



УЧИМСЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ

ISSN 2220-1467

ИНСТРУКТОР

ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

№6/2025

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ
ДЛЯ ЗАКРЕПЛЕНИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ
О ФОРМЕ И ЦВЕТЕ ПРЕДМЕТОВ

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ
ПРИ ОБУЧЕНИИ
ХОДЬБЕ НА ЛЫЖАХ

ФЕСТИВАЛИ СЕМЕЙНОГО
СПОРТА. ЗИМНЯЯ СЕССИЯ

ИНТЕГРАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРЫ
И МУЗЫКИ НА ПРАЗДНИКАХ
В ДЕТСКОМ САДУ



ТЕМА НОМЕРА:

**ФОРМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
В РАЗНОСТОРОННЕМ РАЗВИТИИ
ДОШКОЛЬНИКОВ**





УЧИМСЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ

ISSN 2220-1467

ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

№6/2025

Подписные индексы в каталогах:

«Урал-Пресс» — 42122; 36804 (в комплекте)

«Почта России» — ПЗ423, П8641 (в комплекте)



Материалы журнала индексируются в РИНЦ

ТЕМА НОМЕРА

ФОРМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В РАЗНОСТОРОННЕМ РАЗВИТИИ ДОШКОЛЬНИКОВ

СОДЕРЖАНИЕ

Колонка редактора

Парамонова М.Ю.

Здоровье и всестороннее развитие детей — наша самая
приоритетная задача 5

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ РОСТ

Повышение квалификации

Гараева Е.А.

Подвижные игры для закрепления представлений старших
дошкольников о форме и цвете предметов 6

Журило Н.С.

Семинар-брифинг «Нейропсихологические игры и упражнения
как здоровьесберегающая технология» 15

Психофизическое развитие ребенка

Жаркова Е.Г.

Развитие координационных способностей старших дошкольников
в процессе обучения ходьбе на лыжах 22

Самокрутова Ю.А., Панин Д.Е.

Сенсорика и физическое воспитание: взаимосвязь и влияние
на развитие дошкольника 28

ПЕДАГОГИКА ЗДОРОВЬЯ

Образовательная работа

Оралова И.В. Физкультурное занятие в старшей группе

«Путешествие к волшебному озеру» 32

<i>Мичурина А.С.</i> Педагогические условия обучения ходьбе на лыжах старших дошкольников	38
---	----

Физкультурно-оздоровительная работа

<i>Сундукова М.В.</i> Спортивно-тематическое мероприятие к Дню отца «Мы — патриоты России»	51
<i>Киприянова О.Е., Панин Д.Е.</i> Музыкально-спортивные праздники в детском саду: интеграция физкультуры и музыки	58

Коррекционная работа

<i>Гашимова Р.С.</i> Особенности организации работы по физическому воспитанию детей с ОВЗ.....	63
--	----

СОТРУДНИЧЕСТВО

Работа с родителями

<i>Жукова Т.А., Зайцева А.С., Савватеева Д.А.</i> Фестивали семейного спорта. Зимняя сессия.....	72
---	----

Взаимодействие со специалистами

<i>Добреля Ю.А., Семенова Т.А.</i> Обучение восточным единоборствам в системе дополнительного образования дошкольников.....	89
---	----

ЭТО ИНТЕРЕСНО

Дискуссионный клуб

<i>Петрова О.А.</i> Особенности нетрадиционных средств физического воспитания детей младенческого и раннего возраста	94
<i>Гореликов С.Ю.</i> Спортивно-когнитивные соревнования «Семафорная азбука»	100
<i>Гореликов С.Ю.</i> Общеразвивающие упражнения с кричалками	102

Книжная полка	37, 62, 106
----------------------------	-------------

Индекс	109
---------------------	-----

Вести из Сети	110
----------------------------	-----

Как подписаться	111
------------------------------	-----

Анонс	112
--------------------	-----

Физкультурное занятие в старшей группе «Путешествие к волшебному озеру»

Оралова И.В.,

инструктор по физической культуре МБДОУ «Июльский
детский сад», с. Июльское, Удмуртская Республика

Аннотация. Физкультурное занятие в старшей группе с использованием координационных лестниц, ИКТ и нестандартного оборудования «парашют», описанное в статье, позволит разнообразить занятия физической культурой, а также не только улучшить физические навыки дошкольников, но и развить чувство ритма, равновесия, умение двигаться под музыку.

Ключевые слова: парашют, координационная лестница, упражнения с мячом.

Цель: совершенствование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, повышение интереса к занятиям физической культурой.

Задачи

Оздоровительная: укреплять здоровье с помощью упражнений на координационной лестнице, игрового оборудования «парашют».

Образовательные:

- учить отбивать мяч в движении по координационной лестнице;
- упражнять в разных видах ходьбы и бега с использованием координационной лестницы;
- упражнять в отбивании мяча, подбрасывании мяча и ловле его двумя руками в движении по координационной лестнице;
- развивать чувство равновесия, согласованности движений, ориентацию в пространстве, координацию, ловкость, чувство ритма, умение согласовывать движения с музыкой.

Воспитательные:

- воспитывать интерес к занятиям физкультурой, морально-волевые качества: внимание, сосредоточенность, настойчивость в достижении результатов;
- способствовать взаимодействию детей в группе;
- развивать познавательный интерес к изучению своего здоровья.

Предварительная работа: разучивание комплекса ритмической гимнастики под музыку «Делайте зарядку».

Оборудование: координационные лестницы, мячи, парашют, бассейн с тонущими игрушками (камешки), проектор, экран, видеозапись, флеш-карта, магнитофон.

Ход занятия

Дети входят в зал, строятся в шеренгу.

Инструктор. Здравствуйте, ребята! Говорят, где-то далеко есть волшебное озеро. Кто его найдет и умоется водой из него, тот будет самым сильным, самым ловким, а главное, самым здоровым и счастливым человеком. Хотели бы вы прикоснуться к этой волшебной воде, чтобы всегда быть здоровыми и счастливыми?

Дети. Да.

Инструктор. Добраться до него, я слышала, нелегко, но все-таки можно. Согласны вместе со мной отправиться в путь?

Дети. Да.

Инструктор. Тогда не будем терять времени и для начала немного укрепим свое здоровье, взбодримся и сделаем друг другу массаж спины. Направо! Соединяемся в круг поближе друг к другу.

Массаж

По таинственной дороге
Зашагают наши ноги.

Дети похлопывают друг друга кулачками по спинам.

Раз, два, три, четыре, пять —
Не дадут они скучать,

Похлопывают ладошками.

К озеру нас приведут,
Где здоровье, радость ждут.

Поглаживают ладошкой круговыми движениями.

А волшебная водица
Капельками заискрится.

Постукивают указательными пальцами.

Здравствуй, солнце золотое,
Рисуют пальцем на спине солнце.
Здравствуй, небо голубое!

Рисуют облака.

Здравствуй, чудная вода,
Как я видеть рад тебя!

Поглаживают.

Ребята, как вы думаете, на чем мы можем добраться до озера?

Дети высказывают предположения.

Здорово! А я вам предлагаю полететь на парашюте! У нас есть волшебный парашют, который нам поможет. Но я точно знаю, что дорога к этому озеру открывается для тех, кто любит спорт, физкультуру и стремится быть здоровым. Как вы думаете, нам откроется путь к озеру? А почему?

Дети отвечают.

Упражнения на основные виды движения

Инструктор. Поможет нам двигаться в правильном направлении помощник — волшебный экран. Если мы будем идти по верному пути, он будет подавать сигнал и давать нам небольшие подсказки. Готовы? Тогда отправляемся к нашему парашюту.

Дети идут к парашюту, выполняя задания на координационной лестнице.

Друг за другом повернемся,
Солнцу, небу улыбнемся.
Впереди нелегкий путь.
Ты улыбку не забудь!

Дети выполняют обычную ходьбу.

Спинку ровно, шире шаг,
Маршируем мы вот так!
На носочки дружно встанем,

Выполняют ходьбу на носках, руки вверх, наступая в каждую ячейку.

Руки к солнышку потянем,
А теперь на пятки встанем,
И здоровья мы прибавим.
Тук, тук, тук, тук —

Выполняют ходьбу на пятках, руки на плечи, наступая в каждую ячейку.

Наших пяток слышен стук.
Наши пяточки идут,
К озеру нас всех ведут.
Раз, два, три, четыре, пять,
Будем ноги поднимать!

Выполняют ходьбу с высоким подниманием коленей, руки на пояс, наступая в каждую ячейку.

Выше поднимай колени,
Спорт спасает всех от лени.
К озеру на парашюте
Очень быстро долетим!
Приготовьтесь-ка, ребята,
Скоро мы уже взлетим!

Бегут друг за другом.

Игра с парашютом «Полетели»

Дети подходят к парашюту, берутся за ручки.

Инструктор
Шар воздушный очень

смелый,



ИНСТРУКТОР

ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

УЧИМСЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ



для
инструкторов
по физкультуре
ЖУРНАЛ
№1

Журнал-помощник, журнал-собеседник, журнал-учитель и друг для всех, кто трудится на благо детей, ежедневно решая непростые задачи физического развития ребенка. Прекрасная возможность регулярно получать информацию, обмениваться опытом, инициировать и вести дискуссии и многое другое...

Мы стараемся идти в ногу со временем, всегда открыты для общения и рады каждому новому автору и читателю, круг которых становится шире с каждым днем! Только вместе мы сможем обеспечить детям счастливое детство и достойное будущее нашей стране!

Подпишитесь на свой журнал!

Подписные индексы в каталогах:

«Урал-Пресс» — 42122, 36804 (в комплекте);

«Почта России» — П3423, П8641 (в комплекте).



Редакционная и электронная подписка
на сайте журналов www.sfera-podpiska.ru

Навигатор журналов — www.sfera-podpiska.ru





КНИГИ, ВОСПИТЫВАЮЩИЕ У ДЕТЕЙ ОТВЕТСТВЕННОЕ ОТНОШЕНИЕ К ЗДОРОВЬЮ

Входят в систему развития ребенка 3–7 лет



В серии 36 книг

Издательство «ТЦ СФЕРА»

Сайты: www.tc-sfera.ru,

www.sfera-podpiska.ru

Интернет-магазин: www.sfera-book.ru

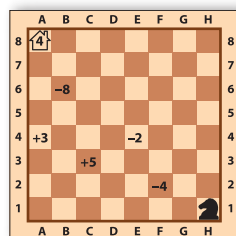


БОЛЬШЕ
КНИГ
СЕРИИ

ИГРАЙТЕ С ДЕТЬМИ В ХОРОШИЕ ИГРЫ

Занимательные шахматы.

Дидактический набор: раскладная шахматная доска с прорезями для фигур + 32 шахматные фигурки



Расскажите детям об истории шахмат, правилах игры и выдающихся гроссмейстерах с помощью демкартинок и карточек.



ШАХМАТЫ Издательства Сфера — отличный интеллектуальный досуг дома, в саду, школе, дороге

Издательство «ТЦ СФЕРА»

Сайты: www.tc-sfera.ru, www.sfera-podpiska.ru. Интернет-магазин: www.sfera-book.ru

БОЛЬШЕ
ПРОДУКЦИИ

