(cc) BY

Литвин Оксана Анатольевна
воспитатель
Курдюкова Ирина Михайловна
воспитатель
Смолякова Людмила Ивановна
воспитатель
МБДОУ «Д/С №48 «Вишенка»
г. Белгород, Белгородская область

СЕЗОННЫЕ СПОРТИВНЫЕ ЧАСЫ В ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Аннотация*: физическое воспитание детей – одна из проблем которую призваны решать как родители, так и воспитатели в детских садах. Одной из особенностей физического воспитания дошкольников в том, чтобы одни и те же комплексные упражнения не выполнялись более двух недель. Одной из составляющей физического воспитания дошкольников – командные спортивные часы в разное время года.*

Ключевые слова*: дошкольник, мальчик, дети, физическое развитие, двигательная активность, меткость, ловкость, выразительность действий.*

Время года – осень.

«*Молодцы – удальцы*»

Цель: развить гибкость, быстроту, ловкость, меткость и выразительность действий.

Место проведения: Площадка детского сада

Оборудование: Полоски шириной 8–10 см, обручи, мячи большие и маленькие, флажки.

Ход соревнований:

Два мальчика стоят на узкой полоске лицом друг к другу, держась за кисти рук. По сигналу стараются столкнуть друг друга с полоски или заставить потерять равновесие.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

«*Волк и жеребята*»

На игровой площадке – несколько пастбищ (обручей), где могут укрываться «жеребята» и «волк». Жеребята бегают по кругу, а волк гоняется за ними. При приближении волка к жеребенку тот занимает один из обручей. Как только волк удаляется, жеребята продолжают играть. Те, кто не успел спрятаться и кого поймал волк выбывает из игры.

«*Путаница*»

Дети стоят по кругу. Водящий называет определенные части тела, а показывает другие. Дети должны показывать только названные части тела. Тот, кто ошибается, выбывает из игры.

«*Меткий охотник*»

Площадку делят на две части. «Звери» резвятся на одной половинке, а с другой подкрадывается охотник, который «стреляет» в зверей пятью – десятью мячами, стараясь попасть в них. Побеждает самый меткий охотник.

«*Передай – ка быстро мяч*»

Дети стоят друг за другом, по команде передают мяч над головой. Когда мяч окажется у последнего игрока, тот бежит до флажка, возвращается назад, встает первым, и снова дети передают мяч друг другу. Так до тех пор, пока тот, кто вначале стоял первым, снова не окажется впереди.

Время года – зима.

«*Зимние забавы*»

Цель: способствовать возникновению эмоционально – положительного настроения, развить двигательную активность.

Место проведения: Спортивный зал.

Оборудование: Мячи, обручи, ворота, хоккейные клюшки, вместо шайбы – маленькие мячи.

Ход соревнований:

«*Луноход*»

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Дети принимают исходное положение (И.П.) – сидя упор сзади. («Луноходик»).По сигналу двигаются до флажка. Дойдя до него, встают и бегут к линии финиша

«*Перетяни*»

Стоя боком, двое детей, держат друг друга, за кисти рук упираясь ногами в пол у разделительной полосы. По команде начинают перетягивать друг друга. Проигравшим считается тот, кого перетянули за пределы линии, или тот кто первый отпустил руку.

«*Кто устойчивей*»

Двое детей стоят на гимнастической скамейке, пытаются сбить соперника большим мячом или подушкой. Можно ударить только по туловищу или ногам.

Время года – весна

«*Здравствуй, солнце*!»

Цель: способствовать эмоционально – положительного настроения, хорошего самочувствия, бодрости, энергии.

Место проведения: Спортивный зал.

Оборудование: Флажки, обручи, квадраты из линолеума, гимнастическая скамейка, большие мячи, ленты.

Ход соревнований:

«*Выложи солнышко*»

Каждому участнику дают по флажку, против, кладут обруч. По сигналу ребенок бежит к обручу, кладет около него флажок, возвращается и передает эстафету следующему (дотрагивается до него). В итоге флажки должны располагаться вокруг обруча в виде солнечных лучей. Выигрывает та команда, которая, быстрее и аккуратнее выложила солнышко.

«*Петушиный бой*»

На площадке спортивного зала начертить один или несколько кругов. Дети парами заходят в круг, лицом друг к другу, принимая положение «стойка на одной ноге», руки сомкнуты перед грудью. По сигналу пытаются сбить или вытолкнуть соперника за пределы круга, или вынудить его встать на обе ноги.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Время года – лето

«*Мы сильные, смелые, ловкие*!»

Цель: развить силу, ловкость, высокую двигательную активность.

Место проведения: Площадка детского сада.

Оборудование: Дейбшир,???? Веревка, мешочки, картофель, корзины, мешки, обручи, гимнастическая скамейка.

«*Салки*»

Команда выбирает салку. У него в руках дейбшир. Остальные дети свободно бегают по площадке. Задача салки – коснуться дейбширом детей. Кого коснулись выбывает из игры. Последний кто останется, тот становится – салкой.

«*Рыбаки*»

Игровую площадку («водная среда») делят на две части: на одной плавают рыбки, на другой – рыбаки. Они держат невод (веревку длиной с игровую площадку) на высоте 10–15см. Затем начинают медленно передвигаться с неводом, пытаясь поймать рыбок. Те должны перепрыгнуть через невод. Кто заденет его, считаются пойманными и выбывают из игры. И так до конца пока не выловят всех рыбок.

«*Кто дальше забросит мешочек*»

Дети стараются как можно дальше бросить мешочек из-за головы.

Список литературы

1. Ефименко Н.Н. Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста / Н.Н. Ефименко. – Москва: 1999. – С. 235–250.

2. Курдюкова И.М. Гендерный подход как средство реализации двигательной активности дошкольников на прогулке / И.М. Курдюкова, Ю.Н. Кондратенко, О.А. Литвин // Педагогический совет: опыт, исследования, рекомендации. – Чебоксары, 2020. – С. 143–146.

3. Литвин О.А. Подвижные игры с учетом гендерного подхода в воспитании дошкольников / Литвин О.А., Курдюкова И.М., Смолякова Л.И. // Научное и

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

образовательное пространство: перспективы развития. – Чебоксары, 2020. – С. 48–51.

4. Батурина Е.Г. Сборник игр к Программе воспитания в детском саду / Е.Г. Батурина – М. – 1972. –С. 20–115.

5. Еремеева В.Д. Мальчики и девочки – два разных мира / В.Д. Еремеева, Т.П. Хризман – Минск: Пресс. – 1998.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)