствол” (с расстояния 60 – 80 см), или “Перекинь через кустик” (высотой 40 – 50 см).
- Используйте все возможные игры с мячом.
- Нежелательно, чтобы ребенок длительное время занимался одним и тем же. Однообразные движения одних утомляют, других перевозбуждают.
- Дети чувствуют дискомфорт, а сами еще малы, чтобы остановиться, переключиться на другой вид деятельности. Здесь обязательно нужна ваша помощь.
- Побегали, попрыгали, теперь можно перейти к спокойным играм в песочнице или в куклы, машинки.

6. ЗАКАЛИВАНИЕ

- **Как вы считаете, что такое закаливание?**
(высказывания родителей)
- **Кто из вас дома проводит закаливающие мероприятия, и какие?**
(высказывания родителей)

К закаливанию относятся такие процедуры как: **(контрастный душ, обливание).**

- Смысл закаливания состоит в том, чтобы со временем с помощью специальных процедур повысить устойчивость человека к охлаждению за счет того, что организм при этом всякий раз будет реагировать целесообразными защитными реакциями – увеличением выработки тела и уменьшением теплоотдачи. При закаливании одновременно происходит и повышение иммунитета за счет увеличения выработки в организме интерферона и других защитных факторов. Поэтому было бы здорово, если закаливание стало общим семейным делом.
- Хорошее здоровье способствует успешному обучению и воспитанию, а успешное обучение – улучшению здоровья. Образование и здоровье не делимы.
- Здоровый человек приносит большую пользу обществу и живет полноценной жизнью.

7. ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ.

- **Уважаемые родители, как вы понимаете, что такое эмоциональное здоровье?**

(высказывания родителей).

- Эмоциональное здоровье напрямую связано с психическим здоровьем. Здоровая нервная система – залог успешного развития ребенка.
- Беседуя с ребёнком, родители также должны поделиться с ним собственными воспоминаниями, пережитыми чувствами, открыть себя с новой, ещё неизвестной ему стороны. Ребёнку важно знать, что взрослым важны его переживания. Такие минуты откровений очень ценны для ребёнка, они учат его понимать эмоциональное состояние окружающих людей, способствует формированию умения адекватно оценивать себя, анализировать собственное поведение и настроение, побуждают заботиться о близких, помогают обрести уверенность в себе.

Релаксация

Упражнения для релаксации способствуют расслаблению, снятию напряжения.

Чтобы снять напряжение с шеи и мышц плечевого пояса я вам предлагаю сделать релаксирующее упражнение

«Любопытная Варвара»

Любопытная Варвара

Смотрит влево ...

Смотрит вправо.

А потом опять вперед —

Тут немного отдохнет.

Шея не напряжена, а рас-слаб-ле-на».

А Варвара смотрит вверх!

Выше всех, все дальше вверх!

Возвращается обратно —

Расслабление приятно!

Шея не напряжена

И рас-слаб-ле-на».

А теперь посмотрим вниз —

Мышцы шеи напряглись!

Возвращаемся обратно —

Расслабление приятно!

Шея не напряжена

И рас-слаб-ле-на».

- К вашему вниманию ещё одно релаксирующее упражнение, которое называется “Драгоценность”, оно позволяет повысить эмоциональное состояние детей.
- Представьте себе, что вы держите в кулачках что-то очень ценное, дорогое для вас, и кто-то хочет у вас это отнять. Вы сжимаете кулачки все крепче и крепче...ещё крепче, уже побелели косточки, кисти начинают дрожать, но вот обидчик ушёл, а вы разжимаете свои кулачки, пальцы становятся расслабленными, кисти рук спокойно лежат на коленях... они отдыхают... (повторить 2-3 раза).

Заключение.

- Уважаемые родители и гости, мы с вами рассмотрели все слагаемые ЗОЖ детей.
- Посмотрите, какой яркий, красивый цветок у нас получился. Поэтому если мы будем не забывать про слагаемые ЗОЖ детей, в будущем нас ждет здоровое, крепкое поколение.
- И помните: **“Здоровый ребенок – это счастливая семья!”**

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ЗДОРОВЬЕ РЕБЁНКА»

(«программа минимум» в обучении детей здоровому образу жизни)

- полоскать рот после каждого приема пищи;
- чистить зубы утром и на ночь;
- мыть овощи и фрукты проточной водой;
- мыть руки после еды, после посещения туалета;
- ежедневно менять носочки, трусики, носовые платки;
- ежедневно совершать пешие прогулки;
- уметь расслабляться, гасить отрицательные эмоции;
- избегать опасных ситуаций для жизни и здоровья;
- заботиться о чистоте окружающей среды /группе, участке, клумбе и др./;
- следить за своей осанкой;
- знать как правильно вести себя в общественных местах;
- закреплять привычки положительного поведения, доброжелательное отношение к взрослым и сверстникам, поступать соответственно нормами и правилам поведения;
- уважать друг друга;
- чутко относиться к людям с ограниченными возможностями;
- уметь контактировать с другими людьми.

Итоговое занятие по физической культуре в старшей группе «Спорт и дети»

Подготовила: Мальцева В.С., инструктор по физической культуре

Цель: выявить уровень развития физической подготовленности детей в упражнениях с мячом.

Задачи:

-совершенствовать двигательные умения детей в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках и др.),

-учить детей самостоятельно преодолевать полосу препятствий, проявлять инициативу при выборе игр,

-развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом,

-воспитывать умение работать в команде и сообща.

Интеграция образовательных областей: «Физическое развитие», «Речевое развитие», «Познавательное развитие».

Виды деятельности: двигательная, коммуникативная, игровая.

Оборудование: мячи на каждого ребёнка; 2 гимнастические скамейки, 8 шнуров.

Ход ООД:

1. Вводная часть.

Построение. Приветствие. Детям предлагается провести необычное занятие, на котором они будут преодолевать полосу препятствий. Ходьба на носочках (руки вверх, ладонями друг к другу); на пятках (руки за спину, спину держать прямо), на внешней стороне стопы, присед руки вперёд.

В процессе ходьбы детям предлагается выполнить ходьбу по тропе здоровья. Инструктор, стоя на противоположной стороне зала показывает детям картинки с изображением движения:

-«*Парами*» По команде дети перестраиваются в пары, затем друг за другом.

-«*Змейкой*» По команде инструктора дети идут шагом по залу «змейкой».

-«*Приставной шаг*». По сигналу дети идут приставным шагом правым,

затем левым боком.

Бег по залу, «змейкой» (по ходу бега инструктор может держать обруч вертикально, а дети, пролезая в обруч), продолжают бег, пробегая по мату, медленный бег, бег с ускорением.

Ходьба с восстановлением дыхания.

По ходу дети берут большие мячи, перестраиваются в три колонны.

2. Основная часть.

Общеразвивающие упражнения с мячом.

1. И. п.: о. с, мяч внизу. Отвести левую ногу назад, мяч вперёд-вверх; приставить ногу. Отвести правую ногу назад, мяч вперёд-вверх, и. п.
2. И. п.: широкая стойка, мяч вверху. Поворот с наклоном к левой ноге, вернуться в и. п. То же в другую сторону.
3. И. п. сед руки в упоре сзади, мяч у живота. Упираясь на руки и ноги, поднять туловище вверх;
4. И. п. сед руки в упоре сзади. Поднять прямые ноги под углом 45 градусов, прокатить мяч к животу, поймать руками; вернуться в и. п.
5. И. п. сед, согнув ноги, мяч зажат между колен, руками обхватить колени. Перекат на спину; и. п.
6. И. п.: о. с, мяч у груди в согнутых руках. Выпад вперёд правой ногой, левой рукой отбить мяч об пол; поймать мяч, вернуться в и. п. То же другой рукой и ногой
7. И. п.: стойка, мяч зажат между коленями, руки на пояс. Прыжки на месте в чередовании с прокатыванием мяча левой и правой ногой по кругу.

Перестроение в две колонны для ОВД.

Основные виды движения. (с мячом диаметром 20 см)

1. Ходьба по гимнастической скамейке гимнастическим шагом мяч вверх; соскок, мяч вперёд.
2. Отбивание и ловля мяча двумя руками в ходьбе приставным шагом.
3. Прыжки на двух ногах вперёд через шнуры (8 шт., разложенные на расстоянии 40 см друг от друга), мяч у груди.

Одна группа детей упражняется в равновесии, основное внимание уделяется сохранению устойчивости и правильной осанки. Вторая группа детей выполняет отбивание и ловлю мяча двумя руками в ходьбе приставным шагом. После того как подгруппы выполняют упражнения, дети меняются местами и заданиями.

Прыжки на двух ногах выполняются поточным способом, двумя колоннами. Возвращение после прыжков в свою колонну с внешней её стороны шагом.

3. Заключительная часть.

Подвижная игра «Ловишки с мячом». Проводится данная игра. Построение в шеренгу. Подведение итогов.