

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ  
«САМАРСКИЙ ТЕХНИКУМ ПРОМЫШЛЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»

УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАБОТ

**ПО МДК 01.03 ПРАКТИКУМ ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ  
ДВИГАТЕЛЬНЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ**

ПМ 01. Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья  
ребенка и его физического развития

**для специальности  
44.02.01. Дошкольное образование**

**Учебное пособие: рекомендации по выполнению самостоятельных работ по МДК 01.03. Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков ПМ 01. Организация занятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физического развития для специальности: 44.02.01. Дошкольное образование**

**Автор-составитель – Бажутова Л.Н. преподаватель дисциплин профессионального модуля ГБПОУ «СТПТ»**

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка	4
2.	Требования к оформлению текста Самостоятельных работ по МДК 01.03 и списка использованных источников	7
3.	Критерии оценки выполнения самостоятельных работ по МДК 01.03.	7
4.	Тема 2.1. Методика обучения физическим упражнениям детей дошкольного возраста	8
5.	Тема 2.2. Формы работы по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях	18
6.	Тема 2.3. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)	27
7.	Список рекомендованных источников	31
8.	Приложения	33
9.	Образец титульного листа Самостоятельных работ по МДК 01.03.	57

## Пояснительная записка

Рекомендации по МДК 01.03. Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков ПМ. 01 Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физического развития подготовлены для выполнения самостоятельных работ обучающихся специальности 44.02.01 Дошкольное образование.

Рекомендации разработаны на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальностям среднего профессионального образования (далее – СПО) 44.02.01. Дошкольное образование;

- Учебного плана ГБПОУ СТПТ специальности 44.02.01. Дошкольное образование;

- Примерной программы профессионального модуля ПМ 01 «Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физического развития» специальности 44.02.01. Дошкольное образование, рекомендованной Экспертным советом по профессиональному образованию Федерального государственного учреждения Федерального института развития образования (ФГУ ФИРО);

- Рабочей программы профессионального модуля ПМ. 01 «Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физического развития» специальности 44.02.01. Дошкольное образование.

Профессиональный модуль ПМ. 01 изучается на втором курсе заочного отделения и включает три МДК:

- МДК.01.01. Медико-биологические и социальные основы здоровья;

- МДК.01.02. Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста;

- МДК.01.03. Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков.

В результате освоения профессионального модуля ПМ 01 «Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физического развития» обучающиеся должны **уметь**:

- организовывать процесс адаптации детей к условиям образовательного учреждения, определять способы введения ребенка в условия образовательного учреждения;

- создавать педагогические условия проведения умывания, одевания, питания, организации сна в соответствии с возрастом;

- проводить мероприятия двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливания, физкультурные досуги, праздники) с учетом анатомо-физиологических особенностей детей и санитарно-гигиенических норм;

- проводить работу по предупреждению детского травматизма: проверять оборудование, материалы, инвентарь, сооружения на пригодность использования в работе с детьми;

- определять способы контроля за состоянием здоровья, изменениями в самочувствии каждого ребенка в период пребывания в образовательном учреждении;

- определять способы педагогической поддержки воспитанников;

- анализировать проведение режимных моментов (умывание, одевание, питание, организацию сна), мероприятия двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники), в условиях образовательного учреждения.

**знать:**

- особенности планирования режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон) и мероприятий двигательного режима (утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников);

- теоретические основы режима дня;

- методику организации и проведения умывания, одевания, питания, сна в соответствии с возрастом;

- особенности детского травматизма и его профилактики;

- требования к организации безопасной среды в условиях дошкольного образовательного учреждения;
- наиболее распространенные детские болезни и их профилактику;
- особенности поведения ребенка при психологическом благополучии или неблагополучии;
- основы педагогического контроля состояния физического здоровья и психического благополучия детей;
- особенности адаптации детского организма к условиям образовательного учреждения.

**иметь практический опыт:**

- планирования режимных моментов, утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников;
- организации и проведения режимных моментов умывания, одевания, питания, организации сна, направленных на воспитание культурно-гигиенических навыков и укрепления здоровья;
- организации и проведения утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливающих процедур, физкультурных досугов и праздников в соответствии с возрастом детей;
- организации и проведения наблюдений за изменениями в самочувствии детей в период их пребывания в образовательном учреждении;
- взаимодействие с медицинским персоналом образовательного учреждения по вопросам здоровья детей.

В результате освоения ПМ.01. у обучающихся должны сформироваться общие компетенции (ОК).

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК2. Организовать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального личностного развития.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников организовывать и контролировать их работу с применением на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

Содержание ПМ.01 поможет обучающимся подготовиться к последующему освоению профессиональных компетенций.

<b>Профессион. компетенции</b>	<b>Результат, который должны получить обучающиеся после изучения содержания ПМ 01 (показатели)</b>
ПК 1.1	Проводить режимные моменты в соответствии с возрастом.
ПК 1.2	Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.
ПК 1.3	Проводить мероприятия по физическому воспитанию в процессе выполнения двигательного режима.
ПК 1.4	Осуществлять педагогические наблюдения за состоянием здоровья каждого ребенка, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в его самочувствии.

Максимальная учебная нагрузка по МДК 01.03 на заочном отделении на одного обучающегося – 54 часа, включая: обязательную аудиторную учебную нагрузку: практические занятия – 8 часов; самостоятельную работу обучающегося – 44 часов.

### Распределение часов по темам самостоятельной работы

№	Тема	К - во часов
1.	Тема 2.1. Методика обучения физическим упражнениям детей дошкольного возраста	10
2.	Тема 2.2. Формы работы по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях	14
3.	Тема 2.3. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации).	6
	Итого	30

В процессе выполнения самостоятельных работ обучающиеся подготавливаются к выполнению педагогической деятельности на производственной практике и сдаче дифференцированного зачёта по МДК 01.03 Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков. В содержание зачета включены только практические задания.

Рекомендации включают задания по самостоятельным работам, фрагменты конспектов физкультурных занятий, утренней гимнастики, схемы расположения оборудования для проведения разных форм работы по физическому воспитанию и развитию.

В приложении представлены конспекты занятий по физической культуре в помещении и на прогулке, физкультурного досуга, дневной прогулки, картотека подвижных игр с подробной методикой проведения и вариантов усложнения их.

Материалы учебного пособия содержат задания разного уровня сложности (степень сложности обозначается \*).

Обучающимся необходимо изучить предлагаемую литературу к каждой теме, материалы на персональном сайте Киселёвой Е.В. - <http://kiselevaev.ucoz.ru/> и выполнить задания с указанием номера.

Сначала следует выполнить задания для самоконтроля, затем обязательные с номерами 1,2,3. Задания, отмеченные \* - относятся к уровню повышенной сложности и выполняются, по желанию обучающегося.

Выполнение всех заданий должно соответствовать возрастным особенностям детей дошкольного возраста и основываться на ФГОС ДО. Для решения учебных задач по физическому развитию и воспитанию следует ориентироваться на программы:

Программа воспитания и обучения в детском саду /Под ред. М.А.Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой 2014-2018гг, ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой, МозаикаСинтез, 2014-2018гг.

Самостоятельные работы выполняются в учебном пособии, работы, требующие текстового дополнения - оформляются в папке для самостоятельных работ (оформление титульного листа – стр. 58)

Представление выполненных заданий к первому практическому занятию весенней сессии является условием допуска к участию заочника в дифференцированном зачёте.

## Требования к оформлению текста Самостоятельных работ по МДК 01.03. Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков

Оформление текстовой части

При оформлении текста использовать следующие параметры:

- редактор Microsoft Word;
- тип шрифта – TimesNewRoman, размер шрифта – кегль 14;
- текст печатается на одной стороне листа белой бумаги формата А4 (210x297мм)
- цвет текста – черный;
- параметры страницы: ориентация – книжная;
- выравнивание текста – по ширине;
- размеры полей: правое - 10 мм (1 см), верхнее и нижнее - 20 мм (2см), левое - 30 мм (3см);
- размер абзацного отступа - 1,5см (15мм);
- межстрочное расстояние – 1,5 интервала;
- страницы работы нумеруются арабскими цифрами (нумерация сквозная по всему тексту). Титульный лист включается в общую нумерацию, номер на нем не ставится.
- номер страницы ставится в центре нижней части листа без точки.

Составные части работы располагаются в следующем порядке: титульный лист (Приложение 1), перечень тем, текстовой содержание в соответствии с указанными темами, Каждая из перечисленных тем работы оформляется с нового листа.

### Критерии оценки выполнения Самостоятельных работ по МДК 01.03.

#### Практикум по совершенствованию двигательных умений и навыков

Оценивание каждого задания осуществляется по следующим критериям:

**5 баллов** – обязательно выполнены все задания в предложенной работе (разной степени сложности), задание выполнено в полном объеме, подробно, логически правильно с выполнением необходимых схем и точной формулировкой вопросов.

**4 балла** – выполнены задания простой и повышенной сложности в недостаточно полном объеме, либо выполнены все задания в предложенной работе (разной степени сложности), но имеются неточности в содержании, в выполнении схем.

**3 балла** – выполнены только обязательные задания с несущественными ошибками.

**2 балла** – 50% заданий не выполнено или выполнены неправильно, работу необходимо переделать.

Самостоятельные работы не могут быть оценены положительно, если не выполнены задания для самоконтроля и обязательные (с номерами 1,2,3).

Обучающиеся, чьи работы были не зачтены, имеют право на доработку, при этом им определяется новый срок исполнения.

## Тема 2.1. Методика обучения физическим упражнениям детей дошкольного возраста (самостоятельные работы 1-12)

**Самостоятельная работа 1 (1 час). Совершенствование навыков выполнения физических упражнений ходьбы и бега в сочетании со строевыми упражнениями.**

1. САМОКОНТРОЛЬ - тестирование.

Выберите единственный правильный ответ и укажите его номер

• Перестроение – это ... \_\_\_\_\_

1) размещение занимающихся в разных местах зала без точно установленного интервала, но не ближе вытянутых рук

2) действия занимающихся по команде или распоряжению педагога для принятия определенного положения в строю

3) построение, при котором дети стоят один возле другого, интервал между локтевыми суставами равен ширине ладони, лицом к центру

4) переходы из одного строя в другой

• Построение в рассыпную – это ... \_\_\_\_\_

1) действия занимающихся по команде или распоряжению педагога для принятия определенного положения в строю

2) размещение занимающихся в разных местах зала без точно установленного интервала, но не ближе вытянутых рук

3) переходы из одного строя в другой

4) построение, при котором дети стоят один возле другого, интервал между локтевыми суставами равен ширине ладони, лицом к центру

• Равнение по ориентирам используется ... \_\_\_\_\_

1) в младшей группе 2) в средней группе 3) в старшей группе 4) в подготовительной гр.

Укажите номера не менее двух вариантов ответа

• Упражнения в беге различаются ... \_\_\_\_\_

1) по способу выполнения 2) по степени физической нагрузки

3) по способу организации детей 4) по построению

5) по направлению

2. ПРОВЕДЕНИЕ видов ходьбы и бега

Подберите четверостишья для сопровождения видов ходьбы детей первой и второй младшей групп (не менее одного на каждый вид) – см. виды ходьбы в образовательной программе. Длительность непрерывного выполнения - 10 сек., каждый вид ходьбы повторяется 2 раза в чередовании с обычной ходьбой.

Потренируйтесь выполнять виды ходьбы под выбранные вами стихи. Выполните их **самостоятельно в модельной ситуации**. Заполните в таблице результаты вашего выполнения.

	Результаты выполнения		
	Потраченное	Ошибки в	Ошибки в выполнении



	время	указаниях	
Первая попытка			
Вторая попытка			
Третья попытка			

**\*3. ПРОВЕДЕНИЕ** видов ходьбы и бега.

Отработайте методику проведения ходьбы и бега в сочетании со строевыми упражнениями, самостоятельно выполняя движения и озвучивая себе необходимые команды и указания в соответствии с представленным фрагментом конспекта.

Добейтесь выполнения всех действий без остановок. Выполните не менее трёх попыток.

№	Содержание упражнений	Дозировка, темп	Дыхание	Организационно-методические указания
<b>Первая часть – вводная</b>				
1.	Построение в колонну	10 сек. средний	произв.	В колонну по росту стано-вись! Звеньевым 1 звена будет..., 2 звена будет..., 3 звена будет....(дети прикрепляют цветовую эмблему). В обход по залу шагом марш!  Руки на пояс, с высоким подниманием колен, пошли! Обычной ходьбой пошли! Расправили плечи – молодцы! Руки на пояс, с высоким подниманием колен, пошли! Обычной ходьбой пошли! Голову приподняли, плечи расправили. Руки подняли вверх, на носках пошли! Выше встаём на носки. Обычной ходьбой пошли! Расправили плечи – молодцы! Приготовились к бегу – мышки побежали, мелким шагом бежим. Обычной ходьбой пошли! Голову приподняли, плечи расправили. Приготовились к бегу – кошка за мышками побежала, широкий шаг Обычной ходьбой пошли! Расправили плечи – молодцы! Звеньями через центр зала, пошли! 1 звено к красному, 2 –к синему. 3 – к жёлтому кубикам.
2.	Назначение звеньевых	10 сек. средний	произв.	
3.	Обычная ходьба	10 сек. быстрый	произв.	
4.	Ходьба с высоким подниманием колен	10 сек. медлен.	произв.	
5.	Обычная ходьба	10 сек. средний	произв.	
6.	Ходьба с высоким подниманием колен,	10 сек, медлен.	произв.	
7.	Обычная ходьба	10 сек. средний	произв.	
8.	На носках	10 сек. средний	произв.	
9.	Обычная ходьба	10 сек. средний	произв.	
10.	Бег мелким шагом	20 сек. быстрый	произв.	
11.	Обычная ходьба.	10 сек. средний	произв.	
12.	Бег широким шагом	20 сек	произв.	
13.	Обычная ходьба	10 сек. средний	произв.	
14.	Перестроение в звенья для выполнения ОРУ.	10 сек. средний	произв.	

Заполните в таблице результаты вашего выполнения.

	Результаты выполнения		
	Потраченное время	Ошибки в указаниях	Ошибки в выполнении
Первая попытка			
Вторая попытка			
Третья попытка			

**Самостоятельная работа 2 (1 час). Совершенствование навыков выполнения физических упражнений в лазании (пролезании, подлезании, ползании) и метании (в вертикальную и горизонтальную цели) на разных этапах обучения. Повышение уровня личной физической подготовленности.**

1. САМОКОНТРОЛЬ - тестирование.

Укажите не менее двух номеров вариантов ответа

1) К циклическим видам движений относятся ... \_\_\_\_\_

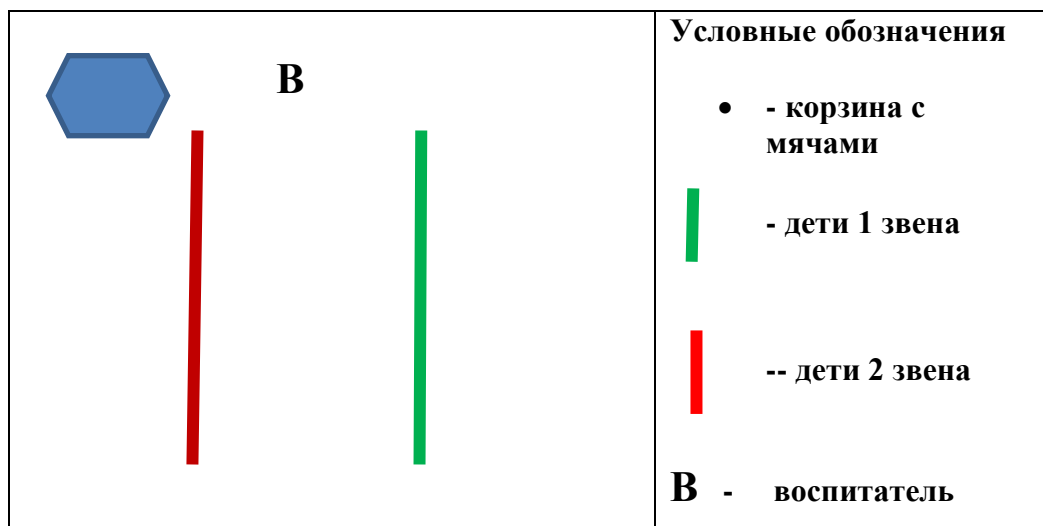
1) ходьба 2) прыжки 3) бег 4) метание 5) ползание

\*3. ПРОВЕДЕНИЕ упражнений в метании.

Отработайте методику обучения метанию детей подготовительной группы с детьми ДОУ, где Вы работаете.

Задача - закреплять умение передавать мяч друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 3м); отрабатывать умение сохранять направление броска партнеру: вперед-вверх.

**СХЕМА ВЫПОЛНЕНИЯ**



Методические приёмы организации выполнения передачи мяча в парах на 2 этапе обучения основным движениям.

○ Вопрос до начала выполнения - Куда надо стараться целиться мячом, чтобы он попал партнёру? (вперёд-вверх). Посмотрим, какое звено выиграет в выполнении этого движения

○ Исходное положение принять: ноги на ширине плеч, мяч в руках за головой. Первое звено приготовились – бросок. Молодцы, спружинили в коленях во время броска и мяч бросили партнёру вперед-вверх. Молодцы второе звено, спружинили принимая мяч, использовали хват «двумя руками сбоку».

○ Теперь по моей команде выполняете каждый по 5 бросков и сами следите за правильностью броска партнёру (вперёд-вверх). Начали.... Закончили.

○ Педагогический анализ. Победа присуждается 2 звену. Кто из 1 звена может объяснить почему? Верно, потому что они теряли мяч 2 раза, а первое звено 3 раза. Надо следить за направлением броска партнёру – вперед-вверх.

Заполните в таблице результаты вашего выполнения.

	Результаты выполнения		
	Потраченное время	Ошибки в указаниях	Ошибки в выполнении
Первая попытка			

Вторая попытка (по 5 бросков)			
-------------------------------	--	--	--

4. Укажите способ организации на выполнение этого движения - \_\_\_\_\_

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 3 (1 час). Совершенствование навыков выполнения упражнений в равновесии, входящих в программу детского сада (по разным возрастным группам).**

1. САМОКОНТРОЛЬ - тестирование.

Укажите не менее двух номеров вариантов ответа

• Статическое равновесие – это ... \_\_\_\_\_

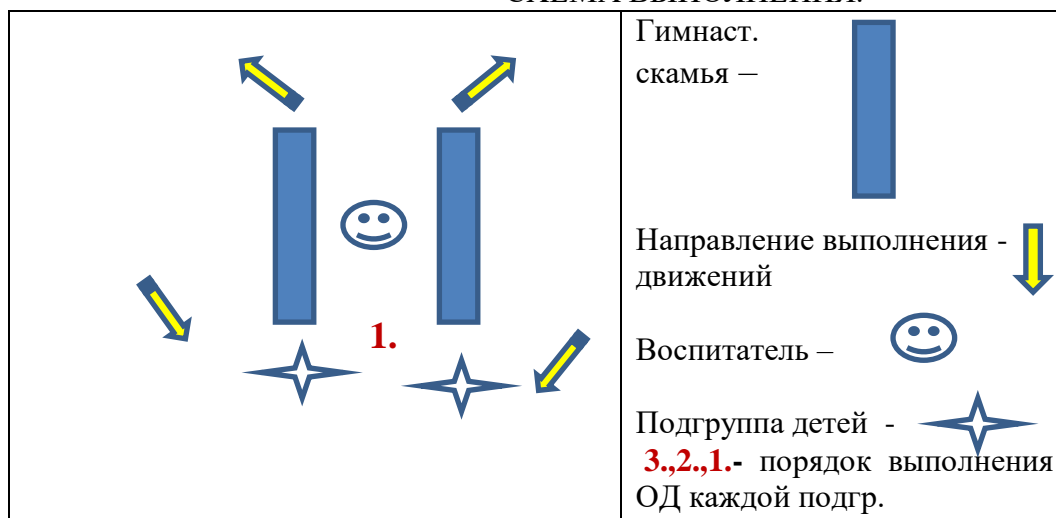
- 1) пройти по скамейке, перешагивая через предметы
- 2) стойки на носках
- 3) пройти по скамейке с предметом в руке
- 4) приседания на носках
- 5) ходьба по прямой дорожке, ограниченной линиями
- 6) стоя на месте, подняться на носки и постоять, сохраняя равновесие

2. ПРОВЕДЕНИЕ упражнений в равновесии.

Отработайте методику обучения упражнениям в равновесии на 1 этапе обучения детей средней группы ДООУ *в модельной ситуации* (имитируете сами выполнение движений детей).

Задача обучения. Развивать умение ходить по гимнастической скамье (длина-2,5м; высота-25см; ширина-20см) с перешагиванием через предметы, отрабатывать умение удерживать равновесие и сохранять правильную осанку.

#### СХЕМА ВЫПОЛНЕНИЯ.



#### Методические приёмы.

-Показ выполнения педагогом.

-Пояснение к показу педагога: встать на скамью, прямые руки поднять в стороны, спина прямая, идти и смотреть на цветок; дойти до ... (назвать предмет), перешагнуть, снова идти до окончания скамьи, спустить сначала одну ногу, потом другую.

- Куда надо стараться смотреть, когда идти по скамье?

- Выполнение: контролировать осанку каждого ребёнка в начале скамьи, осуществлять страховку

- Педагогический анализ: правильнее всех выполнили..(назвать имена 2-3 детей) потому что у них всегда была прямая спина, и они всегда смотрели на цветок.

Заполните в таблице результаты вашего выполнения.

Выполнение	Результаты выполнения		
	Потраченное время	Ошибки в указаниях	Ошибки в выполнении
Первая попытка			
Вторая попытка			

3. Как называется применённый способ организации на выполнение ходьбы по г/скамье \_\_\_\_\_

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 4,5 (2 час.) Отработка способов организации детей на выполнение основных движений. Отработка способов организации на проведение медико-педагогического контроля состояния ЧСС ребёнка при выполнении основных движений (бег, прыжки, лазание).**

1. Перечислите способы организации дошкольников на выполнение основных движений \_\_\_\_\_

2. Составьте таблицу - Признаки внешнего утомления у дошкольников

3. Изучите на сайте Киселёвой Е.В. - <http://kiselevaev.ucoz.ru/> тему: Составление физиологической кривой физкультурного занятия.

- Заполните содержание движений, которые нужно включить в протокол наблюдений за ЧСС ребёнка на физкультурном занятии.

Протокол наблюдений за изменениями частоты сердечных сокращений

Иры д. (6 лет) на физкультурном занятии МБДОУ № ... г. Самары

№	Содержание движений	На какой минуте занятия	ЧСС
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 6 (1 час). Упражнение в показе и объяснении новых подвижных игр (указаний, в подаче команд, распоряжений) на разных этапах проведения в разных возрастных группах.**

1.ПРОВЕДЕНИЕ подвижных игр. Из картотеки подвижных игр, представленной в ПРИЛОЖЕНИИ 6. Выберите одну из игр для средней группы ДОУ, продемонстрируйте методику разучивания новой игры (заполните таблицу).

Название игры \_\_\_\_\_

Задача по основному движению \_\_\_\_\_

№ п\п	Обозначение этапа игры	Слова и действия воспитателя	Слова и действия детей
1.	выбор игры		
2.	создание интереса детей к игре		
3.	сбор детей на игру		
4.	организация играющих		
5.	объяснение правил игры	_____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____	_____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____
6.	распределение ролей		
7.	разметка площадки		
8.	раздача инвентаря и атрибутов		
9.	сигнал на начало игры		
10.	проведение игры		
11.	сигнал на окончание игры		
12.	педагогический анализ игры  ИТОГОВЫЙ педагогический анализ	_____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____	_____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 7,8 (2 час.) Самотестирование по основным двигательным умениям и навыкам, в соответствии требованиями образовательной программы «От рождения до школы»: прыжки, упражнения в метании**

1. САМОКОНТРОЛЬ-тестирование. Выберите не менее двух номеров вариантов ответа.

• При выполнении спрыгиваний детям характерны следующие ошибки: \_\_\_\_\_

- 1) руки бездействуют 4) сильно наклоняют голову
- 2) жесткое приземление на прямые ноги 5) при отталкивании низко садятся
- 3) неодновременное отталкивание

• При выполнении прыжка в длину с разбега детям характерны следующие ошибки: \_\_\_\_\_

- 1) разбег на всей ступне 4) не фиксируют и.п.
- 2) отсутствует взмах руками 5) недостаточный вынос ног вперед
- 3) нет ускорения 6) остановка перед толчком

• При выполнении прыжка в высоту детям характерны следующие ошибки: \_\_\_\_\_

- 1) неравномерный, непрямолинейный разбег 4) неодновременное отталкивание
- 2) руки бездействуют 5) остановка перед планкой
- 3) разбег на всей ступне 6) неправильное направление толчка

• Способ приземления «с пятки на ступню» используется при выполнении следующих видов прыжков: \_\_\_\_\_

- 1) прыжок в длину с места 2) прыжок через скакалку
- 2) прыжок в высоту с разбега 4) прыжок в длину с разбега

• Для бросания предмета характерны следующие способы выполнения: \_\_\_\_\_

- 1) вниз 2) в цель 3) вперед
- 4) в стороны 5) вверх 6) на дальность

• Для ловли предмета характерны следующие способы выполнения: \_\_\_\_\_

- 1) снизу (1-2 руками) 2) «чашечка» 3) из-за спины
- 4) одновременным хватом с двух сторон
- 5) из-за головы 6) одновременным хватом сверху и снизу

• Требования к катанию предмета следующие: \_\_\_\_\_

- 1) энергично отталкивать предмет
- 2) толчок производить пальцами выпрямленных рук, сопровождая ими движение мяча
- 3) сочетать необходимое направление с силой толчка
- 4) выдерживать прямолинейное направление
- 5) толчок преимущественно кистью руки
- 6) соотносить силу толчка с расстоянием

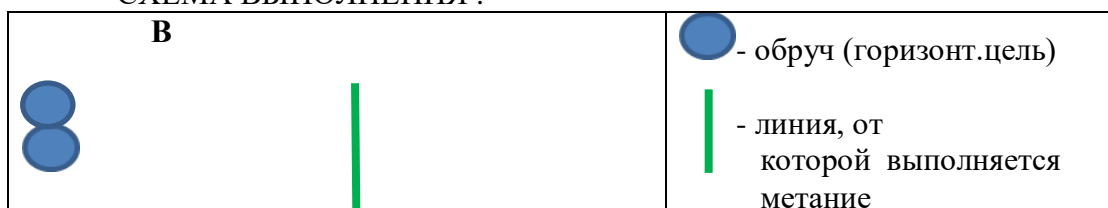
• Существуют следующие способы метания предмета: \_\_\_\_\_

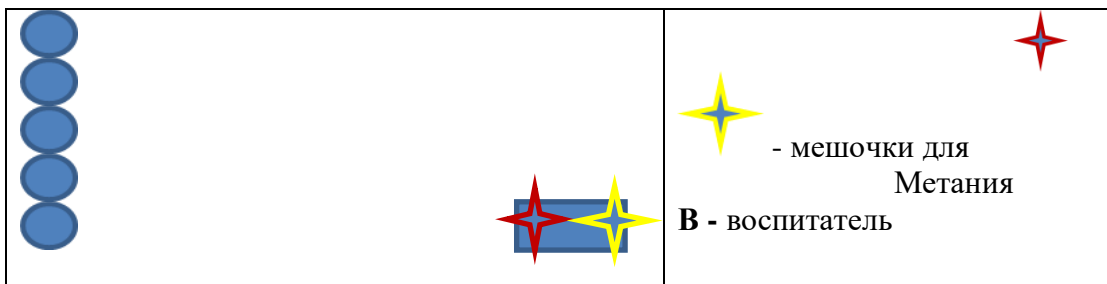
- 1) из-за спины через плечо 4) «чашечка»
- 2) одновременным хватом с двух сторон 5) прямой рукой сверху
- 3) прямой рукой снизу 6) прямой рукой сбоку

\*2. Проведите обучение метанию детей старшей группы, применив указанную методику с детьми ДООУ, где Вы работаете.

Задача обучения - Развивать умение метать в горизонтальную цель прямой рукой (правой и левой) снизу (расстояние 3м), отрабатывать умение прицелиться: совместить мешочек в прямой руке с целью (визуально).

**СХЕМА ВЫПОЛНЕНИЯ .**





Методические приёмы.

Метание в горизонтальную цель прямой рукой снизу.

-Показ выполнения воспитателем

- Пояснение к показу: мешочек в правой руке, отставила назад правую ногу на расстояние ширины плеч. Прицелилась: вытянула прямую руку вперёд, направила руку так, чтобы мешочек казался в обруче. Отвела прямую руку вниз-назад. и бросила прямой рукой снизу.

Вопрос - Как надо прицелиться, перед броском? (Вытянуть прямую руку вперёд, направить руку так, чтобы мешочек казался в обруче).

Выполнение: взяли мешочки: красный – в правую руку, жёлтый – в левую. Встали на линии броска напротив обруча. Приготовились метать красный мешочек, приняли исходное положение: какая нога назад? - правая. Прицелились, замах и бросок. Приготовились метать жёлтый мешочек, исходное положение: какая нога назад? – левая. Прицелились, замах и бросок. Взяли мешочки из обруча. Повторить метание по 5 раз каждой рукой.

Заполните в таблице результаты вашего выполнения.

Выполнение	Результаты выполнения		
	Потраченное время	Ошибки в указаниях	Ошибки в выполнении
Метание правой рукой			
Метание левой рукой			

3. Укажите способ организации на выполнение этого движения - \_\_\_\_\_

4. Отработайте методику обучения метанию в горизонтальную цель детей старшей группы *в модельной ситуации по содержанию задания 2* (имитируете сами выполнение движений детей).

Заполните в таблице результаты вашего выполнения.

Выполнение	Результаты выполнения		
	Потраченное время	Ошибки в указаниях	Ошибки в выполнении
Метание правой рукой			
Метание левой рукой			

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 9,10 (2 час.) Проведение комплекса строевых упражнений: построения, перестроения в сочетании с видами ходьбы и бега (отдельно по каждой возрастной группе).**

1. САМОКОНТРОЛЬ-тестирование.

Выберите не менее двух номеров вариантов ответа.

- Для детей 3-4 лет характерны следующие особенности выполнения ходьбы:

- 1) ходят четко, ритмично, с хорошей координацией движений
- 2) ходят, широко расставляя ноги, балансируя руками, разводя их в стороны
- 3) уверенный широкий шаг
- 4) делая шаги, не полностью выпрямляют ноги
- 5) стопы сводят параллельно или слегка повернутыми носками внутрь

- Для детей 4 лет характерны следующие особенности выполнения бега: \_\_\_\_\_

- 1) бег легкий, естественный, ритмичный
- 2) улучшается координация движений рук и ног
- 3) хорошая осанка
- 4) совершенствуется полетность, ритмичность
- 5) непринужденное положение рук, головы, туловища
- 6) недостаточная длина шага

- Для детей 5 лет характерны следующие особенности выполнения ходьбы:

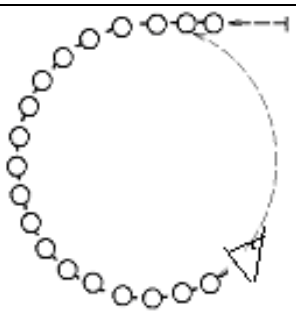
- 1) устанавливается определённая ритмичность
- 2) четкая координация движений
- 3) осанка остается напряженной
- 4) свободно двигаются
- 5) движения рук неритмичные
- 6) ориентировка в различных условиях.

• К каждому из элементов [1), 2), 3), 4), 5)] в левом столбце таблицы подберите один соответствующий элемент, обозначенный буквами [А, Б, В, Г, Д, Е и т.д.], в правом столбце таблицы.

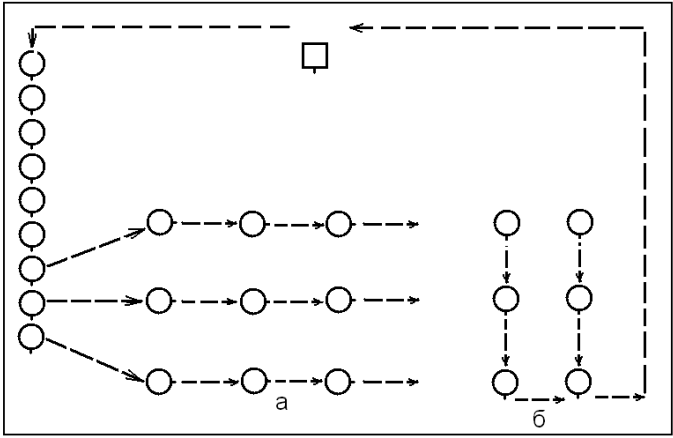
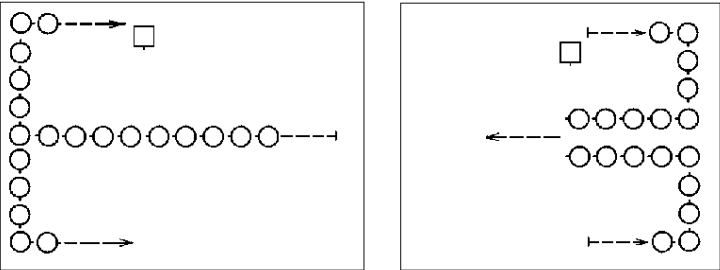
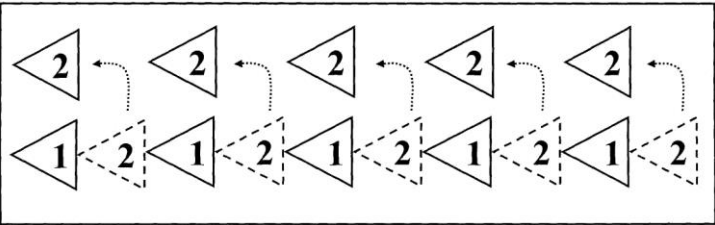
Полученный результат занесите в бланк ответа.

Бланк ответа					
1.	-		2.	-	
3.	-		4.	-	

Установите соответствие между видом перестроения и его схематическим изображением

№		ОТВЕТ	
<b>1</b>	 <p>в круг из шеренги</p>	<b>А</b>	Перестроение в две колонны
<b>2</b>	В колонну по три	<b>Б</b>	Перестроение из одной колонны в две колонны



			
3	 Перестроение в две колонны	В	Перестроение в круг из шеренги
4	 Из 1 шеренги в две шеренги	Г	Перестроение из 1 колонны в колонну по 3
		Д	Перестроение из 1 шеренги в 2 шеренги

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 11,12 (2 час.) Проведение медико-педагогического контроля состояния ЧСС ребёнка при выполнении основных движений**

1.- Изучите на сайте Киселёвой Е.В. тему: Составление физиологической кривой физкультурного занятия.

- Познакомьтесь с протоколом наблюдений, составленный мед.сстрой ДОУ и составьте график физиологической кривой выполнения основных движений на физкультурном занятии.

Протокол наблюдений за изменениями частоты сердечных сокращений  
Антон И. (5 лет 2 мес.) на физкультурном занятии МБДОУ № 42 г. Самары



**Тема 2.2. Формы работы по физическому воспитанию  
в дошкольных учреждениях  
(самостоятельные работы 13 - 36 )**

**Самостоятельная работа 13,14 (2 час) Проведение и анализ комплекса утренней гимнастики классического типа (в разных возрастных группах).**

1. САМОКОНТРОЛЬ - тестирование.

Выберите **единственный** правильный ответ и укажите его номер

• Утреннюю гимнастику необходимо проводить \_\_\_\_\_  
1) 4 раза в неделю 2) через день 3) по усмотрению воспитателя 4) ежедневно

• Количество общеразвивающих упражнений в комплексе ОРУ для младшей группы \_\_\_\_\_

1) 2-3 упражнения 2) 4 упражнения 3) 5 упражнений 4) 6-8 упражнений

• Продолжительность утренней гимнастики в подготовительной к школе группе составляет \_\_\_\_\_

1) 3-5 мин 2) 6-8 мин 3) 10-12 мин 4) более 12 мин

Укажите не менее **двух вариантов** ответа

• На утренней гимнастике используются следующие приемы усложнения \_\_\_\_\_

1) изменение исходного положения 2) введение счета  
3) использование наглядных ориентиров 4) введение предметов  
5) увеличение дозировки и темпа выполнения

• В утреннюю гимнастику обязательно включаются упражнения для профилактики \_\_\_\_\_

1) плоскостопия 2) зрения  
3) нарушения осанки 4) простудных заболеваний

• Использование в ходе утренней гимнастики предметов влияет на \_\_\_\_\_

1) мобилизацию индивидуальных возможностей 2) учащение дыхания  
3) результативность качества движений 4) эмоциональное состояние

• На утренней гимнастике используются следующие методы и приемы обучения \_\_\_\_\_

1) целостный показ в естественном темпе 2) показ с объяснением  
3) напоминание и выявление знаний  
4) распоряжение к одновременному началу упражнений  
5) указания по соблюдению темпа и качества выполнения

2. Отработайте **в модельной ситуации** методику проведения 3 части утренней гимнастики с детьми старшего дошкольного возраста по представленному фрагменту конспекта. Заполните таблицу результатов вашего выполнения.

Третья часть у/гимнастики – заключительная.				
№	Содержание упражнений	Дозировка, темп	Дыхание	Организационно-методические указания
1.	Обычная ходьба.	10 сек. средн	произвольное	В обход по залу шагом марш! Расправили плечи – молодцы!
2.	Обычный бег змейкой	25 сек быстр		Приготовились к бегу. Обычный бег змейкой – марш! Бежим легко, сохраняем направление движения
3.	Обычная ходьба.	10 сек. средн		Обычной ходьбой, марш! Голову приподняли, плечи расправили.
4.	Ходьба на носках – 10сек.	средн		Руки вверх, пальцы рук сомкнуты, на носках марш! Выше поднимаемся на

			носки, руки выпрямили.
	Ходьба на пятках – 10сек.	повторить 3 раза	Руки к плечам, на пятках марш! Выше поднимаем носки стоп, спина прямая
	Ходьба на внешних сторонах стопы – 10 сек		Руки на пояс, на внешней стороне стопы, марш! Спина прямая, подбородок приподняли.
5.	Обычная ходьба	10 сек.	Обычной ходьбой марш! Голову приподняли, плечи расправили.
6.	Построение в колонну	средн 10 сек	Ведущий - на месте шагаем, группа, на месте стой раз-два.

Результаты вашего выполнения.

Повторить	Результаты выполнения		
	Потраченное время	Ошибки в указаниях	Ошибки в выполнении
Первая попытка			
Вторая попытка			
Третья попытка			

\*3.Проведите утреннюю гимнастику в возрастной группе ДОУ, где Вы работаете и на основе плана наблюдения и анализа проведения утренней гимнастики, заполните графу – самоанализ, поставив баллы от 1 до 3 в каждой графе с номером ( представьте Конспект у/гимнастики ).

План наблюдения и анализ проведения утренней гимнастики

План наблюдения и анализ проведения утренней гимнастики	САМОАНАЛИЗ поставьте баллы от 1 до 3
1. Время проведения гимнастики.	
2.Психогигиенические условия: - проветривание помещения, влажная уборка; - форма одежды воспитателя; - настроение (эмоциональность) воспитателя.	
3. Подбор упражнений: - соответствует ли подбор данной возрастной группе - количество упражнений; - количество повторов; - последовательность выполнения упражнений.	
4. Использование объяснения и показа воспитателем или подготовленным ребенком (в зависимости от возрастной группы): - правильность и четкость показа выполнения упражнения.	
5. Использование разнообразных приемов (Указания, команды, описание упражнения, название упражнения; имитация, зрит.ориентир, непосредственная помощь воспитателя, использование счета, бубна, музыкального сопровождения; повторение упражнений, проведение упражнений в игровой форме).	
6. Использование пособий: - размер (соответствие возрасту); - гигиенические требования; - организация раздачи пособий.	

7. Рациональность использования построений и перестроений (в зависимости от возрастной группы).	
8. Настроение и самочувствие детей.	
9. Оценка итогов утренней гимнастики	
<b>ВСЕГО БАЛЛОВ</b>	

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 15 (1 час). Проведение и анализ утренней гимнастики, построенной на подвижных играх.**

1. На основании Картоteki подвижных игр, представленной в ПРИЛОЖЕНИИ 6, выберите подвижные игры (3-4), составьте план у/гимнастики для детей средней группы ДООУ, где в содержании 2 части включены эти подвижные игры. В модельной ситуации проведите у/гимнастики для детей средней группы. Заполните таблицу результатов вашего выполнения.

Содержание основной части у/гимнастики (подв.игры)	Результаты выполнения: + задавались, - не задавались.		
	Вопросы до начала игры	Вопросы пед. анализа	Затруднения (какие)

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 16 (1 час). Проведение и анализ занятия физической культурой - сюжетного типа в помещении.**

1. САМОКОНТРОЛЬ - тестирование.

• Установите соответствие между длительностью непосредственно организованной образовательной деятельности (НОД) по образовательной области «Физическое развитие» (физкультурного занятия) и возрастной группой в бланке ответа.

Бланк ответа			
<b>1. -</b>	<b>2. -</b>	<b>3. -</b>	<b>4. -</b>



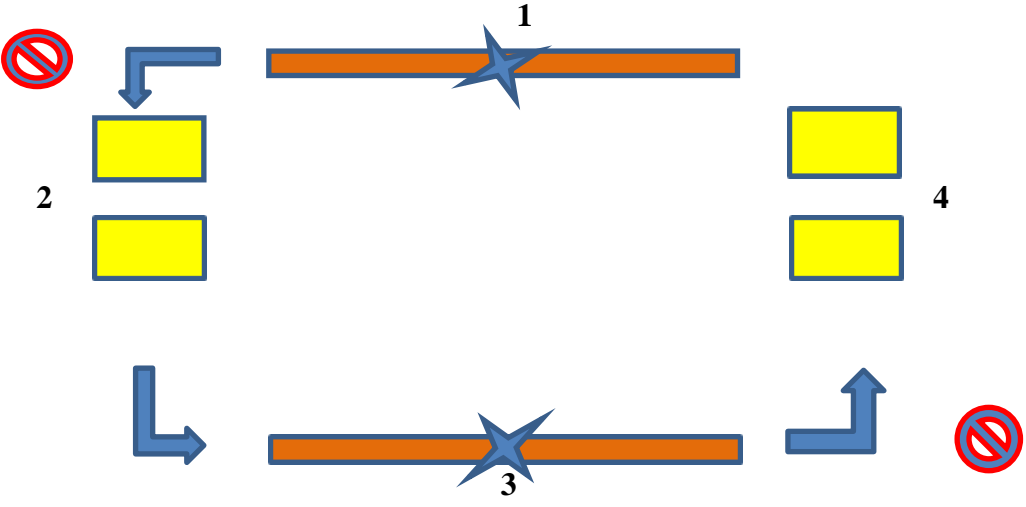
№	Возрастная группа		Длительность
1)	первая младшая	А	15-20 мин
2)	средняя	Б	25 мин
3)	старшая	В	30-35 мин
4)	подготовительная к школе	Г	до 15 мин
		Д	35-40 мин

• Установите последовательность выполнения упражнений в основной части непосредственно организованной образовательной деятельности (НОД) по образовательной области «Физическое развитие» (физкультурного занятия) №№ \_\_\_\_\_

- 1) игра малой подвижности
- 2) комплекс общеразвивающих упражнений
- 3) основные движения
- 4) игра большой подвижности

\*2. Отработайте проведение приёмов обучения основным движениям сюжетного физкультурного занятия во 2 младшей группе по теме: Котятки. Проверьте его соответствие

требованиям подбора основных движений по ПРИЛОЖЕНИЮ 1. Заполните таблицу результатов вашего выполнения этого занятия с детьми ДОУ.

<b>Вторая часть – основная.</b>	
<p><b>Условн. обозначения</b></p>  <p>гимн. скамья, кубик на середине</p> <p>• - прыжки</p> <p><b>1,2,3,4</b> – порядок выполнения основных движений.</p> <p> - матрёшка, Колобок</p> <p><u>Способ организации выполнения ОД</u> – <b>поточный</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Схема выполнения основных движений</b></p> 
<p><b>1 этап</b> – ходьба по гимнастической скамье с прешагиванием предмета на середине.</p> <p><b>2 этап</b> – прыжок в длину с места</p>	<p><b>Мотивация.</b> Увидели котят брёвнышки и ручейки, захотелось им поиграть. Присядьте на бережок (располагает детей так, чтобы они наблюдали упражнение сбоку). Посмотрите, мама-кошка покажет, как надо ходить по брёвнышку.</p> <p><b>Показ выполнения О.Д. 1 этап</b> - воспитатель поясняет свои действия: встала на брёвнышко двумя ножками, руки на пояс; иду и смотрю на матрёшку. Дошла до грибочка, белочка оставила, остановилась, перешагнула: сначала одной ногой, потом другую приставила. Дальше пошла, дошла до конца, спустила одну ногу, потом другую.</p> <p><b>2 этап</b> – подошла к ручейку, поставила ноги на узкую дорожку, прыгнула сразу двумя ногами на другой бережок, сделала пружинку (у котят мягкие лапки).</p> <p>Дальше пошла к другому брёвнышку и к другому ручейку.</p> <p><b>Выполнение детьми.</b> Теперь котятки вставайте около брёвнышка друг за другом и осторожно пошли.</p> <p>1 этап. - У каждого ребёнка проверяется на начале движения: осанка, положение рук, способ перешагивания.</p> <p>2 этап – обращается внимание на И.П., прыжок с двух ног на две, умение пружинить в коленях.</p> <p><b>Общая педагогическая оценка.</b> <i>Какие ловкие котята, по всем бревнышкам ходили, через все ручейки перепрыгнули.</i></p>

Повторить	Результаты выполнения основных движений		
	Потраченное время	Ошибки в указаниях	Ошибки в выполнении
Первая попытка			
Вторая попытка			
Третья попытка			

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 17, 18 (2час). Проведение и анализ занятия физической культурой проводимого на свежем воздухе - построенного на подвижных играх.**

1. **В модельной ситуации** проведите физкультурное занятие по конспекту, представленному в ПРИЛОЖЕНИИ 2.

Предварительно проверьте его соответствие требованиям подбора основных движений по ПРИЛОЖЕНИЮ 1.

Заполните таблицу результатов вашего выполнения.

Содержание НОД	Результаты выполнения:		
	«ОХОТНИКИ И ЗВЕРИ»	«ДВА МОРОЗА»	ИГРА ЭСТАФЕТА
Вопросы до начала игры			
Педагогический анализ			
Затруднения			

\*2.С детьми ДООУ, где Вы работаете, проведите физкультурное занятие по конспекту, представленному в ПРИЛОЖЕНИИ 2. Заполните таблицу результатов вашего выполнения.

Содержание НОД	Результаты выполнения		
	«ОХОТНИКИ И ЗВЕРИ»	«ДВА МОРОЗА»	ИГРА ЭСТАФЕТА -инструкции к эстафетам
Вопросы до начала игры			
Педагогический анализ			
Затруднения			

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 19,20 (2 час). Проведение и анализ физкультурного досуга, построенного на подвижных играх - с детьми младшего дошкольного возраста.**

1. САМОКОНТРОЛЬ - тестирование. Выберите **единственный** правильный ответ

• Физкультурный досуг проводится \_\_\_\_\_

1) педагогическим коллективом

2) родителями 3) воспитателем 4) помощником воспитателя

• Длительность физкультурного досуга в младшей и средней группе составляет \_\_\_\_\_

1) 20-30 мин 2) 35-40 мин 3) 40-50 мин 4) от 50 мин до 1 ч

• Длительность физкультурного досуга в подготовительной к школе группе составляет \_\_\_\_\_

1) 20-30 мин 2) 35-40 мин 3) 40-50 мин 4) 1-1,5 часа

2. Изучите на сайте Киселёвой Е.В. в материалах - МДК 01.02.Тема 1.7. ЛЕКЦИИ и задания для самостоятельной работы изучите лекцию Типы физкультурных досугов и составьте план развлечения для 2 младшей группы - развлечение (досуг), построенное на знакомых играх и игровых упражнениях (представьте этот план). Проведите его в модельной ситуации. Заполните таблицу результатов вашего выполнения.

Содержание развлечения, названия игр	Результаты выполнения		
	Создание игровой ситуации	Оборудование к игре	Поощрение активности детей

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 21,22 (2 час). Проведение и анализ физкультурного досуга, построенного на элементах одной спортивной игры (с детьми старшего дошкольного возраста).**

1. Изучите на сайте Киселёвой Е.В. в материалах - МДК 01.02.Тема 1.7. ЛЕКЦИИ и задания для самостоятельной работы изучите лекцию Типы физкультурных досугов и составьте план физкультурного досуга, построенного на элементах одной спортивной игры с детьми старшего дошкольного возраста (представьте этот план). Проведите его в модельной ситуации. Заполните таблицу результатов вашего выполнения (заполните в печатном варианте).

Содержание развлечения, названия элементов спортивных игр	Результаты выполнения		
	Инструкция игрокам	Оборудование	Награждение команд

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 23,24 (2 час). Проведение и анализ организации двигательной активности на прогулке с детьми младшего дошкольного возраста**

1. ПРОВЕДЕНИЕ двигательной активности на прогулке с детьми младшего дошкольного возраста.

Познакомьтесь с конспектом в ПРИЛОЖЕНИИ 5. На его примере и с использованием ПРИЛОЖЕНИЯ 6, составьте план организации **индивидуальной работы по физическому развитию и подвижных игр** на прогулке с детьми младшего дошкольного возраста и проведите его основную часть в модельной ситуации. Заполните таблицу ниже.

Заполните в таблице результаты вашего выполнения.

Движения	Результаты выполнения	
	Предполагаемые ошибки детей	Затруднения педагога



ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 25, 26 (2час). Проведение и анализ организации двигательной активности на прогулке с детьми среднего дошкольного возраста**

1. ПРОВЕДЕНИЕ двигательной активности на прогулке с детьми среднего дошкольного возраста.

Познакомьтесь с конспектом в ПРИЛОЖЕНИИ 5. На его примере с использованием образовательной программы и ПРИЛОЖЕНИЯ 6, составьте план организации **индивидуальной работы по физическому развитию и подвижных игр** на прогулке с детьми среднего дошкольного возраста и проведите его основную часть **в модельной ситуации**. Заполните таблицу ниже.

Заполните в таблице результаты вашего выполнения.

Движения	Результаты выполнения	
	Предполагаемые ошибки детей	Затруднения педагога

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 27,28 (2час). Проведение и анализ организации двигательной активности на прогулке с детьми старшего дошкольного возраста**

1.ПРОВЕДЕНИЕ двигательной активности на прогулке с детьми старшего дошкольного возраста.

Познакомьтесь с конспектом в ПРИЛОЖЕНИИ 5.

На его примере с использованием образовательной программы и ПРИЛОЖЕНИЯ 6, составьте план организации **индивидуальной работы по физическому развитию и подвижных игр** на прогулке с детьми старшего дошкольного возраста и проведите его основную часть **в модельной ситуации**. Заполните таблицу ниже.

Заполните в таблице результаты вашего выполнения.

Движения	Результаты выполнения	
	Предполагаемые ошибки детей	Затруднения педагога

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 29,30 (2 час). Проведение занятия физической культурой, построенного на подвижных играх (подготовительная группа ДОУ).**

1. По примеру физкультурного занятия в ПРИЛОЖЕНИИ 2 и с использованием образовательной программы и ПРИЛОЖЕНИЯ 6, Составьте свой вариант физкультурного занятия, построенного на подвижных играх.

**В модельной ситуации** проведите физкультурное занятие по самостоятельно составленному конспекту. Заполните таблицу результатов вашего выполнения.

Названия подвижных игр	Результаты выполнения		
	Вопросы до начала игры	Вопросы педагогического анализа	затруднения

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 31, 32 (2 час). Проведение занятия-тренировки по освоению упражнений в метании (старшая группа ДОУ.)**

1. ПРОВЕДЕНИЕ занятия-тренировки.

**В модельной ситуации** проведите физкультурное занятие по конспекту, представленному в ПРИЛОЖЕНИИ 3. Заполните таблицу результатов вашего выполнения.

Содержание занятия	Результаты выполнения		
	Время	Ошибки в указаниях	Затруднения
1 часть			
2 часть Выполнение основных движений			
Подвижная игра			
3 часть			

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 33,34 (2 час). Проведения физкультурного досуга во 2 младшей группе ДОУ.**

1. Изучите на сайте Киселёвой Е.В. в материалах - МДК 01.02. в Теме 1.7. ЛЕКЦИИ и задания для самостоятельной работы изучите лекцию Типы физкультурных досугов и составьте план физкультурного досуга, построенного на знакомых подвижных играх с детьми младшего дошкольного возраста (представьте этот план). Проведите его в модельной ситуации. Заполните таблицу.

Самоанализ проведённого досуга		
№	Вопросы для анализа	Поставьте баллы от 1 до 3
1	Деятельность детей: - интерес, увлеченность; - самочувствие, настроение; - соответствие нагрузки уровню физического развития детей и их физической подготовленности;	
2	Деятельность педагога: - эффективность использования оборудования и инвентаря; - соответствие содержания праздника (досуга) теме, сезону и условиям проведения; динамичность праздника (досуга); - разнообразие игр, упражнений по двигательному содержанию и способы их подачи; стиль общения.	
3	Длительность - _____ мин.	

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 35, 36 (2 час). Проведение утренней гимнастики на свежем воздухе (в одной из возрастных групп).**

1. Перечислите варианты у\гимнастики для проведения на свежем воздухе

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. Составьте план-конспект одного из вариантов у\гимнастики, в одной из возрастных групп на тёплый период года и **проведите его в модельной ситуации**. Заполните таблицу результатов вашего выполнения.

Самоанализ проведенных у\гимнастики

Содержание у\гимнастики	Результаты выполнения		
	Время	Ошибки в указаниях	Затруднения
1 часть			
2 часть			
3 часть			

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Тема 2.3. Развитие физических качеств  
(скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)  
(самостоятельные работы 37 - 44 )**

**Самостоятельная работа 37,38 (2 час). Проведение и анализ упражнений по обучению дошкольников игре в баскетбол**

1. САМОКОНТРОЛЬ - тестирование.

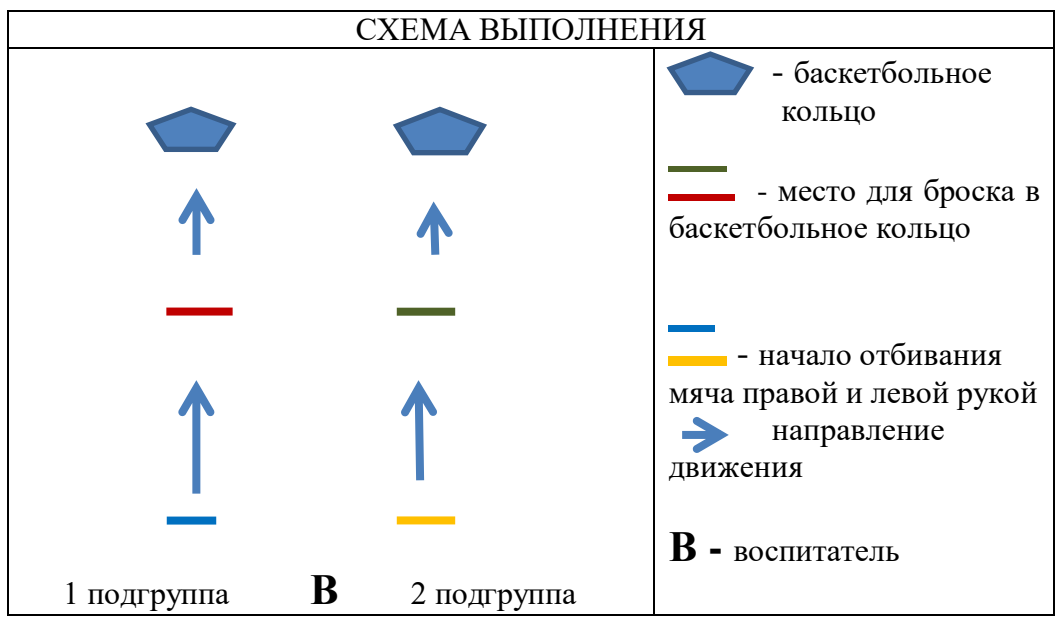
Выберите единственный правильный ответ и укажите его номер

- Как выполняется ведение мяча в баскетболе?- \_\_\_\_\_
  - 1) Правой рукой
  - 2)левой рукой
  - 3) То правой, то левой
  - 4) Двумя руками
- Подача в волейболе выполняется, стоя...- \_\_\_\_\_
  - 1) За лицевой линией
  - 2) На лицевой линии
  - 3) Перед лицевой линией
- С мячом в баскетболе можно делать: \_\_\_\_\_
  - 1) Три шага
  - 2) Два шага
  - 3) Один шаг
- Есть ли вторая попытка у волейболиста при подаче?- \_\_\_\_\_
  - 1) Нет
  - 2) Да
- На одной стороне площадки в волейболе может быть: \_\_\_\_\_
  - 1) Одна передача
  - 2) Две передачи
  - 3) Три передачи
- Когда мяч в волейболе летит между игроками, играет... \_\_\_\_\_
  - 1) Правый игрок
  - 2) Левый игрок
  - 3) Оба игрока
  - 4) Кто первый скажет «Я»
- Штрафной бросок в кольцо приносит команде: \_\_\_\_\_
  - 1) Два очка
  - 2) Три очка
  - 3) Одно очко
  - Можно ли играть одной рукой? \_\_\_\_\_
    - 1) В футболе
    - 2) В волейболе
    - 3) В бадминтоне
    - 4) В баскетболе

2. Проведите *в модельной ситуации* обучение элементам игры в баскетбол  
Задачи обучения:

- Развивать умение забрасывать мяч в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы (расстояние 4м), отрабатывать умение попадать мячом в квадрат на щите над кольцом.

- Упражнять в отбивании мяча правой и левой рукой в движении по прямой (расстояние 4м), отрабатывать умение во время удара по мячу сохранять положение кисти руки по его форме.



**Методические приёмы**

- Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.
  - Показ выполнения движения
  - Пояснение к показу педагога: ноги на ширине плеч, слегка согнуты в коленях, мяч в согнутых руках перед собой; завести руки с мячом за голову, стараться попасть мячом в квадрат на щите над кольцом, бросок и поймать мяч.
  - Куда надо стараться ударить мячом, чтобы он попал в корзину?( в квадрат на щите над кольцом).
- Отбивание мяча правой и левой рукой в движении по прямой.
 

Напоминание: во время удара по мячу сохранять положение кисти руки по его форме.

Заполните в таблице результаты вашего выполнения.

Движения	Результаты выполнения		
	Время	Ошибки в указаниях	Ошибки в выполнении
Забрасывание мяча в баскетб. кольцо			
Отбивание мяча правой и левой рукой в движении по прямой			

- Укажите применённый способ организации на выполнение этих движений - \_\_\_\_\_

\*3. Отработайте методику обучения элементам игры в баскетбол, обозначенных в задании 1 (подготовительная группа) с детьми ДООУ, в котором Вы работаете.

Заполните в таблице результаты вашего выполнения.

Движения	Результаты выполнения		
	Время	Ошибки в указаниях	Ошибки в выполнении детьми
Забрасывание мяча в баскетб. кольцо			

Отбивание мяча правой и левой рукой в движении по прямой			
--	--	--	--

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 39 (1 час). Отработка и проведение упражнений по обучению дошкольников игре в бадминтон, настольный теннис.**

1. САМОКОНТРОЛЬ –тестирование.

Выберите единственный правильный ответ и укажите его номер

- Есть ли вторая попытка на подаче у бадминтониста? \_\_\_\_\_
  - 1) Да
  - 2) Нет
- Игра в бадминтоне ведется до счета: \_\_\_\_\_
  - 1) 25
  - 2) 21
  - 3) 21 : 23
  - 4) 30 : 29

Укажите не менее двух номеров вариантов ответа

- К летним видам спортивных упражнений относятся ... \_\_\_\_\_
  - 1) катание на велосипеде 2) плавание
  - 3) ходьба на лыжах 4) катание на самокате
  - 5) катание на роликовых коньках 6) катание на коньках

2. ПРОВЕДЕНИЕ занятия по обучению игре в бадминтон.

Познакомьтесь с конспектом в ПРИЛОЖЕНИИ 4 и проведите его основную часть в модельной ситуации. Заполните таблицу ниже.

Результаты проведения занятия по обучению игре в бадминтон.

Движения	Результаты выполнения	
	Предполагаемые ошибки детей	Затруднения педагога

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 40 (1 час). Отработка и проведение упражнений по обучению дошкольников элементам игр в хоккей.**

\*1. ПРОВЕДЕНИЕ индивидуальной работы по обучению игре в хоккей.

На основании образовательной программы ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ под ред. Вераксы Н.Е. запланируйте индивидуальную работу с подгруппой детей старшего дошкольного возраста по обучению элементам игры в хоккей.

Укажите задачу, методические приёмы и проведите её с детьми ДООУ, в котором Вы работаете. Заполните в таблице результаты вашего выполнения.

Движения	Результаты выполнения		
	Потраченное время	Ошибки в указаниях	Ошибки в выполнении детьми

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 41,42 (2 час). Проведение и анализ упражнений по обучению дошкольников народным подвижным и спортивным играм.**

1. ПРОВЕДЕНИЕ индивидуальной работы по обучению спортивным играм.

На основании образовательной программы ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ под ред. Вераксы Н.Е. выберите спортивную игру и запланируйте индивидуальную работу с подгруппой детей старшей группы ДОУ: задача, методические приёмы и *проведите её в модельной ситуации*. Заполните таблицу ниже.

Результаты вашего проведения спортивной игры \_\_\_\_\_.

Движения	Результаты выполнения	
	Предполагаемые ошибки детей	Затруднения педагога

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 43 (1 час). Проведение обучения игре в бадминтон на прогулке (старшая группа ДОУ).**

1. ПРОВЕДЕНИЕ индивидуальной работы по обучению игре в бадминтон.

На основании конспекта в ПРИЛОЖЕНИИ 4, запланируйте индивидуальную работу с подгруппой детей старшей группы ДОУ и проведите её *в модельной ситуации*. Заполните таблицу ниже.

Заполните в таблице результаты вашего выполнения.

Движения	Результаты выполнения		
	Потраченное время	Ошибки в указаниях	Ошибки в выполнении детьми

\*2. ПРОВЕДЕНИЕ индивидуальной работы по обучению игре в бадминтон

На основании конспекта в ПРИЛОЖЕНИИ 4, спланируйте проведение с подгруппой детей старшей группы обучение элементам игры в бадминтон: задача, методические приёмы. Проведите это обучение и заполните таблицу ниже.

Заполните в таблице результаты вашего выполнения.

Движения	Результаты выполнения		
	Потраченное время	Ошибки в указаниях	Ошибки в выполнении детьми

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_

**Самостоятельная работа 44 (1 час). Проведение обучения игре в городки на прогулке (подготовительная группа ДОУ).**

1. ПРОВЕДЕНИЕ обучения игре в городки.

Спланируйте проведение с подгруппой детей подготовительной группы ДОУ обучение элементам игры в городки: задача, методические приёмы. Представьте иллюстрации игровых заданий игре в городки для детей подготовительной группы.

ОЦЕНКА - \_\_\_\_\_





### Список рекомендуемых источников:

#### Книги, печатная периодика

1. Акимова, Г. Е. Расту, играю, развиваюсь!: Занятия с ребенком от рождения до шести лет / Г.Е. Акимова. - Екатеринбург, У-фактория. 2007г. – 417с. (Развитие движений - крупная моторика)
2. Анисимова, М.С. Двигательная деятельность детей младшего и среднего возраста./ М.С.Анисимова, Т.В.Хабарова. – СПб.: Детство-Пресс, 2012г. - 208 с.
3. Бабаева Т.И. Мониторинг в детском саду./Т.И.Бабаева. – СПб.: Детство-пресс, 2011,- 592с. (Диагностика по всем разделам программы).
4. Вераксы Н.Е. программа ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ/ Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М, «МОЗАИКА-СИНТЕЗ», 2017 (в соответствии с ФГОС ДО).
5. Ермак, Н. Н. Физкультурные занятия в детском саду: творческая школа для дошколят/ Н. Н. Ермак.- Ростов-на-Дону: Феникс, 2004г.
6. Картушина, М.Ю. Сюжетные физкультурные занятия для детей средней группы ДОУ/ М.Ю. Картушина. - Скрипторий 2003, 2011г.-112с.
7. Киселёва Е.В. Физиологическая кривая физкультурного занятия – возможность контроля уровня физической нагрузки дошкольника.// «ВЕСТНИК современной науки», научно-теоретический журнал, №3, Москва, 2015г. СТР.42
8. Киселёва, Е.В. Методические особенности проведения подвижных игр с детьми дошкольного возраста [Текст] //Сборник статей Российская наука в современном мире, «Актуальность РФ», Москва-Пенза, Россия. - 21 марта 2015- С.78-82
9. Литвинова, О.М. Спортивные упражнения и игры в д/саду/ О.М. Литвинова.- Феникс, 2010г. - 96с.
10. Мелехина, Н.А. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ/ Н.А.Мелехина, Л.А.Калмыкова.- СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012г.-111с.
11. Полтавцева, Н.В. Приобщаем дошкольника к здоровому образу жизни/ Н.В. Полтавцева, М.Ю. Стожарова, Р.С. Краснова, И.А. Гаврилова. - Сфера, 2012г. -128с.
12. Соколова, Л.А. Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников /Л.А. Соколова. - СПб.:«ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012г.- 80с.
13. Соломенникова, Н.М. Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет: фитбол-гимнастика. Конспекты занятий / авт.-сост. Н. М. Соломенникова, Т. Н. Машина. – Волгоград:Учитель, 2011г.-159с
14. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет/ авт.-сост. Е.И.Подольская. - Волгоград: Учитель, 2010г.-199с.
15. Тимофеева, Е. Подвижные игры: хрестоматия и рекомендации. / Е.Тимофеева, Е. Сагайдачная, Н.Кондратьева. – М.Издательский дом "Воспитание дошкольника", 2010г.– 96с.(1ч.), 112с.(2 ч.).
16. Токаева Т.Е. Мониторинг физического развития детей: диагностический журнал. Средняя группа / Т.Е Токаева, М.:Учитель, 2011-65с.
17. Утробина, К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет. Конспекты нетрадиционных занятий и развлечений в спортивном зале: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре/ К.К. Утробина – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2003г.-128с.
18. Фирилева, Ж. Е., «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. / Ж.Е.Фирилева, Е.Г.Сайкина. – СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010г. -352с. с ил..

19. Шебеко, В.Н. Физическое воспитание дошкольников: учеб. пособие для студентов средних педагогических учебных заведений / В.Н.Шебеко, Н.Н. Ермак.– 4-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2000г. – 176с.

**Дополнительная (Д)**

20. Беззубцева, Г.В. В дружбе со спортом: Конспекты занятий с детьми 5-7 лет в спортивном зале и сценарии спортивных праздников по мотивам детских сказок и мультфильмов/ Г.В. Беззубцева, А.М. Ермошина – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2003г. – 56с.
21. Казина, О.Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы/ О.Б. Казина – Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2005г. – 140с.
22. Кожухова, Н. Н. Питание, режим и здоровье ребенка: Практические советы педагога / Н. Н. Кожухова. - М.: Школьная Пресса, 2005. - 40 с. - (Ребенок XXI века от рождения до школы: Я - человек) 110 с.

**Электронные ресурсы:**

23. ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ СТАНДАРТ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ [Электронный ресурс]// [http://mdou-197.ucoz.ru/info/federalnyj\\_gosudarstvennyj\\_obrazovatelnyj\\_standart.pdf](http://mdou-197.ucoz.ru/info/federalnyj_gosudarstvennyj_obrazovatelnyj_standart.pdf)
24. Все для детского сада: раздел «Здоровье малышей» [Электронный ресурс] // <http://www.ivalex.vistcom.ru/helth.htm>.
25. Киселева Е.В. Персональный сайт преподавателя ССПК [Электронный ресурс] // <http://kiselevaev.ucoz.ru>
26. Научно-методический журнал «Физическая культура» – статья «Физическое воспитание дошкольников» [Электронный ресурс] // <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2002N2/p56-59.htm>.
27. Сведения о физическом развитии детей, об основах детской гигиены, о значении детских игр в воспитательном процессе, о трудовом воспитании ребенка, об организации праздничных утренников в детском саду [Электронный ресурс] // <http://www.detskiysad.ru>
28. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» - раздел «Работа с дошкольниками» [Электронный ресурс] // <http://festival.1september.ru/subjects/16>

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### «Содержание физкультурных занятий разного типа»

Таблица составлена на основании теоретических материалов Степаненковой Э.Я., Алямовской В.Г., Хухлаевой Д.В., Кожуховой Н.Н. и др.

№	Тип физкультурного занятия	I часть	II часть (ОСНОВНАЯ)			III часть (выбрать один из номеров)
			комп. ОРУ	обуч.нов ОД	выполнение знакомых ОД на 2 и 3 этапах обучения	
1.	Классическое (смешанное)	-построение; -упр. на внимание: -перестроения, - виды ходьбы в сочетании с упр.в лазании; -виды бега в сочетании с прыжками; - перестроения к ОРУ	до ОД	1 - О.Д.	все разные ОД + знак.подв. игра	1.Игра спокойн. характера (на ориентир. в пространстве, на внимание ; математического или речевого х-ра;)  2.Упражнения на расслабление.  3.Спокойные танцевальные упражнения.  4.Упражнения на укрепление осанки и профилактику плоскостопия.  5.Награждение победителей личного или командного первенства.
2.	Сюжетное		до ОД	1 - О.Д.	все разные ОД + знак.подв. игра	
3.	Игровое		до ОД в старшем д/.в	нет	Знакомые подвижные игры на разные ОД (от 2 до 5 игр в зависимости от возраста детей)	
4.	Тренировка		до ОД	разные виды одного ОД	разные виды <u>одного ОД</u> + знак.подв. игра <u>на это же ОД</u>	
5.	С применением тренажёров (наличие схемы перехода по станциям – необходимо)		до ОД	может быть одно ОД	1.Действия на тренажёрах знакомы + знак.подв. игра 2. Если не хватает тренажёров, работа на тренажёрах может сочетаться с выполнением ОД	
6.	Танцевального характера		аэробика	1 танцевальное	Знакомые танц. движ. + знакомый танец	
7.	Прогулки-походы (желательно использовать компас, карту-схему)		нет	нет	1.Наличие плана-графика движения с учётом общего расстояния и <u>указанием расстояния</u> до остановок во время пути. 2.Выполнение по ходу <u>разных ОД</u> (1-2) в естественных условиях	
8.	Самостоятельной двигательной деятельностью (применять схемы)		до ОД	нет	Создание подготовленных условий для выполнения 6-10 ОД + знаком. подв. игра	
9.	Оздоровительный бег		до ОД в старшем д/.в	нет	Выполнение медленного бега в сочетании с быстрой ходьбой и длительной обычной ходьбой. Расстояние и длительность бега постепенно увеличиваются	
10.	Занятие-зачёт		до ОД	нет	все разные ОД + знак. подв. игра. Два движения контр. педагогами с заполнением протоколов.	

Условные обозначения: ОД – основные движения; ОРУ – общеразвивающие упражнения.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Конспект занятия по физической культуре на прогулке в подготовительной группе

Программные задачи.

I Образовательные

1. Упражнять в быстром беге врассыпную и с увёртыванием в подвижной игре «Два Мороза», отрабатывать ловкость движений и быстроту реакции.
2. Упражнять в метании мячей (д-8 см) в движущуюся горизонтальную цель в подвижной игре «Охотники и звери», отрабатывать глазомер, умение быстро прицелиться.
3. Упражнять в выполнении ходьбы и бега на лыжах без палок на расстояние 3 м., отрабатывать умение сохранять равновесие при скольжении на лыжах без лыжни.
4. Упражнять в ведении шайбы клюшкой по прямой (расстояние -2 м.), отрабатывать умение не терять шайбу во время движения.

II. Воспитательные

Воспитывать честность при выполнении игровых правил и желание действовать в команде

**Оборудование:** для воспитателя:судейский свисток, повязки для охотников-3  
для детей:

1. шайба – 4 шт.,
2. клюшка – 4 шт.,
3. лыжи – 4 пары,
4. набор мячей (д-8см) по 6 шт. в холщёвом мешке – 3 набора,
5. изображения Морозов (красный и синий).

### ВЫПОЛНЕНИЕ ОСНОВНЫХ ДВИЖЕНИЙ ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ОХОТНИКИ И ЗВЕРИ»

Вопросы до начала игры:

1. Как распределяются звери на площадке? (врассыпную и бегают по площадке в одном направлении)
2. Когда Охотники начинают охоту? (По слову ОХОТНИК!)
3. Как должны вести себя звери? (могут убегать от охотника, но не за пределы площадки)
4. Могут ли охотники приближаться к зверям? (нет, охотники должны попадать мячом по ногам игроков)
5. Когда прекращается игра? (когда закончились мячи у охотников)

ВОПРОСЫ ИТОГОВОГО АНАЛИЗА ИГРЫ

- Какой охотник был сегодня самым удачливым? (кто занял первое место и поймал больше зверей - подсчитывается количество у каждого охотника и сравниваются полученные числа)
- Кто из «зверей – игроков» не попался ни одному охотнику? – поднимите руки. Вы самые ловкие игроки в этой игре – МОЛОДЦЫ!

#### *ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ДВА МОРОЗА»*

Вопросы до начала игры:

1. Как надо подготовить площадку для игры? (отметить место для игроков – провести линии, или положить шнуры) .
2. Как выберем двух Морозов? (способ – Флюгер) .
3. Когда Морозы начинают говорить свои слова? (когда воспитатель поднял красный флажок) .
4. Когда Морозы начинают ловить игроков? (после ответа всех детей хором: «не боимся мы угроз и не страшен нам мороз») .
5. Когда Морозы перестают ловить игроков? (когда прозвучит сигнал свистка) .

ВОПРОСЫ ИТОГОВОГО АНАЛИЗА ИГРЫ:

- Какой Мороз был сегодня самым ловким? (подсчитывается количество «замороженных» каждым Морозом и сравниваются полученные числа назвать, кто занял первое, второе и третье место).
- Поднимите руки те дети, кого ни один Мороз сегодня не заморозил? – Вы сейчас самые ловкие игроки!

#### *ИГРА ЭСТАФЕТА «ВЕДЕНИЕ ШАЙБЫ КЛЮШКОЙ»*

Инструкция игрокам:

- «Сейчас каждому игроку команды надо по сигналу свистка от красной черты начать вести клюшкой шайбу, двигаясь к синему обручу, около обруча взять шайбу в руки и бегом вернуться к команде – передать клюшку и шайбу следующему игроку. Побеждает та команда, игроки которой первыми выполнят все действия».

#### *ИГРА-ЭСТАФЕТА «ХОДЬБА И БЕГ НА ЛЫЖАХ БЕЗ ПАЛОК»*

Инструкция игрокам:

- «Сейчас каждому игроку команды надо по сигналу свистка одеть лыжи на ноги, дойти или добежать до обруча, обойти его, вернуться к команде и передать эстафету – передать лыжи. Побеждает та команда, игроки которой первыми выполнят все действия».
- 3 часть. Заключительная – ходьба в помещение группы.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

### Конспект занятия–тренировки в помещении для детей старшей группы ДОУ

Задачи обучения:

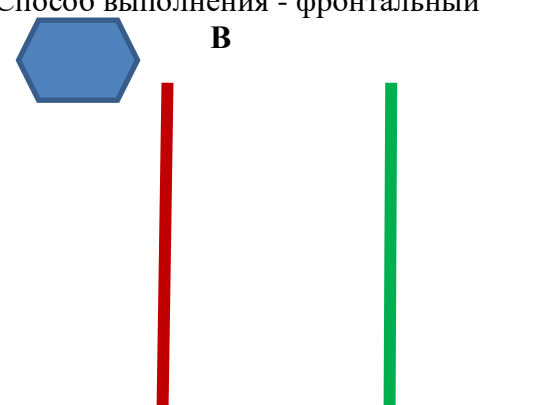


1. Развивать умение забрасывать мяч в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы (расстояние 4м), отрабатывать умение попадать мячом в квадрат на щите над кольцом.

2. Закреплять умение передавать мяч друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 3м). Отрабатывать умение сохранять направление броска партнеру: вперед-вверх.

3. Упражнять в отбивании мяча правой и левой рукой в движении по прямой (расстояние 4м), отрабатывать умение во время удара по мячу сохранять положение кисти руки по его форме.

4. Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками (10 раз непрерывно) в подвижной игре «Играй, играй, но мяч не теряй!», развивать ловкость движений.

#### 1. СХЕМА ВЫПОЛНЕНИЯ ДВИЖЕНИЙ.

<p>Способ выполнения - фронтальный</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• - корзина с мячами</li> <li> - дети 1 звена</li> <li> -- дети 2 звена</li> </ul> <p><b>В - воспитатель</b></p>
<b>2 СХЕМА ВЫПОЛНЕНИЯ ОСНОВНЫХ ДВИЖЕНИЙ</b>	
<p>Способ выполнения - поточный</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>1 подгруппа</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><b>В</b> 2 подгруппа</p> </div> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li> - баскетбольное кольцо</li> <li> - место для броска в баскетбольное кольцо</li> <li></li> <li> - начало отбивания мяча правой и левой рукой</li> <li> направление движения</li> </ul> <p><b>В - воспитатель</b></p>

#### Методические приёмы

1. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.

Пояснение к показу педагога: ноги на ширине плеч, слегка согнуты в коленях, мяч в согнутых руках перед собой; завести руки с мячом за голову, стараться попасть мячом в квадрат на щите над кольцом, бросок и поймать мяч.

-Куда надо стараться ударить мячом, чтобы он попал в корзину? ( в квадрат на щите над кольцом).

## 2. Передача мяча друг другу

- Куда надо стараться целиться мячом, чтобы он попал партнёру? (вперёд-вверх)

## 3. Отбивание мяча правой и левой рукой в движении по прямой.

Напоминание: во время удара по мячу сохранять положение кисти руки по его форме.

Педагогический анализ ОД: выполняется в ходе выполнения движений, по окончании – называются имена тех, кто правильно выполнял движения

Подвижная игра «Играй, играй, но мяч не теряй!»

Вопросы до начала игры:

- Когда Ловишка начинает отбирать мяч у игроков? (после 1 свистка водящего)

- Кто становится следующим Ловишкой, если ловишка смог завладеть мячом? (тот игрок, который остался без мяча)

Когда Ловишка прекращает отбирать мяч? (после 2 свистков водящего)

Вопросы итогового анализа игры:

- Какой из Ловишек быстрее всех смог завладеть мячом?

- Поднимите руку те игроки, кто ни разу не был Ловишкой?

Молодцы - вы сегодня САМЫЕ ЛОВКИЕ ИГРОКИ!

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

### Конспект занятия–тренировки в помещении для детей подготовительной к школе группе ДОУ Обучение игре в бадминтон

(Автор - Погуляева С. В.)

Задачи обучения:

1. Учить ударом справа через сетку;
2. Закреплять движения без волана, имитирующие удары справа;
3. Совершенствовать умения попадать по волану центром струнной поверхности ракетки;
4. Развивать координационные способности, глазомер, наблюдательность;
5. Воспитывать желание самостоятельно играть в игру бадминтон.

Оборудование: ракетки и воланы по количеству детей; сетка.

I - Вводная часть. Дети строятся в шеренгу.

Обычная ходьба; ходьба на пятках, руки на голове, локти в стороны; обычная ходьба; ходьба с высоким подниманием колена, руки в стороны; обычная ходьба; ходьба в полном приседе, руки на коленях; обычная ходьба; бег в колонне, со сменой ведущего (по 30 – 40с, 2 – 3 раза в чередовании с обычной ходьбой), по ходу берут ракетки.

Перестроение из колонны в 3 звена в движении.

II - Основная часть: Комплекс ОРУ (с ракетками)

#### 1. «Покажи ракетку»

И.п. стоя, ноги врозь на ширине ступни, руки с ракеткой внизу.

1-руки вперед.

2- руки вверх.

3- руки вперед.

4 – и.п. (4- 5 раз)

#### 2. «Наклоны в сторону»

И.п.стоя, ноги на ширине плеч, руки с ракеткой внизу.

1 – наклон вправо, прямые руки с ракеткой вверх

2 – и.п

3 – наклон влево, прямые руки с ракеткой вверх

4 – и.п (4 – 5 раз)

#### 3. «Приседания»

И.п. стоя, ноги на ширине плеч, руки внизу, держат ракетку за рукоятку.

1 – присесть, руки вперед с ракеткой.

2 – и.п (4 – 5 раз)

#### 4. «Положи ракетку»

И.п. то же.

1 – наклон вперед, положить ракетку

2 – и.п

3 – наклон вперед, взять ракетку

4 – и.п (4 -5 раз)

#### 5.«Повороты»

И.п. стоя, ноги на ширине ступни, ракетка на полу, руки на поясе.

1 – поворот вправо, руки в сторону

2 – и.п

3 – поворот влево, руки в сторону

4 – и.п (4 – 5 раз)



#### 6. «Переложить ракетку»

И.п. сидя, руки на коленях, ракетка в правой руке

1 – поднять правую ногу, переложить ракетку в левую руку под прямой ногой.

2 – и.п.

3 – то же, с левой рукой и левой ногой.

4 – и.п. (4 – 5 раз)

6. «Покажи ракетку»

И.п. – лежа на животе, ракетка в вытянутых руках

1- поднять руки с ракеткой и ноги от пола

2- держать ракетку и ноги на весу

3 – И.п. (3 раза, отдых, 3 раза)

8. «Прыжки»

И.п. стоя, ноги на ширине ступни, руки на поясе, ракетка на полу

1 - прыжки вправо и влево через ракетку (40 прыжков),

2 - ходьбой 10 шагов (3 – 4 раз).

#### Основные движения

1) Имитирующие удары справа. Дети стоят шеренгой 7-8 человек. У каждого в руке ракетка. И.п. основная стойка бадминтониста, руки с ракеткой отвели вверх – назад, удар. (4 – 5 раз, I подгруппа)

2) Попади центром ракетки по волану. Дети стоят в парах, 7- 8 человек. У одной подгруппы ракетки, у другой воланы. Первая подгруппа И.п. основная стойка бадминтониста, вторая подгруппа подкидывает воланы, первая подгруппа старается отбить волан центром ракетки. (4- 5 раз, II подгруппа)

3) Удары ракеткой справа по волану через сетку. Дети стоят шеренгой 4- 5 человек. У каждого в руке по ракетки и волану. Левая нога вперед, волан подкинули на уровне глаз, сделали шаг вперед, отвели ракетку вверх-назад, удар – (4-5 раз, способ организации групповой, обучение).

#### *Подвижная игра «Кто вперед возьмет ракетку»*

*Цель:* продолжать развивать у детей ловкость, внимательность. Воспитывать желание играть коллективно, действовать по сигналу.

*Описание:* ракетки лежат по кругу, дети стоят также, количество ракеток меньше на одну, чем игроков. Под музыку дети бегают по площадке, музыка остановилась, дети берут ракетки, кто не успел взять ракетку, выбывает и т.д. (2-3 раз).

#### III. Заключительная часть

*Задание детям:* соберите ракетки, сложите воланы.

*Дыхательное упражнение «Регулировщик»* И.п. - стоя, ноги на ширине плеч, одна рука поднята вверх, другая отведена в сторону. Вдох носом, затем поменять положение рук с удлиненным выдохом и произношением звука «р-р-р» (4 – 5 раз)

Подведение итога

## ПРИЛОЖЕНИЕ 5

### ПЛАН-КОНСПЕКТ ПРОГУЛКИ "ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ИГРАТЬ" для детей подготовительной группы ДОУ

Программные задачи:

1. Наблюдение за природой

- Продолжать знакомить с явлениями природы - появление снега, выявить его свойства: таять от тепла, быть липким.

- Способствовать развитию умения делать выводы и умозаключения в процессе наблюдения и беседы.

- В процессе трудовой деятельности (строительство снежной крепости) учить доводить начатое до конца, формировать представление о значимости труда для окружающих.

2. Организация двигательной деятельности.

Упражнять в выполнении основных движений:

- метание в вертикальную цель с расстояния 3м (способ - по выбору детей: прямой рукой через плечо, прямой рукой от плеча);

- разные виды бега: в колонне с преодолением препятствий, в быстром беге в увёртыванием;

- ходьба парами с сохранением дистанции при изменении темпа движения.

Создать условия для выполнения спортивных упражнений:

- гонки катания на санках (один едет - другой везёт);

- ходьба по лыжне на лыжах с опорой на лыжные палки, отрабатывать ритмичность и согласованность движений.

- Упражнять в быстром беге врассыпную с увёртыванием в подвижных играх "Два Мороза" и "Ловишки с лентами", развивать ловкость движений и быстроту реакции.

Материалы и оборудование:

1. Комплекты сюжетно-ролевых игр: Семья, Поликлиника, Супермаркет;

2. Атрибуты к подвижным играм: ленты (50 см) – 24 шт., нарукавные повязки для ловишек – 3шт.; изображения Морозов -2шт.;

3. Комплекты лыжи с палками – 4 шт.;

4. Санки - 2 шт.;

5. Цели для метания в вертикальную цель – 2 шт.;

6. Воспитателю: красный флажок, судейский свисток;

7. Детям: запасные варежки.

#### Ход прогулки

• Познавательно-исследовательская деятельность - Исследование свойств снега:

- Небольшое кол-во снега положить на руку (без варежки) и такое же кол-во снега на руку в варежке. Вопросы: Откуда берётся снег?

Почему на голой руке снег начинает таять, на варежке - нет?

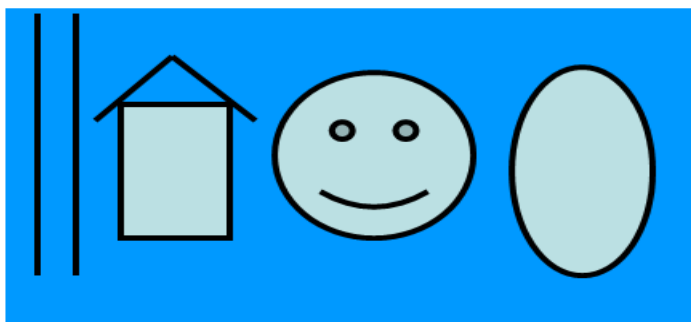
Как проявляется это свойство снега? (остаются следы).

«Следы на снегу». Изучение следов человека на снегу: детских и взрослых, различия и сходство.

Рисунки следами ног по снегу: две параллельные линии, домик, смайлик, овал.

## Рисунки следами ног по снегу

(познавательно-исследовательская деятельность)



Каждый рисунок выполняют 4 ребёнка. Остальные дети – арбитры, определяют умение подгруппы закончить действие своевременно, выполнить точно заданную фигуру.

- Как можно использовать это свойство снега?

- Конкурс – «Лепка снежной крепости» (по подгруппам – 4 человека) – выполняется в течение всей прогулки. Итоги подводятся в конце прогулки.

- Подвижная игра «Два Мороза». Играть 3-4 раза.

Вопросы до начала игры:

1. Как надо подготовить площадку для игры? (отметить место для игроков – провести линии, или положить шнуры).

2. Как выберем двух Морозов? (способ – Флюгер).

3. Когда Морозы начинают говорить свои слова? (когда воспитатель поднял красный флажок).

4. Когда Морозы начинают ловить игроков? (после ответа всех детей хором: «не боимся мы угроз и не страшен нам мороз»).

5. Когда Морозы перестают ловить игроков? (когда прозвучит сигнал свистка).

Вопросы ИТОГОВОГО анализа игры:

1. Какой Мороз был сегодня самым ловким? (назвать, кто занял первое, второе и третье место).

2. Поднимите руки, кого ни один Мороз не заморозил? – Вы сейчас самые ловкие игроки! Воспитателем называются виды самостоятельной двигательной деятельности (по интересам).

- Самостоятельная двигательная-игровая деятельность:

- Постройка снежной крепости.

- Игра «Снежные круги» (вывешивается мишень на забор или лестницу для лазанья, и две команды соревнуются, метая снежки в цель, у кого больше попаданий).

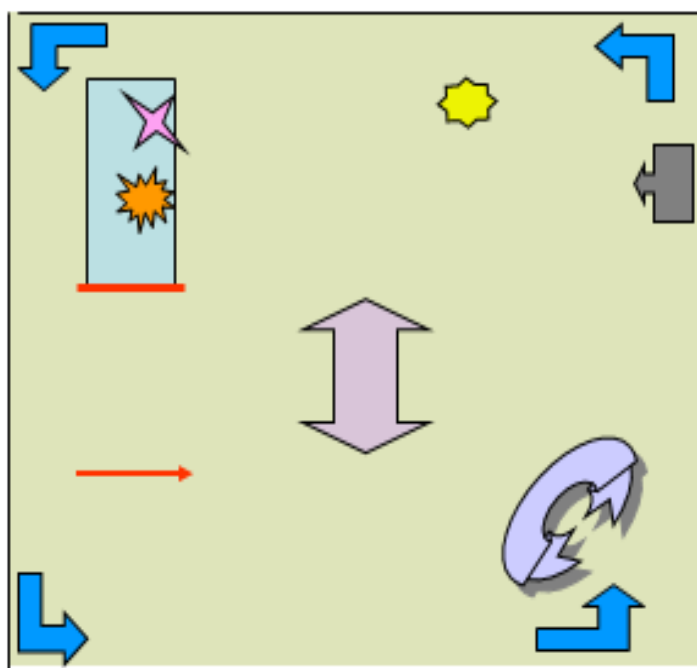
- Бег цепочкой, преодолевая препятствия.

- Сюжетно-ролевые игры: Семья, Поликлиника, Супермаркет.

- Ходьба на лыжах (по периметру площадки группы).

- Катание на санках – дети соревнуются, чьи санки быстрее

## Схема организации самостоятельной двигательной деятельности детей на прогулке



### УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

- катание на лыжах по лыжне (4 ребёнка)
- с/р игра Семья - 4р.
- с/р игра Полклинника - 4р.
- с/р игра Супермаркет - 4р.
- катание на санках (4р.)
- вход на участок
- мишень «Снежные круги» (4р.)
- н.п. для метания в «Снежные круги»
- снежная крепость (3-4р.)
- беседка

**Воспитатель контролирует и организует виды деятельности:**

«Снежные круги» - игровое упражнение

Дети делятся на две разные группы по 2-3 человека. На двух фанерных листах, прикрепленных к стене беседки, чертятся круги. На расстоянии 3 м от мишеней проводится черта. Каждая группа выстраивается шеренгой против своей мишени за чертой, которую переступать не разрешается. У каждого играющего по 6-8 снежков. По сигналу воспитателя «Начали!» каждая группа бросает снежки. Выигрывает та группа, которая раньше закроет площадь круга снежками.

Игра-упражнение для гиперподвижных детей

«Не теряй пару» дети идут друг за другом парами, взявшись за руки. По сигналу быстро опускают руки и продолжают идти рядом, не отставая, и не перегоняя друг друга. После второго сигнала снова берутся за руки и продолжают ходьбу.

Игра - упражнение для малоподвижных детей «Догнать соперника»

Дети выстраиваются в две колонны напротив друг друга на разных сторонах площадки. По сигналу воспитателя дети выполняют задание в определенной последовательности: ходьба приставным шагом вдоль линии площадки, учащенная ходьба, медленный бег 2-3 мин, ходьба с подскоками и обычная ходьба. В процессе выполнения задания каждая колонна старается догнать друг друга, та, которой это удастся, побеждает.

Подводятся итоги строительства снежной крепости. Капитан выигравшей команды выбирает ловишку в следующей игре.

Подвижная игра: «Ловишки с лентами» - играть 4-5 раз, со 2 проигрышания назначать 2-3 ловишек.

Вопросы до начала игры:

1. Когда ловишка начинает выхватывать ленты из-за пояса игроков? ( после хорошего произнесения слов всеми игроками: раз-два-три-ЛОВИ!)

2. Когда ловишка прекращает ловлю? (после слов ведущего: раз-два-три- в круг скорей беги!)

3. Как определить, какой ловишка был самым ловким? (сравнить количество лент, выхваченных ловишкой – у кого больше – тот и выиграл).

Вопросы ИТОГОВОГО анализа игры:

1. Какой ловишка был сегодня самым ловким? (назвать, кто занял первое, второе и третье место).

2. Поднимите руки, у кого ни разу не выхватывали ленту – Вы сегодня самые ловкие игроки! (предложить всем поаплодировать этим игрокам).

Прогулка завершена: собирается игровой материал – все организованно заходят в помещение ДОО.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 6

### КАРТотеКА ПОДВИЖНЫХ ИГР

#### Картотека подвижных игр для детей 4 – 5 лет

##### РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ

**С бегом.** Самолеты, Цветные автомобили, У медведя во бору, Птичка и кошка, Найди себе пару, Лошадки, Позвони в погремушку, Бездомный заяц, Ловишки.

**С прыжками.** Зайцы и волк, Лиса в курятнике, Зайка серый умывается.

**С ползанием и лазаньем.** Пастух и стадо, Перелет птиц, Котята и щенята.

**С бросанием и ловлей.** Подбрось — поймай, Сбей булаву, Мяч через сетку.

**На ориентировку в пространстве, на внимание.** Найди, где спрятано, Найди и промолчи, Кто ушел?, Прятки.

**Народные игры.** У медведя во бору и др.

БЕГ	<b>«САМОЛЕТЫ»</b> <b>Развивающие задачи:</b> 1.Формировать умение ставить цель важную не только для себя, но и для окружающих. 2.Упражнять в беге врассыпную с увёртыванием, быстрой реакции на сигнал.	<b>СРЕДНЯЯ группа</b>
<p><b>Содержание:</b> Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются цветными кубиками. Играющие дети изображают летчиков на самолетах. Каждое звено строится за кубиком своего цвета. Они готовятся к полету. По сигналу воспитателя «К полету готовься!» дети кружат согнутыми в локтях руками – заводят мотор. «Летите!» - говорит воспитатель. Дети поднимают руки в стороны и летят врассыпную, в разных направлениях. По сигналу воспитателя «На посадку!» - самолеты находят свои места и приземляются, строятся в колонны и опускаются на одно колено. Воспитатель отмечает, какая колонна построилась первой.</p> <p><b>Сигналы:</b> 1.После слов воспитателя «К полету готовься!» - дети заводят мотор 2. После слов воспитателя «Летите!» - дети поднимают руки в стороны и бегают врассыпную, в разных направлениях 3. После слов воспитателя «На посадку!» - дети находят свои места, строятся в колонны и опускаются на одно колено</p> <p><b>Вопросы до начала игры:</b> 1.По какому сигналу летчики заводят мотор? (после слов «К полету готовься!»). 2. По какому сигналу самолёты начинают летать? (после слов «Летите!»). 3. По какому сигналу самолёты возвращаются на аэродром? (после слов «На посадку!»). 4.Какое звено самолётов считается выигравшим? (в котором все самолёты первыми вернутся на своё место).</p> <p><b>Педагогический анализ одного проигрывания</b> 1.Почему можно сказать, что звено синих самолётов выиграло? (потому что все летчики первыми вернулись на своё место). На табло выставляется один кружок напротив синего самолёта. 2.Почему можно сейчас сказать, что все лётчики были хорошими друзьями? (потому что в полёте никто не сталкивался, все вовремя уступали друг другу). Игра проигрывается не менее 3 раз. После каждого проигрывания ставится кружок напротив выигравшего звена самолётов.</p> <p><b>ИТОГОВЫЙ педагогический анализ</b></p>		

1. Какое звено самолётов победило сегодня в игре? (дети сравнивают кружки на табло и определяют, где больше кружков).
2. Можно ли сказать, что все лётчики сегодня были хорошими друзьями? (Да, потому что в полёте никто не сталкивался, все вовремя уступали друг другу)
- Усложнения:**
1. Во время полёта самолётов менять местами ориентиры (цветные кубики) звеньев самолётов.
2. Использовать разные сигналы: звуковые (музыка, сигнал колокольчика или свистка); визуальные (взмах султанчиком, флажком).

\*

<b>ПРЫЖКИ</b>	<b>«ЧЕРЕЗ РУЧЕЁК»</b> <b>Развивающие задачи:</b> 1. Развивать умение ставить цель для себя, устанавливать связь кинестетических ощущений со зрением, доводить дело до конца. 2. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2м, развивать равновесие и ловкость движений	<b>СРЕДНЯЯ группа</b>
---------------	---	-----------------------

**Содержание:**  
Все играющее стоят в две колонны (команды), в 6 шагах от них кладутся 2 шнура, расстояние между ними 2 метра – это ручеек. Дети должны по камушкам – дощечкам (20см на 20см) перебраться на другой берег, не замочив ног. Дощечки положены с таким расчетом, чтобы дети могли прыгнуть обеими ногами с одного камушка на другой. По слову «Пошли!» дети перебираются через ручеек. Тот, кто оступился, отходит в сторону – «сушить обувь». Все дети должны перейти через ручей.  
Проигравшим считается тот, кто вступил ногой в ручеек. Перебираться можно только по сигналу. Выигрывает та команда, где оказалось меньше проигравших.

**Сигналы:....**  
1. После слов воспитателя «Пошли!» - дети перебираются через ручеек.

**Вопросы до начала игры:....**  
1. По какому сигналу дети начинают движение? (после слов «Пошли!»).  
2. Кто считается проигравшим? (тот, кто вступил ногой в ручеек).

**Педагогический анализ одного проигрывания...**  
- сколько детей достигли другого берега? (молодцы – умеете сохранять равновесие)  
- какая команда выиграла? (сравнивается число проигравших- какое число меньше, та команда и выиграла) – На табло – выставляется цветок у эмблемы выигравшей команды.  
- что надо делать, чтобы не оступиться и пройти по всем дощечкам?  
Игра проигрывается 3-5 раз.

**ИТОГОВЫЙ педагогический анализ**  
1. Какая команда выиграла? – подсчитывается к-во цветов у каждой команды, Там, где цветов больше – команда выиграла.  
2. Кто из детей, не замочив ног, достиг другого берега?  
2. Можно ли сказать, что все дети справились с поставленной целью?

**Усложнения:**  
1. Увеличить расстояние между шнурами до 3 м.  
2. Прыгать попеременно на одной ноге (правой и левой).

\*

<b>ПОЛЗАНИЕ</b>	<b>«ПАСТУХ И СТАДО»</b> <b>Развивающие задачи:</b> 1. Развивать умение ставить цель для себя. 2. Закрепление умения играть по правилам игры.	<b>СРЕДНЯЯ группа</b>
-----------------	---	-----------------------

	Упражнять в ползание на четвереньках по залу.	
<p><b>Содержание :</b>  Дети изображают стадо: делятся на три группы: коров, телят, овец, передвигаясь на четвереньках (на ладонях и коленях). Выбирают пастуха, вручают ему рожок и кнут. Взрослый произносит слова:  Рано-рано поутру  Пастушок: «Ту-ру-ру-ру».  А коровки в лад ему  Затянули: «Му-му-му».  На слова «Ту-ру-ру-ру» пастушок играет в рожок, после слов «Му-му-му» коровки мычат. Затем пастух гонит стадо в поле (на условленную лужайку), все бродят по ней. Через некоторое время пастух щелкает кнутом, гонит стадо домой.</p> <p><b>Сигналы:....</b>  1. На слова воспитателя «Ту-ру-ру-ру» - пастушок изображает игру в рожок. Игроки передвигаются на четвереньках в сторону поля  2. После того, как пастушок «щелкнет кнутом», игроки двигаются в сторону дома.</p> <p><b>Вопросы до начала игры:....</b>  1. По какому сигналу дети начинают движение в Поле? (после игры пастушка в рожок).  2. По какому сигналу дети возвращаются Домой? (после того, как пастушок «щелкнет кнутом»).</p> <p><b>Педагогический анализ одного проигрывания...</b>  1. Кто из игроков сразу после игры пастушка начал двигаться в Поле?  2. Кто из игроков после щёлканья кнутом сразу возвратился Домой?  3. Все ли правильно ползали на четвереньках?</p> <p><b>ИТОГОВЫЙ педагогический анализ</b>  1. Кто из животных всегда вовремя выходил в Поле, а потом возвращался Домой? (подсчитывается у коз., у коров., у овец.... Сравниваются числа, и определяется победитель среди видов домашних животных)  2. Можно ли сказать, что все игроки правильно выполняли ползание на четвереньках?</p> <p><b>Усложнения:</b>  1. Поставить препятствия-дуги, высотой 50 см.  2. Ввести роль волка, тогда пастух выгоняет стадо на луг и внимательно следит, не появится ли волк, который охотится за овцами, телятами. Увидев волка, щелкает кнутом, как бы отпугивает его и гонит стадо домой.</p>		

\*

<b>МЕТАНИЕ</b>	<b>ПОДБРОСЬ-ПОЙМАЙ</b>	<b>СРЕДНЯЯ группа</b>
	<p><b>Развивающие задачи:</b>  1. Развивать умение ставить цель движения для себя, произвольно направлять свое внимание на работу мышц участвующих в движении.  2. Упражнять в подбрасывании мяча вверх 3-4 раза, и ловли его двумя руками, не прижимая к груди, развивать координацию движений, глазомер.</p>	
<p><b>Содержание:</b>  На двух столбиках (стойках) натянута веревочка на высоте поднятой вверх руки ребенка. Одна её половина красного цвета, другая - синего. Каждая команда детей располагается вдоль части верёвочки одного цвета. Дети подбрасывают мяч через веревочку и ловят его на противоположной стороне (этого же цвета).</p> <p><b>Сигналы:</b>  1. После слов воспитателя Подбрось! - дети начинают подбрасывать мяч.  2. После слов воспитателя Закончили! - дети прекращают игру.</p>		



**Вопросы до начала игры:**

1. По какому сигналу дети начинают подбрасывать мяч (после слова воспитателя Подбрось!)
  2. С какой стороны от веревочки дети ловят мяч? (с противоположной, но своего цвета).
  3. Когда все перестают подбрасывать и ловить мяч? (после слова воспитателя Закончили!)
- Воспитатель даёт команду, когда большая часть детей перебросила мяч 4 раза.

**Педагогический анализ одного проигрывания**

1. В какой команде дети не теряли мяч?
  2. В какой команде дети подбрасывали мяч с одной стороны верёвочки, а ловили на противоположной стороне? Определяется победитель этого проигрывания – на табло ставится кружок цвета соответствующего цвету верёвочки, у которой играет команда.
- Игра повторяется 3-5 раз.

**ИТОГОВЫЙ педагогический анализ**

1. Какая команда заняла второе место? Какая- первое?(обращает внимание на табло – считают кружки у каждой команды).
2. Поднимите руку те дети, у кого получилось всегда бросать мяч с одной стороны верёвочки, а ловить - с противоположной. Молодцы – вы ловкие дети!

**Усложнения:**

1. Увеличить количество бросков мяча в проигрывании до 5,6,7.
2. Использовать разные упражнения без верёвочки: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его; подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его

\*

<b>ОРИЕНТИРОВКА В ПРОСТРАНСТВЕ</b>	<b>КТО УШЕЛ</b> <b>Развивающие задачи:</b> 1. Развивать умение ставить для себя сопутствующую цель: использовать в житейских и игровых задачах внимание. 2. Развивать память, внимание.	<b>СРЕДНЯЯ группа</b>
<p><b>Содержание:</b> Дети стоят по кругу (или полукругом). Один из игроков запоминает играющих, а затем выходит из комнаты. Один из детей, стоящих в кругу прячется. Ребёнок, по приглашению педагога возвращается. Педагог говорит: «Угадай, кто ушёл?» если ребёнок угадал, то сам выбирает кого-нибудь вместо себя, если ошибается то снова уходит, прячется другой ребёнок. Не подсказывать водящему, кто из игроков ушёл.</p> <p><b>Сигналы:</b> 1. После слов воспитателя «Угадай, кто ушёл?» - ребенок называет имя ушедшего ребёнка.</p> <p><b>Вопросы до начала игры:</b> 1. Что надо сделать, перед тем как выйти из комнаты? (постараться запомнить, кто стоит в кругу) 2. Что надо сделать, когда вновь войдёшь в комнату? (вспомнить, кто из детей около кого стоял, и как дети стоят сейчас)</p> <p>После отгадывания 3 детей</p> <p><b>ИТОГОВЫЙ педагогический анализ</b> 1. Кто из детей сразу угадал, кто ушёл из круга? (называются имена детей) 2. Что помогает запомнить тех, кто стоит в кругу? (попытаться запомнить, кто с кем рядом стоит)</p> <p><b>Усложнения:</b> 1. Прятать 2 детей. 2. Не прятать никого из детей, а менять местами между собой.</p>		

## Картотека подвижных игр для детей 5 – 6 лет

### РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕЙ ГРУППЫ

**С бегом.** «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

**С прыжками.** «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

**С лазаньем и ползанием.** «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

**С метанием.** «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

**Эстафеты.** «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

**С элементами соревнования.** «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

**Народные игры.** «Гори, гори ясно!» и др.

<b>ВСТРЕЧНЫЕ ПЕРЕБЕЖКИ</b>	<b>СТАРШАЯ группа</b>
<p><b>Развивающие задачи:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развивать умение ставить цели, важные не только для себя, но и для окружающих.</li> <li>2. Упражнять в стремительном, быстром беге по прямой на расстояние 2м, в ловкости движений.</li> </ol>	<p><b>СТАРШАЯ группа</b></p>
<p><b>Содержание:</b> Две группы детей, с равным количеством играющих становятся на противоположных сторонах площадки за линиями в шеренги (расстояние между детьми в шеренге не менее 2 м). У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета: синие, жёлтые. По сигналу воспитателя: «Синие!» - дети с синими лентами бегут на противоположную сторону, стоящие напротив игроки этой команды протягивают вперёд ладоши и ждут, когда бегущие прикоснуться к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону, поворачивается и поднимает руку с ленточкой вверх. Побеждает та команда, все игроки которой первыми вернулись и подняли вверх свои ленточки.</p> <p><b>Сигналы:</b> после слов воспитателя «Синие» бегут дети с синими лентами. После слов «Жёлтые»-бегут дети с жёлтыми лентами.</p> <p><b>Вопросы до начала игры:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- По какому сигналу игроки «синие» начинают бежать? (после слов ведущего «Синие»)</li> <li>- Как игрок одной команды передаёт право бежать другому игроку своей команды? (бегущий игрок касается ладошкой ладони ожидающего игрока)</li> <li>- Какая команда считается победившей? (та команда, все игроки которой первыми вернулись и подняли вверх свои ленточки).</li> </ul> <p>Игра проигрывается не менее 3 раз.</p> <p><b>Педагогический анализ одного проигрывания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Какая команда победила? (уточняется, игроки какой команды опоздали, на счётной лесенке, напротив эмблемы, выставляется кубик соответствующего цвета победившей команде)</li> <li>- Что надо сделать, чтобы ваша команда победила? (не только быстро бежать, но и стараться точно коснуться ладошкой своего игрока)</li> </ul> <p><b>ИТОГОВЫЙ педагогический анализ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Какая команда победила? (Вспомнить сколько раз присуждалась победа командам в каждом проигрывании, поставить на счётной лесенке цветные кубики напротив эмблемы</li> </ul>	

каждой команды, в соответствии с количеством побед, сравнить, полученный результат - сделать вывод)

- Как можно помочь игроку своей команды, который медленно бежит? (подбадривать, называя его имя; тому, кто бежит от команды, взять за руку и бежать вместе с ним и т.д.)

**Усложнения:**

1. Добавить ещё ИГРОКОВ двух цветов: красный, зелёный.

2. Увеличить расстояние между игроками, стоящими напротив друг друга до 2,5м, 3м.

\*

<b>НЕ ОСТАВАЙСЯ НА ПОЛУ</b>		<b>СТАРШАЯ группа</b>
<b>ПРЫЖКИ</b>	<b>Развивающие задачи:</b> 1. Постановка для себя сопутствующих целей: использование выполнения освоенного движения при решении различных житейских, игровых, трудовых задач. 2. Упражнять в запрыгивании на кубы и скамейки (высотой 25 см.) без помощи рук и спрыгиванием с них.	
<b>Содержание :</b> Выбирается Ловишка, который бегают по залу вместе с детьми. Как только воспитатель произнесёт «Лови!» - все убегают от ловишки и взбираются на предметы, скамейки, кубы. Ловишка старается осалить убегающих. Дети, до которых дотронулся Ловишка, отходят в обусловленное место. Где расположены карточки и выполняют движение по выбору до окончания проигрывания.. <b>Сигналы:</b> - после слова воспитателя Игра - все дети начинают бегать в одном направлении по залу - после слова воспитателя Лови - ловишка начинает салить игроков которые могут спастись. Если запрыгнуть на куб или г/скамью. <b>Вопросы до начала игры:</b> - по какому сигналу все начинают бегать в одном направлении? (после слова воспитателя – Игра) - по какому сигналу начинает салить ловишка?(после слова воспитателя Лови) - где можно спрятаться от ловишки?(взобраться на скамейки,кубы) - что должны сделать игроки, которых осалил ловишка? (отходят в место, где расположены карточки с заданиями и выполняют одно из них) <b>Педагогический анализ одного проигрывания:</b> - ловким ли был ловишка? (ловким, если успел осалить много игроков) - сколько игроков поймал ловишка? - что надо сделать, чтобы не быть пойманным?(успеть взобраться на куб или скамейку). Игра проигрывается не менее 3 раз. <b>ИТОГОВЫЙ педагогический анализ:</b> - Какой ловишка был самым ловким? (сравнивается количество пойманных игроков каждым ловишкой , сравниваются числа - чьё число больше, тот самый ловкий) - Поднимите руки те игроки, кто не попался сегодня ни одному ловишке? Вы самые ловкие игроки! - Что можно было сделать, чтобы не быть пойманным?(быстро бегать, запрыгивать на кубы и скамейки). <b>Усложнения:</b> 1. Выбираются 2 ловишки. 2. Используются другие сигналы на начало ловли ловишкой: взмах султанчиком, свисток, звучание музыкального фрагмента.		

\*

<b>ПРЫЖКИ</b>	<p align="center"><b>УДОЧКА</b></p> <p><b>Развивающие задачи:</b></p> <p>1. Постановка цели для себя и её достижение, доведение дела до конца.</p> <p>2. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте, добиваясь энергичного отталкивания; развивать ловкость, быстроту.</p>	<b>СТАРШАЯ группа</b>
<p><b>Содержание:</b> Дети стоят по кругу в центре воспитатель. Он держит в руках верёвку на конце которой привязан мешочек с песком. Воспитатель вращает верёвку над самым полом, дети подпрыгивают на двух ногах вверх, так чтобы мешочек не задел их ног. Описав 2-3 круга делается пауза, и подсчитываются пойманные.</p> <p><b>Сигналы:</b> Игра начинается со слов воспитателя: «Раз, два, три – игра начнись».</p> <p><b>Вопросы перед началом игры:</b></p> <p>1. По какому сигналу начинается игра? (со слов воспитателя: «Раз, два, три – игра начнись»)</p> <p>2. В какой момент дети должны прыгать? (в тот момент, когда мешочек приближается к ногам)</p> <p>3. Кто считается выигравшим? (тот, кто ни разу не попался «на удочку»)</p> <p><b>Педагогический анализ одного проигрывания:</b></p> <p>1. Почему можно сказать, что ребенок выиграл? (потому, что «удочка» не задела его ног)</p> <p>2. Что нужно сделать, чтобы не попасться «на удочку»? (быть внимательным, ловким)</p> <p><b>ИТОГОВЫЙ педагогический анализ:</b></p> <p>1. Кто был самым ловким прыгуном? (тот, кто ни разу не попался на удочку)</p> <p><b>Усложнения:</b> 1. Удочка поднимается выше: на 3 см над полом. На 5 см. над полом</p>		

\*

<b>ЛАЗАНИЕ</b>	<p align="center"><b>КТО СКОРЕЕ ДО ФЛАЖКА</b></p> <p><b>Развивающие задачи:</b></p> <p>1. Постановка цели, важной не только для себя, но и для окружающих</p> <p>2. Упражнять в пролезании в обруч разными способами (снизу вверх, сверху вниз, боком, головой вперёд)</p>	<b>СТАРШАЯ группа</b>
<p><b>Содержание:</b> Дети распределяются на три равных колонны, на расстоянии 2м от исходной черты ставятся обручи, на расстоянии -3м. ставятся булавы (или кубики). Дается задание по слову воспитателя – Начали, первый игрок из каждой команды бежит к обручу, выполняет пролезание в обруч(условленным способом), затем прыжками на двух ногах допрыгивает до булавы, обегает её и бегом возвращается, передаёт эстафету следующему за ним игроку, встаёт в конец своей колонны.</p> <p><b>Сигналы:</b> по слову воспитателя – Начали дети начинают выполнять движения в эстафете</p> <p><b>Вопросы до начала игры:</b></p> <p>-по какому сигналу игроки начинают бежать?( по слову воспитателя – Начали )</p> <p>-каким способом надо пролезть в обруч?(боком)</p> <p>-каким способом выполняются прыжки?(на двух ногах)</p> <p>-как нужно вернуться к своей колонне?(бегом)</p> <p>Игра проигрывается 2-3 раза</p> <p><b>Педагогический анализ одного проигрывания:</b></p> <p>-почему эта команда победила?(игроки выполняли задание раньше всех, без ошибок)</p> <p>- <b>ИТОГОВЫЙ педагогический анализ:</b></p> <p>- Какая команда победила сегодня? (подсчитывается количество побед у каждой команды, из всех проведённых проигрываний, сравниваются полученные числа, определяется 3, 2, 1 место)</p> <p><b>Усложнения:</b> 1. заменить прыжки чередование прыжков на правой и левой ноге</p> <p>2. дополнить другие основные движения: пробежать по доске, положенной на пол и т.д.</p>		

\*

<b>МЕТАНИЕ</b>	<b>МЯЧ ВОДЯЩЕМУ</b> <b>Развивающие задачи:</b> 1. Ставить цель для себя, произвольно направлять своё внимание на работу мышц рук, доводить дело до конца. 2. Упражнять в бросании мяча партнёру двумя руками от груди. Развивать глазомер, быстроту реакции, точность броска.	<b>СТАРШАЯ группа</b>
<p><b>Содержание:</b> Дети делятся на 2-3 группы и выстраиваются в круг, в центре каждого круга стоит водящий с мячом в руках. По сигналу воспитателя водящие перебрасывают поочередно детям мяч двумя руками от груди и получают его обратно. Когда мяч обойдёт всех игроков, то водящий поднимает его над головой и говорит: «Готово!».</p> <p><b>Сигналы:</b> после свистка воспитателя начинается перебрасывание мяча.</p> <p><b>Вопросы до начала игры:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- по какому сигналу водящие начинают перебрасывать детям мяч?(по свистку воспитателя)</li> <li>- каким способом водящие перебрасывают мяч игрокам?(двумя руками от груди)</li> <li>- что должен сделать водящий, когда мяч обойдёт всех игроков?(поднять мяч над головой)</li> <li>- какая команда считается выигравшей? (та, которая первой завершит все действия и игроки которой правильно выполняли все действия).</li> </ul> <p>Игра проигрывается не менее 3 раз. После каждого проигрывания меняется водящий.</p> <p><b>Педагогический анализ одного проигрывания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- почему эта команда победила?(команда первой закончила действия, водящий бросал мяч точно в руки, игроки выполняли задание быстро, не роняли мяч)</li> <li>- поднимите руки, кто уронил мяч только один раз?(похвалить за честность)</li> </ul> <p><b>ИТОГОВЫЙ педагогический анализ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поднимите руки, кто выполнил все правила во всех проигрываниях (справились с поставленной задачей)?(подсчитывается сколько игроков в каждой команде выполнили правила)</li> <li>- какая команда выиграла? (подсчитывается, сколько раз из всего количества проигрываний победила каждая команда, выявляется, в каком случае было больше побед)</li> <li>- что надо сделать, чтобы не уронить мяч?</li> </ul> <p><b>Усложнения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Водящий бросает мяч не по порядку, а в разноряд.</li> <li>2. Меняются способы броска: двумя руками из-за головы, одной рукой.</li> </ol>		

\*

<b>БЕГ</b>	<b>ГУСИ – ЛЕБЕДИ</b> <b>Развивающие задачи:</b> 1. Постановка цели для себя и её достижение, доведение дела до конца. 2. Упражняться в быстром беге по- прямой, с увертыванием	<b>СТАРШАЯ группа</b>
<p><b>Содержание:</b></p> <p>На одном конце площадки проводится черта - Дом, где находятся гуси, на противоположном конце стоит пастух. Сбоку от дома - «логово волка». Остальное место - Луг. Одного воспитатель назначает пастухом, другого волком, остальные изображают гусей. Пастух выгоняет гусей пастись на луг. Гуси ходят, летают по лугу. Пастух зовет их «Гуси, гуси». Гуси отвечают: «Га-га-га». «Есть хотите?». «Да-да-да». «Так летите». «Нам нельзя. Серый волк под горой, не пускает нас домой». «Так летите, как хотите, только крылья берегите».</p> <p>Гуси, расправив крылья, летят через луг домой, а волк выбегает, пресекает им дорогу,</p>		

стараясь поймать больше гусей (коснуться рукой). Пойманных гусей волк уводит к себе. После 3-4 перебежек подсчитывается число пойманных, затем назначается новый волк и пастух.

**Сигналы:**

После слов «пастуха» «Так летите, как хотите, только крылья берегите!» дети «гуси» перебегают на другую сторону.

**Вопросы перед началом игры:**

1. По какому сигналу «гуси» перебегают на другую сторону? (после слов «Так летите, как хотите, только крылья берегите»)
2. После каких действий «волк» перестает ловить «гусей»? (когда все дети перебежали «домой»)
3. Что делают дети, которых поймал «волк»? (идут в «логово» к «волку» )

**Педагогический анализ одного проигрывания:**

1. Можно ли сказать, ловкий был волк или нет?
2. Все ли дети соблюдали правила игры.

**ИТОГОВЫЙ педагогический анализ:**

1. Какой «волк» был самым ловким?
2. Поднимите руку те, кто из игроков не попался ни одного раза ни одному «волку»? (молодцы – вы сегодня самые ловкие игроки).

**Усложнения:**

1. Выбирать 2 волков;
2. Менять место логова волков;
3. На пути к дому гусей размещать преграды: «ров» который надо перепрыгнуть (1 м) ....

**Картотека подвижных игр для детей 6 – 7 лет**

**РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ**

**С бегом.** Быстро возьми, быстро положи, Перемени предмет, Ловишка, бери ленту, Совушка, Чье звено скорее соберется?, Кто скорее докатит обруч до флажка?, Жмурки, Два Мороза, Догони свою пару, Краски, Горелки, Коршун и наседка.

**С прыжками.** Лягушки и цапля, Не попадись, Волк во рву.

**С метанием и ловлей.** «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

**С ползанием и лазаньем.** «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

**Эстафеты.** «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

**С элементами соревнования.** «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

**Народные игры.** «Гори, гори ясно!», Лапта.

<b>БЕГ</b>	<b>ЛОВИШКА, БЕРИ ЛЕНТУ</b> <b>Развивающие задачи:</b> 1. Целенаправленно менять характер движений, опираясь на контроль всех своих ощущений. 2. Упражнять в быстром беге враспынную и в одном направлении (по кругу) с увёртыванием.	<b>ПОДГОТОВ. группа</b>
<b>Содержание:</b> К правилам разученной игры «Ловишки» дополняются правила: перед началом движения все игроки стоят в кругу, выбирается ловишка; у каждого игрока сзади за пояс заправлена лента (длина-50 см); ловишка должен выхватывать ленту у игроков во время бега; все игроки двигаются в одном направлении (по часовой стрелке), а ловишка		

может перемещаться как угодно, но не сталкиваться с ними.

**Сигналы:**

- 1.Ловишка начинает ловить после того, как все хором произнесут: раз, два, три – лови!
2. Ловишка перестаёт ловить после слов водящего: раз, два, три – В КРУГ скорей беги.

Игра проигрывается не менее 3 раз.

**Вопросы до начала игры:**

- 1.По какому сигналу ловишка начинает ловить игроков?( все хором произнесут: раз, два, три – лови!)
- 2.По какому сигналу ловишка перестаёт ловить игроков?( после слов водящего: раз, два, три – В КРУГ скорей беги).

**Педагогический анализ одного проигрывания**

- 1.Ловким был Ловишка? (все считают количество ленточек, которые выхватил Ловишка)
2. Что надо было делать, чтобы не попасться ловишке? (менять характер движения – резко присесть или изменить направление в сторону).

Игра проигрывается не менее 3 раз.

**ИТОГОВЫЙ педагогический анализ:**

- 1.Какой Ловишка был самым ловким ? Почему так можно сказать?
- 2.Поднимите руки те, кто не попался сегодня ни одному Ловишке? Они самые ловкие игроки!

**3. Усложнения:**

- 1.Выбирается 2 ловишки, 3 ловишки
- 2.Использовать музыкальный или визуальный (взмах салютом) сигнал.

\*

<b>ПРЫЖКИ</b>	<b>ВОЛК ВО РВУ</b> <b>Развивающие задачи:</b> 1. Формировать умение ставить для себя сопутствующие цели: использование выполнения освоенного движения при решении игровых задач, произвольно направлять внимание на работу мышц, участвующие в движении. 2.Упражнять в прыжках в длину с разбега на расстояние 90см., приземляться, сохраняя равновесие, развивать ловкость	<b>ПОДГОТОВ. группа</b>
<p><b>Содержание :</b> перед началом движения выбирается волк, остальные козы;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- посередине площадки проводятся две линии на расстоянии 70см одна от другой, это ров;</li><li>- после сигнала ведущего все козы бегут на противоположную сторону, перепрыгивая через ров;</li><li>- волк начинает ловить, когда козы возвращаются на свою половину площадки, перемещаясь только по рву;</li><li>- пойманные козы отходят в конец рва.</li></ul> <p><b>Сигналы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Козы выбегают после слов «козы, на луг».</li><li>- Козы возвращаются на слова «козы, домой»;</li></ul> <p>Игра проигрывается не менее 3 перебежек.</p> <p><b>Вопросы до начала игры</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.Когда козы выбегают из дома?</li><li>2. Когда волк начинает ловить коз?</li></ol> <p><b>Педагогический анализ одного проигрывания</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.Ловким ли был волк? Сколько коз поймал волк? (пересчитать пойманных коз,</li></ol>		

выполнять прыжки как можно дальше, сильнее разбежаться).

2. Все ли козы были смелыми и перепрыгивали ров?

3. Что надо сделать, чтобы не попасться волку?(перепрыгнуть в другом месте).

**ИТОГОВЫЙ педагогический анализ:**

1. Какой волк из всех проигрываний был самым ловким? Почему так можно сказать?

2. Поднимите руку те козы, кто не попался сегодня ни одному волку? Они самые ловкие игроки!

**Усложнения:**

1. Выбирается 2-3 волка.

2. Увеличить размеры рва до 95 см, 100см, 110см.

3. Сделать вместо линий натянутые резинки на высоте 15 см.(20см,25см)

\*

<b>МЕТАНИЕ</b>	<b>ОХОТНИКИ И ЗВЕРИ</b> <b>Развивающие задачи:</b> 1. Формировать умение менять характер движений, опираясь на контроль всех своих ощущений, ставить цель, важную не только для себя, но и для окружающих. 2. Упражнять в метании в движущуюся по площадке цель, развивать ловкость, глазомер, быстроту реакции.	<b>ПОДГОТОВ. группа</b>
<p><b>Содержание.</b> Перед началом игры выбираются 3-4 охотника, остальные звери. Одна половина площадки – лес (дом зверей). Охотники стоят сбоку в центре между лесом и полем. Другая часть, противоположная - поле (там корм – шишки или пластмассовые кубики). По 1 сигналу звери выбегают из леса и начинают собирать корм. По 2 сигналу звери возвращаются в лес, а охотники бросают в них мячи, стараясь попасть в ноги. Проигрывание заканчивается, когда звери забежали в дом. Игра продолжается до тех пор, пока звери не соберут весь корм в поле.</p> <p><b>Сигналы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- После слов воспитателя «Звери в поле!» все звери бегут из леса в поле.</li><li>- После слов воспитателя «Охотники!» Охотники начинают охоту, а Звери стараются прибежать домой.</li></ul> <p><b>Вопросы до начала игры:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Как распределяются звери на площадке? (врассыпную и бегают в одном направлении)</li><li>- Когда Охотники начинают охоту? (после слов воспитателя «Охотники!»)</li><li>- Могут ли охотники приближаться к зверям? (нет, они должны попадать мячом по ногам игроков)</li><li>- Кто выигрывает в игре? (Та команда, у кого больше корма).</li></ul> <p><b>Педагогический анализ одного проигрывания</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Сколько корма смогли принести звери домой? (раздать цветные метки).</li><li>- Сколько корма отбили охотники? (раздать цветные метки).</li><li>- Соблюдали ли Охотники правила охоты (попадать мячом в ноги игроков)?</li></ul> <p>Игра проигрывается не менее 3 раз.</p> <p><b>ИТОГОВЫЙ педагогический анализ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Кто победил Охотники или Звери? Как узнать? (подсчитывают метки в каждой команде)</li><li>- Кто из охотников чаще подстреливал добычу?</li><li>- Кто из зверей дольше всех увертывался от охотников? Что можно про них сказать?</li><li>- Что надо было делать охотникам, чтобы попасть в зверей? (точнее прицеливаться).</li></ul> <p><b>Усложнения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Разделить игроков на 2 равные команды: Охотники и Звери</li><li>2. Изменить размеры игровой площадки (увеличить или уменьшить)</li><li>3. Увеличить количество предметов «корма зверей».</li></ol>		



\*

<b>ПОЛЗАНИЕ</b>	<b>ПЕРЕЛЕТ ПТИЦ</b>	<b>ПОДГОТОВ. группа</b>
	<p><b>Развивающие задачи:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Формировать умение ставить цели, важные не только для себя, но и для окружающих.</li> <li>2.Закреплять умение лазать по гимнастической стенке одноимённым приставным способом, не пропуская реек (либо другой - брать из программы).</li> </ol>	
<p><b>Содержание.</b> Дети стоят свободно на противоположной стороне площадки, от гимнастической стенки. По сигналу воспитателя «Птицы улетают!» начинают бегать по всей площадке (3х3м), по сигналу «Буря!» - влезают на свободное место г/лестницы <u>заданным способом</u>, уступая друг другу. По сигналу «Буря прекратилась!» спускаются с г/лестницы любым удобным способом на пол (не спрыгивая) и снова разбегаются по залу.</p> <p><b>Сигналы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. После слов воспитателя «Птицы улетают!» начинают бегать по площадке (размеры площадки?).</li> <li>2. После слов воспитателя «Буря» - влезают на г/лестницу.</li> <li>3. После слов воспитателя «Буря прекратилась!» - спускаются и возвращаются на прежнее место.</li> </ol> <p><b>Вопросы до начала игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. По какому сигналу игроки начинают бегать по всей площадке?( после слов «птицы полетели»)</li> <li>2. Каким способом надо забираться на г/лестницу? (одноимённым приставным)</li> <li>3.После какого сигнала надо забраться на г/лестницу? (после слов «буря» )</li> <li>4. После какого сигнала можно спуститься вниз и вернуться на прежнее место?( после слов «птицы домой»).</li> </ol> <p><b>Педагогический анализ одного проигрывания</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Кто из птиц поднялся одноимённым приставным способом? (раздать цветные метки).</li> <li>2. Кто не смог уступить место? (похвалить за то, что все были внимательны друг к другу).</li> <li>3. Какая стая птиц победила? (если было деление на команды – посчитать количество цветных меток, метки вернуть игрокам).</li> </ol> <p>Игра проигрывается не менее 3 раз.</p> <p><b>ИТОГОВЫЙ педагогический анализ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Кто из игроков всегда поднимался заданным способом? (посчитать цв. метки у игроков)</li> <li>2. Кто из игроков иногда был невнимателен? (похвалить за то, что все были внимательны друг к другу, или что честно сказали о своей ошибке).</li> <li>3. Какая команда победила? (если было разделение) - посчитать игроков, получивших цветные метки во время игры.</li> </ol> <p><b>Усложнения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Разделить игроков на 2 команды и вести соревнование между ними</li> <li>2.Использовать разные сигналы: звуковые (музыка, сигнал колокольчика или свистка) визуальные (взмах султанчиком, флажком)</li> <li>3.Изменить (увеличить или уменьшить) размеры игровой площадки до 2х3м ...?</li> <li>4.Изменить способ влезания по г/лестнице на разноимённый приставной (одноимённый переменный, разноимённый переменный).</li> </ol>		

\*

<b>БЕГ</b>	<b>ГОРЕЛКИ (народная игра)</b>	<b>ПОДГОТОВ. группа</b>
	<p><b>Развивающие задачи:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Целенаправленно менять характер движений, опираясь</li> </ol>	

	<p>на согласованность действий. 2.Упражнять в беге в парах на скорость, развивать быстроту, ловкость.</p>	
<p><b>Содержание.</b> Число участников не более 15 – 17 человек. Перед началом движения все игроки становятся в колонну парами, выбирается водящий. Перед колонной на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. Водящий становится на линию спиной к играющим детям, не оглядывается во время произнесения слов. Начинает ловить игроков после слов «Раз, два, три — беги!». Ловит игроков до того, как играющие возьмутся за руки. Дети-игроки, стоящие в последней паре, бегут вдоль колонны (один — справа, другой — слева), стремясь схватиться за руки.</p> <p><b>Сигналы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Игроки начинают двигаться после слов: «Гори, гори ясно, чтобы не погасло. Глянь на небо - птички летят, Колокольчики звенят. Раз, два, три — беги!» - Ловишка ловит.</li> <li>- Водящий перестаёт ловить, если образует с пойманным игроком пару. Оставшийся игрок становится водящим (если пара не успевает соединиться).</li> </ul> <p><b>Вопросы до начала игры:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.По какому сигналу игроки начинают движение? (после слов- Раз, два, три — беги!)</li> <li>2.В каком случае водящий перестаёт ловить игроков? (если образует с пойманным игроком пару).</li> <li>3.Кто становится водящим? (оставшийся без пары игрок становится водящим)</li> </ol> <p>Игра проигрывается 2-3 раза.</p> <p><b>Педагогический анализ одного проигрывания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Какая пара оказалась самой ловкой?</li> <li>- Быстрым ли был водящий? (быстрым, если успел соединиться с одним из игроков)</li> <li>- Что нужно делать игрокам, чтобы не стать водящим? (как можно быстрее проехать вперёд и соединить руки)</li> </ul> <p>Игра проигрывается 3-5 раз (чтобы каждая пара игроков имела возможность пробежать вперёд).</p> <p><b>ИТОГОВЫЙ педагогический анализ.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Какой ловишка был самым быстрым? Почему так можно сказать?</li> <li>- Кому из игроков удалось соединиться со своей парой? Они самые быстрые игроки!</li> <li>- Что надо было делать, чтобы не попасться ловишке? (согласованно выполнять действия, быть быстрым).</li> </ul> <p><b>Усложнения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Изменить (увеличить или уменьшить) расстояние от линии до колонны.</li> <li>2.Изменить сигнал.</li> </ol>		

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ  
«САМАРСКИЙ ТЕХНИКУМ ПРОМЫШЛЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»

**САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ**  
**ПО МДК 01.03. Практикум по совершенствованию двигательных**  
**умений и навыков**

ПМ 01. Организация мероприятий, направленных на укрепление здоровья  
ребенка и его физического развития

**специальности 44.02.01. Дошкольное образование**

Выполнила : \_\_\_\_\_  
Ф.И.О. студента,  
\_\_\_\_\_ группа  
специальность 44.02.01  
«Дошкольное образование»

Преподаватель: \_\_\_\_\_

Оценка \_\_\_\_\_

Самара

