



УЧИМСЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ

ISSN 2220-1467

ИНСТРУКТОР

ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

№8/2025

ОРГАНИЗАЦИЯ ТУРИСТСКИХ
ПРОГУЛОК ПО БИРЮЗОВОМУ
КОЛЬЦУ РОССИИ

СПОРТИВНО-ПАТРИОТИЧЕСКАЯ
ИГРА «ЗАРНИЦА ПОБЕДЫ!»

ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКАЯ
КВЕСТ-ИГРА «ЗИМНЕЕ
ПРИКЛЮЧЕНИЕ ДРУЗЕЙ»

СПОРТИВНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ
ДЛЯ ПЕДАГОГОВ «РУССКИЕ
КРАСАВИЦЫ ЗДОРОВЬЕМ
СВОИМ СЛАВЯТСЯ»



ТЕМА НОМЕРА:

**ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ
МЕРОПРИЯТИЯ В ВОСПИТАНИИ ОСНОВ
ПАТРИОТИЗМА**





УЧИМСЯ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ

ISSN 2220-1467

ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

№8/2025

Подписные индексы в каталогах:

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

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



Материалы журнала индексируются в РИНЦ

ТЕМА НОМЕРА

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ В ВОСПИТАНИИ ОСНОВ ПАТРИОТИЗМА

СОДЕРЖАНИЕ

Колонка редактора

Парамонова М.Ю.

Физическая культура и здоровый образ жизни — залог достижения
долгосрочных целей развития.....5

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ РОСТ

Наука — практике!

Бочарова Н.И., Руденская О.Н.

Информационно-педагогическое сопровождение семьи
в туристских прогулках по Бирюзовому кольцу России.....6

Повышение квалификации

Подройкин Д.А.

Квест «Быть здоровым — это здорово!» 19

Сопрунова Е.А.

За здоровьем мы пойдем: спортивная тропа навстречу ГТО!22

ПЕДАГОГИКА ЗДОРОВЬЯ

Образовательная работа

Раднова Н.А.

Поддержка детской инициативы на физкультурных занятиях26

Физкультурно-оздоровительная работа

Горбунова И.С. Спортивный праздник «Веселые старты:

дружба поколений»31

<i>Легенская С.А.</i>	
Курс молодого бойца	37
<i>Крутикова Н.И.</i>	
Игры с Русской красавицей-зимой	40
<i>Демьянова Д.Д.</i>	
Доктор Пилюлькин в гостях у ребят	44
<i>Тимченко М.В.</i>	
Зимнее спортивное развлечение «Проделки Бабы-яги»	47

Коррекционная работа

<i>Ахметова Я.А.</i>	
Дыхательная гимнастика для детей второй младшей и средней групп	52

СОТРУДНИЧЕСТВО

Работа с родителями

<i>Рогозянова М.А., Иост Т.В., Шишкина И.Е., Вахрина Е.Ю.</i>	
Квест-игра с родителями «Зимнее приключение друзей»	60
<i>Вторыгина Н.С.</i>	
Занятие с родителями «Такая разная полоса препятствий»	67
<i>Смирнов С.И.</i>	
Спортивная военно-патриотическая игра «Зарница» с участием родителей	73

Взаимодействие со специалистами

<i>Демьянова Д.Д.</i>	
Спортивное мероприятие для педагогов «Русские красавицы здоровьем своим славятся»	78

ЭТО ИНТЕРЕСНО

Дискуссионный клуб

«Нейроэстафета»: обзор инновационной программы для детского сада	84
<i>Саркисянц К.В.</i>	
Технология релаксации в ДОО	89

Вести из регионов

<i>Калачева С.А.</i>	
Военные профессии	92

Указатель статей

Указатель статей журнала «Инструктор по физической культуре» за 2025 год	100
---	-----

Книжная полка	51, 59, 83, 91, 97, 99, 108
---------------------	-----------------------------

Индекс	109
--------------	-----

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

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

Анонс	112
-------------	-----

Поддержка детской инициативы на физкультурных занятиях

Раднова Н.А.,

инструктор по физической культуре МКДОУ Ордынский д/с «Росинка», р.п. Ордынское Новосибирской обл.

Аннотация. Одна из целей инструктора по физической культуре в ДОО — воспитать стремление ребенка к физической активности не только на занятии, но и в жизни в целом. Автор статьи описывает свой опыт работы в этом направлении, среди прочего упоминая совместную с родителями воспитанников деятельность, использование нетрадиционного оборудования, поощрение самостоятельности и др.

Ключевые слова: самостоятельная детская деятельность, инновационные формы работы, проектная деятельность.

Когда мы начали работать в детском саду, большое внимание уделялось традиционным (классическим) занятиям физкультурой. Мы постепенно начали вводить разные формы занятий: путешествие, занятия, когда дети перевоплощались в разные роли, сюжетно-игровые, тренировочного типа и пр.

В это время в детском саду велась активная деятельность в направлении поддержки инициативы и самостоятельности детей через организацию культурных практик. Начали с внедрения форм приветствия и прощания — детям очень понравилось! Это нас вдохновило, поскольку мы видели их позитивный эмоциональный настрой на занятие. Прощание в нетрадиционной форме тоже позволяло обмениваться положительными эмоциями (шлагбаум (фото 1)), туннель, значки приветствия и прощания (фото 2).

Подвижные игры — самый популярный, наиболее востребованный у детей вид физической нагрузки, дающий необъятный простор для фантазии. Скучно просто объявлять название игры, поэтому мы с деть-



Фото 1



Фото 2

ми придумали значки, обозначающие подвижные игры: в младших группах это готовые картинки, со средней группы дети рисуют их сами. Сейчас дети самостоятельно выбирают на занятии игру, готовят необходимые для ее проведения атрибуты и оборудование, определяют способ выбора водящего: с помощью считалочки, палки, жребия, слепого назначения.

Мы с детьми также придумали карточки со схематичным изображением физкультурных упражнений, помогающие самостоятельно составить комплекс упражнений для зарядки, гимнастики на физкультуре и других форм организации двигательной деятельности.

Применяем в работе с детьми фотофиксацию расположения оборудования на физкультурных занятиях. Обращаем внимание на то, что вызвало наибольший интерес детей, делаем фото и предлагаем использовать изображение в самостоятельной деятельности или предоставляем возможность самим придумать и создать ту или иную часть физкультурного занятия, разложить оборудование, а затем использовать по выбору. Ус-

ложняя задачу, ставим условия: подобрать и разложить оборудование для определенных видов движений. Так, например, упражнение на равновесие можно выполнять на балансировочной дорожке, между веревками, на канате и т.п., здесь уже дети определяют и трансформируют среду самостоятельно.

Вместе с родителями организовали образовательное мероприятие для воспитанников средней группы по теме «Подвижные игры наших мам». Мотивацией стало желание детей показать мамам, какие игры они знают, и вместе поиграть. Взрослые же на этой встрече, заинтересовавшись игрой «Кошка и мышка», рассказали детям об аналогичной игре своего детства — «Мышеловке» — и поиграли в нее. Таким образом произошел обмен игровыми традициями двух поколений, что способствовало повышению интереса детей к накоплению двигательного опыта, желанию в дальнейшем узнавать, в какие игры играли родители в детстве.

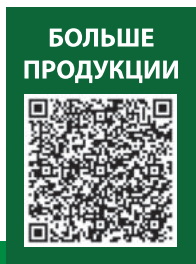
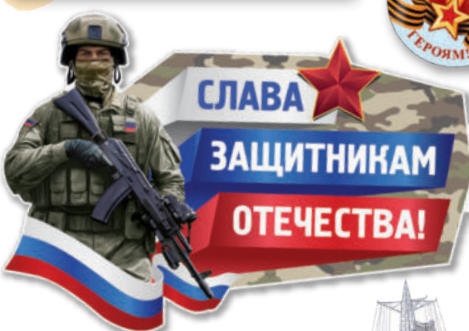
Изучение с детьми подготовительных к школе групп темы «Знаменитые спортсмены Ордынского района» приве-

ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА

С ПРОДУКЦИЕЙ «ТЦ СФЕРА»

ПЛАКАТЫ, КАРТИНКИ, МЕДАЛЬКИ, МАСКИ-ОБОДКИ

23 С ПРАЗДНИКОМ, НАШИ ГЕРОИ! 23



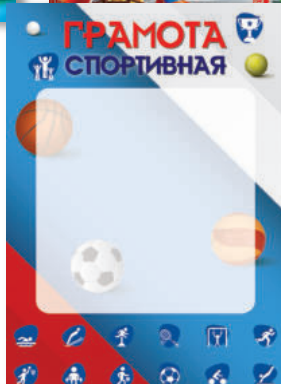
Издательство «ТЦ СФЕРА»

Сайты: www.tc-sfera.ru, www.sfera-podpiska.ru

Интернет-магазин: www.sfera-book.ru

ПООЩРИТЕ ДЕТЕЙ

грамотой, дипломом, благодарностью



**БОЛЬШЕ
ГРАМОТ
ДИПЛОМОВ**

Издательство «ТЦ СФЕРА»

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

