

4-5 лет

Быстрее, выше, сильнее

РЕБЕНОК — РЕБЕНОК

ТЕАТРАЛИЗОВАННАЯ ИГРА «ТРЕНЕР И СПОРТСМЕНЫ»

Цель

Учить взаимодействовать в паре, выполнять команды, ценить достоинство.

Материалы

Свисток, спортивные шапочки (по числу детей).

Ход игры

Воспитатель — «тренер» (со свистком), дети — «спортсмены» (в шапочках).

Тренер: «Внимание! Начинается тренировка!»

Тренер (свистит): «Спортсмены, стройся!» Все строятся в шеренгу.

Тренер: «Физкульт-привет!»

Спортсмены: «Привет!»

Тренер: «Начинаем разминку! Повторяйте за мной!»

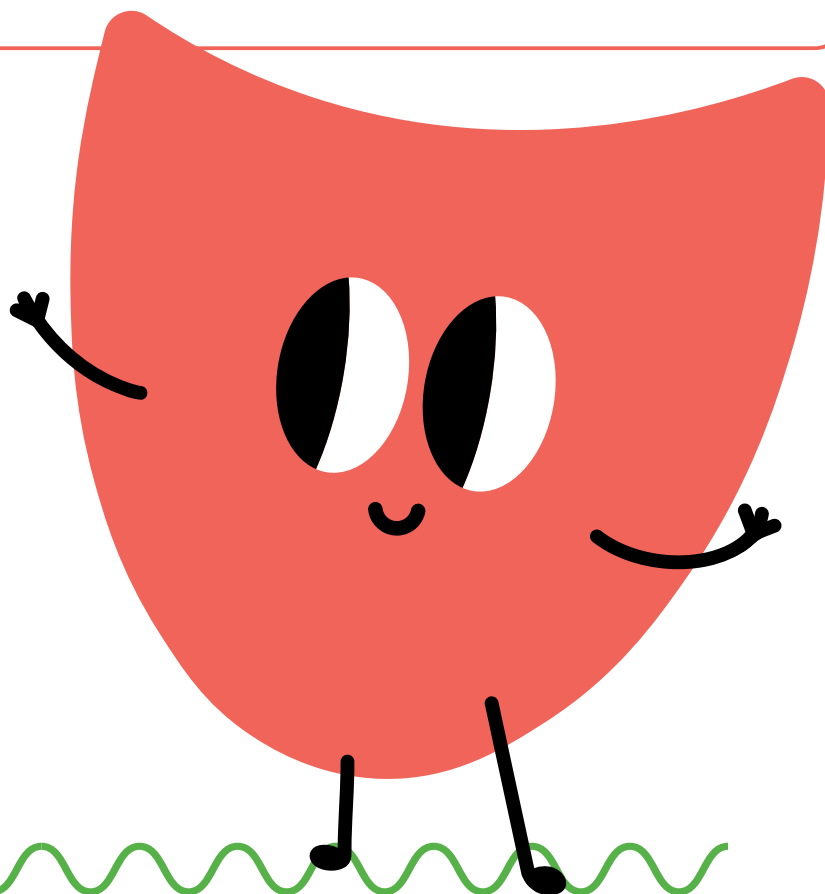
Тренер показывает движения, все повторяют: «Наклоны!»; «Прыжки!»; «Приседания!».

Через 1-2 минуты тренер: «Тренировка окончена! Вы отлично позанимались! До свидания!»

Спортсмены: «Спасибо тренеру!»

Вывод: достоинство спортсмена — в усердии и уважении к тренеру. А тренер заботится о жизни и здоровье своих учеников.

Время: 5-7 мин.



4-5 лет

Быстрее, выше, сильнее

ТЕАТРАЛИЗОВАННАЯ ИГРА «СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ»

Цель

Воспитывать ценность семьи, совместного досуга, уважение к старшим.

Материалы

Мячи, ленточки, флажки — по числу детей.

Ход игры

Дети делятся на пары — «мама-спортсменка и сын-спортсмен», «папа и дочка» и т. д., воспитатель — «тренер семейной команды». Тренер: «Сегодня у нас семейные соревнования! Каждая семья покажет, что они умеют делать вместе!» Пары выходят в центр. Тренер дает задание: «Семья Ивановых, покажите, как вы делаете зарядку по утрам!» Один в паре говорит: «Мама, делай как я!» — показывает движение. Второй повторяет: «Хорошо, сынок!» Следующая пара: «Папа, давай попрыгаем!» — «Давай, дочка!» Тренер: «Какие дружные семьи! Вместе заниматься спортом веселее и полезнее!»

Вывод: спорт объединяет семью. Заботиться о здоровье вместе — значит уважать друг друга и свою жизнь.

Время: 10-12 мин.

НАРОДНАЯ ИГРА

«ПЕРЕТЯГИВАНИЕ НА ПАЛКАХ (МАС ТАРДЫПЫЫТА)»

Цель

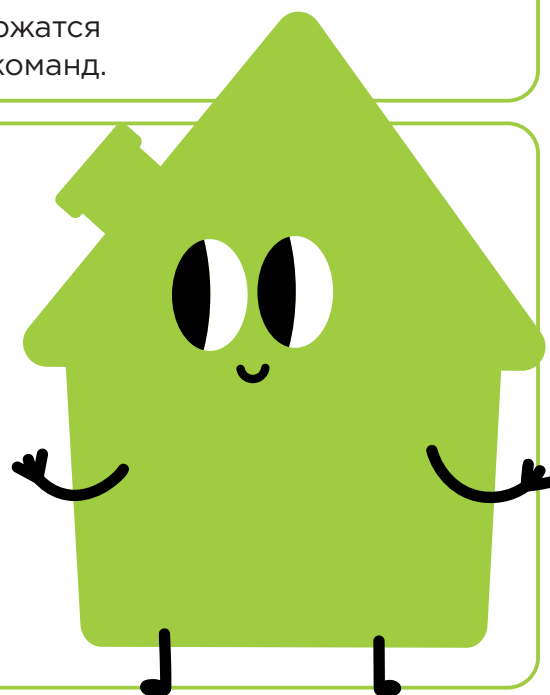
Закрепление темы «Быстрее, выше, сильнее».

Материалы

Палка, за которую держатся передние участники команд.

Ход игры

Играющие, разделившись на две группы, садятся на пол гуськом: одна группа против другой. Передние берутся за палку двумя руками и упираются друг в друга ступнями ног. Остальные в каждой группе крепко держат друг друга за талию. По команде постепенно перетягивают друг друга. Победителем считается та группа, которая перетянула на свою сторону другую группу, или приподняла в ней с места несколько человек, или вырвала палку из рук переднего. Игроки в каждой команде должны быть равны по численности и по силе.



**ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ДОКАТИ ОБРУЧ ДО ФЛАЖКА»
(Э. Я. СТЕПАНЕНКОВА)****Цель**

Закрепление темы «Быстрее, выше, сильнее».

Материалы

Скамеечки, большой флажок, небольшие красные флажки (в 2-3 раза больше количества детей), обручи, палочки (по количеству детей). В варианте игры: вместо красных флажков флажки разных цветов (по количеству детей).

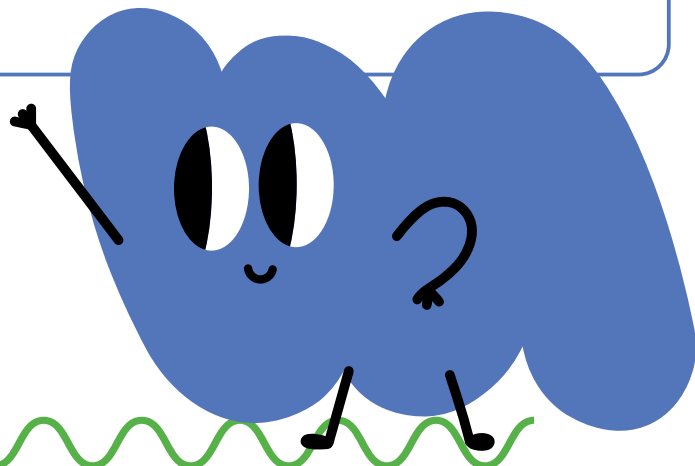
Ход игры

Воспитатель выстраивает детей у нарисованной на земле линии и говорит: «Посмотрим, кто докатит свой обруч до этого флажка и ни разу не уронит его по дороге». Он становится сбоку и, взмахнув 3 раза красным флажком, дает сигнал к действию. Подгоняя палочкой свой обруч, дети катят его к большому флажку. Кто докатит свой обруч к флажку, ни разу не уронив его по пути, получает красный флажок. Дождавшись, когда все соберутся, обручи катят к другому месту, куда воспитатель переставляет большой флажок и т. д. В конце игры можно сосчитать, у кого больше флажков.

Обруч нужно подталкивать осторожно, не давая ему упасть. Участники внимательно следят за сигналом: если кто-нибудь раньше времени побежит, надо переиграть. Повторять игру можно только тогда, когда все участники добрались до флажка. Игру следует проводить тогда, когда дети уже достаточно наиграются обручами и немного овладеют нужными движениями. Начинать надо с небольшого расстояния, постепенно его увеличивая. На границах площадки следует поставить скамеечки, чтобы дети ожидали друг друга сидя. Детям удобнее стоять на некотором расстоянии друг от друга, когда они начинают игру, иначе во время движения они будут мешать друг другу.

Если играет большое количество участников, их лучше разделить на две группы. Когда обручи катит первая группа, дети другой группы наблюдают. После игры подсчитываются флажки, которые получила каждая группа. При распределении по группам важно предусмотреть, чтобы силы детей были приблизительно равные и в одной, и в другой группе.

Вариант. Когда дети научатся хорошо катить обручи, можно провести игру «Кто быстрее докатит свой обруч к флажку». Здесь можно давать детям флажки разного цвета: самый первый получает красный флажок, второй — зеленый, третий — синий и т. д.



4-5 лет

Быстрее, выше, сильнее

ДИДАКТИЧЕСКАЯ ИГРА «СПОРТИВНОЕ ЛОТО»

Цель

Учить находить одинаковые изображения, закреплять названия видов спорта, формировать уважение к разным спортивным занятиям.

Материалы

Карточки лото с видами спорта (бег, плавание, прыжки, футбол, гимнастика), фишки.

Ход игры

Воспитатель показывает карточку и называет вид спорта. Дети закрывают фишками такие же на своих полях.

Воспитатель: «Каждый спорт по-своему полезен. И каждый человек, который им занимается, достоин уважения! Спорт бывает разный, но каждый учит нас уважать себя и других!»

Время: 5-7 мин.

ДИДАКТИЧЕСКАЯ ИГРА «ПОЛЕЗНОЕ — НЕПОЛЕЗНОЕ»

Цель

Учить классифицировать предметы по признаку пользы для здоровья, формировать ценность жизни.

Материалы

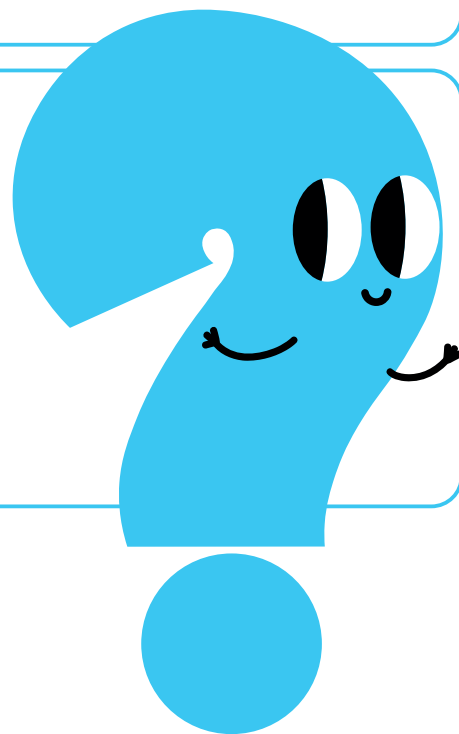
Карточки (фрукты, овощи, чипсы, вода, газировка, зарядка, лежание на диване), два обруча (зеленый — полезно, красный — вредно).

Ход игры

Дети берут карточку и кладут в соответствующий обруч.

Воспитатель: «Фрукты и вода полезны для жизни. Чипсы и газировка вредят здоровью. Мы выбираем то, что ценит нашу жизнь! Заботиться о здоровье — значит уважать свою жизнь. Вы умеете делать правильный выбор!»

Время: 5-7 мин.



4-5 лет

Быстрее, выше, сильнее

СЛОВЕСНАЯ ИГРА «ЗИМОЙ ИЛИ ЛЕТОМ?»

Цель

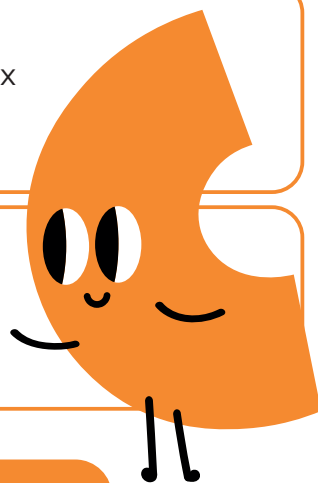
Обогащение словарного запаса, развитие внимания, воспитание любви к здоровому образу жизни.

Материалы

Иллюстрации различных видов спорта.

Ход игры

Воспитатель называет разные виды спорта, дети говорят: ими занимаются зимой или летом. При затруднении воспитатель показывает картинку.



СЛОВЕСНАЯ ИГРА «НА СТАРТ, ВНИМАНИЕ, МАРШ!»

Цель

Обогащение словарного запаса, развитие внимания, воспитание любви к здоровому образу жизни.

Материалы

Иллюстрации разных видов спорта (раздаточный материал) — одинаковый набор картинок на каждого ребенка.

Ход игры

Воспитатель говорит: «На старт, внимание, марш... пловцы!» Дети быстро должны поднять картинку нужного вида спорта.

МУЗЫКАЛЬНАЯ ИГРА «ЭСТАФЕТА ДРУЖБЫ»

Цель

Учить работать в команде, поддерживать друг друга.

Материалы

Два мяча, запись энергичной музыки.

Ход игры

Дети делятся на две команды. Под музыку первый участник бежит с мячом до ориентира и обратно, передает мяч следующему.

Воспитатель: «В спорте важно не только победить, но и поддержать товарища. Достоинство — это уважать соперника и радоваться за друга».

Вывод: в команде мы поддерживаем друг друга. Победа — это хорошо, но дружба и уважение важнее. Мы ценим каждого.

Время: 8-10 мин.

4-5 лет

Быстрее, выше, сильнее

МУЗЫКАЛЬНАЯ ИГРА «СПОРТИВНАЯ РАЗМИНКА»

Цель

Развивать чувство ритма, учить выполнять движения в такт музыке.

Материалы

Запись ритмичной музыки.

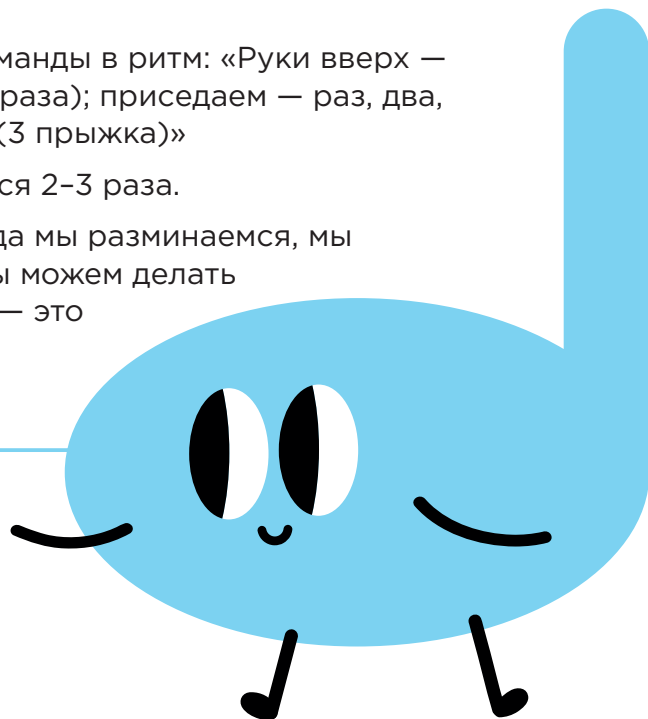
Ход игры

Дети стоят врассыпную. Воспитатель дает команды в ритм: «Руки вверх — и вниз (4 раза); наклонись — и выпрямись (4 раза); приседаем — раз, два, три (3 приседания); прыгаем — раз, два, три! (3 прыжка)»

Темп постепенно ускоряется. Игра повторяется 2-3 раза.

Воспитатель: «Физкультура — это жизнь! Когда мы разминаемся, мы заботимся о своем здоровье. Каждый день мы можем делать зарядку и заботиться о себе. Наше здоровье — это наша жизнь, и мы ее ценим».

Время: 5-7 мин.



добрыеигры.рф