

Организация двигательной активности дошкольников в летний период

Инструктор по
физической
культуре ГБДОУ №
111 Алексеева С.Ю.

Схема применения оздоровительных мероприятий средствами физического воспитания для детей 1 младшей группы на летний период

№	Форма	Средства	Место проведения	Кто проводит	Время в режиме дня, длительность, частота	Особенности методики проведения
1.	НОД по физическому воспитанию	Физические упражнения, игры	Физкультурный зал	ИФВ	Утро, 10 мин, 2 раза в неделю	Игровая методика, включение упражнений для профилактики плоскостопия, нарушений осанки, дыхательные упр.
2.	Утренняя гигиеническая гимнастика	Физические упражнения	Музыкальный зал, группа	Музыкальный руководитель, воспитатель	Утро, ежедневно, 3-5 минут	Игровая методика, включение дыхательных упр., для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.
4.	ДА в режиме дня	Подвижные игры, игровые упражнения	Площадка, группа	Воспитатель	Ежедневно утро, вечер, 10-15 мин. и по потребностям детей	Включение упр. с ходьбой, бегом, прыжками, в лазании, дыхательные упр.
5.	Закаливание	Воздух, вода, солнце	Группа, площадка	Воспитатель, пом. воспитателя	Ежедневно по схеме	Воздушные и солнечные ванны, мытье ног, «Тропа здоровья»

Схема применения оздоровительных мероприятий средствами физического воспитания для детей 2 младшей группы на летний период

№	Форма	Средства	Место проведения	Кто проводит	Время в режиме дня, длительность, частота	Особенности методики проведения
1.	НОД по физическому воспитанию	Физические упражнения, игры	Физкультурный зал, площадка	ИФВ	Утро, 15 мин, 3 раза в неделю	Игровая методика, включение упражнений для профилактики плоскостопия, нарушений осанки, дыхательные упр.
2.	Утренняя гигиеническая гимнастика	Физические упражнения	Музыкальный зал, группа	Музыкальный руководитель, воспитатель	Утро, ежедневно, 5-7 минут	Игровая методика, включение дыхательных упр., для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.
3.	Бодрящая гимнастика	Физические упражнения	Группа	Воспитатель	Вторая половина дня, ежедневно после сна, 5-7 мин	Игровая методика, включение дыхательных упр., для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.
4.	ДА в режиме дня	Подвижные игры, игровые упражнения	Площадка, группа	Воспитатель	Ежедневно утро, вечер, 10-15 мин. и по потребностям детей	Включение упр. с ходьбой, бегом, прыжками, в лазании, дыхательные упр.
5.	Закаливание	Воздух, вода, солнце	Группа, площадка	Воспитатель, пом. воспитателя	Ежедневно по схеме	Воздушные и солнечные ванны, мытье ног, «Тропа здоровья»

Схема применения оздоровительных мероприятий средствами физического воспитания для детей средней группы на летний период

№	Форма	Средства	Место проведения	Кто проводит	Время в режиме дня, длительность, частота	Особенности методики проведения
1.	НОД по физическому воспитанию	Физические упражнения, игры	Физкультурный зал, площадка	ИФВ	Утро, 20 мин, 3 раза в неделю	Игровая методика, включение упражнений для профилактики плоскостопия, нарушений осанки, дыхательные упр.
2.	Утренняя гигиеническая гимнастика	Физические упражнения	Музыкальный зал, группа	Музыкальный руководитель, воспитатель	Утро, ежедневно, 7-10 минут	Игровая методика, включение дыхательных упр., для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.
3.	Бодрящая гимнастика	Физические упражнения	Группа	Воспитатель	Вторая половина дня, ежедневно после сна, 7-10 мин	Игровая методика, включение дыхательных упр., для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.
4.	ДА в режиме дня	Подвижные игры, игровые упражнения, элементы спортивных игр	Площадка, группа	Воспитатель	Ежедневно утро, вечер, 10-15 мин. и по потребностям детей	Включение упр. с ходьбой, бегом, прыжками, в лазании, дыхательные упр.
5.	Закаливание	Воздух, вода, солнце	Группа, площадка	Воспитатель, пом. воспитателя	Ежедневно по схеме	Воздушные и солнечные ванны, мытье ног, «Тропа здоровья»

Схема применения оздоровительных мероприятий средствами физического воспитания для детей старшей группы на летний период

№	Форма	Средства	Место проведения	Кто проводит	Время в режиме дня, длительность, частота	Особенности методики проведения
1.	НОД по физическому воспитанию	Физические упражнения, игры	Физкультурный зал, площадка	ИФВ	Утро, 25 мин, 3 раза в неделю	Игровая методика, включение упражнений для профилактики плоскостопия, нарушений осанки, дыхательные упр.
2.	Утренняя гигиеническая гимнастика	Физические упражнения	Музыкальный зал, группа	Музыкальный руководитель, воспитатель	Утро, ежедневно, 10-12 минут	Игровая методика, включение дыхательных упр., для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.
3.	Бодрящая гимнастика	Физические упражнения	Группа	Воспитатель	Вторая половина дня, ежедневно после сна, 10-12 мин	Игровая методика, включение дыхательных упр., для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.
4.	ДА в режиме дня	Подвижные игры, игровые упражнения, элементы спортивных игр	Площадка, группа	Воспитатель	Ежедневно утро, вечер, 20-25 мин. и по потребностям детей	Включение упр. с ходьбой, бегом, прыжками, в лазании, в метании, дыхательных упр.
5.	Закаливание	Воздух, вода, солнце	Группа, площадка	Воспитатель, пом. воспитателя	Ежедневно по схеме	Воздушные и солнечные ванны, мытье ног, «Тропа здоровья»

Схема применения оздоровительных мероприятий средствами физического воспитания для детей Подготовительной к школе группы на летний период

№	Форма	Средства	Место проведения	Кто проводит	Время в режиме дня, длительность, частота	Особенности методики проведения
1.	НОД по физическому воспитанию	Физические упражнения, игры	Физкультурный зал, площадка	ИФВ	Утро, 30 мин, 3 раза в неделю	Игровая методика, включение упражнений для профилактики плоскостопия, нарушений осанки, дыхательные упр.
2.	Утренняя гигиеническая гимнастика	Физические упражнения	Музыкальный зал, группа	Музыкальный руководитель, воспитатель	Утро, ежедневно, 12-15 минут	Игровая методика, включение дыхательных упр., для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.
3.	Бодрящая гимнастика	Физические упражнения	Группа	Воспитатель	Вторая половина дня, ежедневно после сна, 12-15 мин	Игровая методика, включение дыхательных упр., для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.
4.	ДА в режиме дня	Подвижные игры, игровые упражнения, элементы спортивных игр	Площадка, группа	Воспитатель	Ежедневно утро, вечер, 25-30 мин. и по потребностям детей	Включение упр. с ходьбой, бегом, прыжками, в лазании, в метании, дыхательных упр., комбинированных эстафет
5.	Закаливание	Воздух, вода, солнце	Группа, площадка	Воспитатель, пом. воспитателя	Ежедневно по схеме	Воздушные и солнечные ванны, мытье ног, «Тропа здоровья»

Организация ДА в режиме дня

- Подвижные игры и игры-эстафеты
- Игры- путешествия
- Игры с мячом
- Бадминтон
- Городки
- Серсо
- Игры с обручем
- Игры со скакалкой
- Игры с резинкой
- Классики

Игры-путешествия



- Игра-путешествие представляет собой последовательное посещение различных точек на ранее подготовленном маршруте. Перед детьми ставится задача, имеющая игровой характер (они направляются к царю Берендею, в страну Здоровья и т.п.). На маршруте необходимо организовать остановки, где детям будут предлагаться различные игры и задания. Педагоги разделяют между собой функции: часть из них сопровождает детей по маршруту, а другие находятся на своих точках и организуют для них занятия.

Игры с мячом

- Детский волейбол



- Школа мяча



Футбол



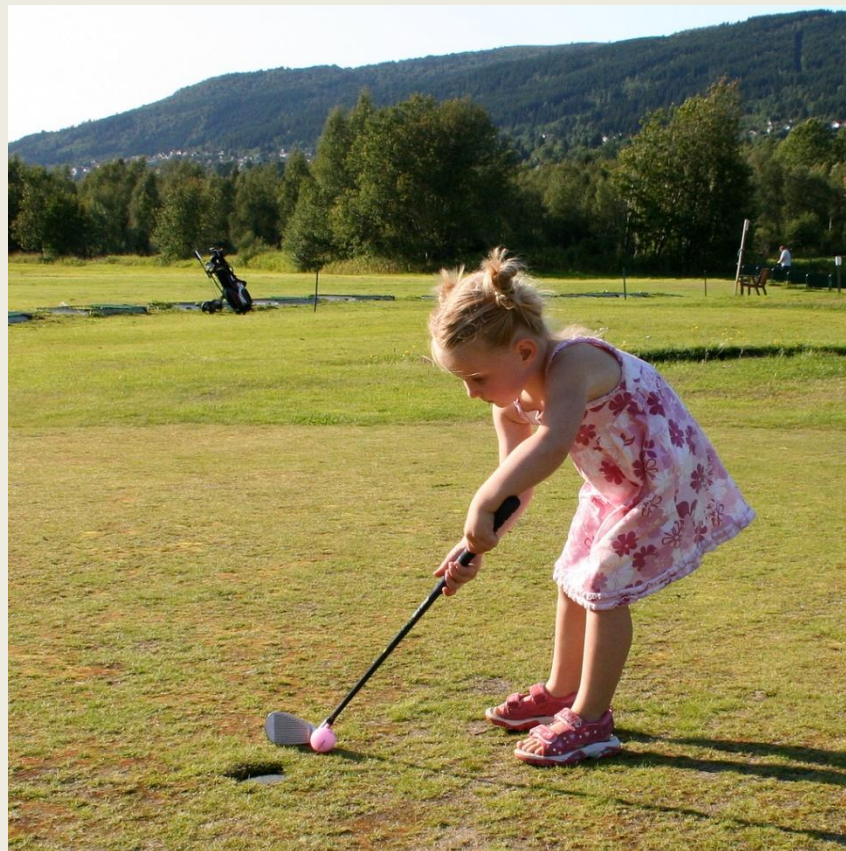
- Вышибала



- Теннис



Гольф



Боулинг



Городки

rodnaya-tropinka.ru

Традиционная последовательность фигур для игры в городки (для детей школьного возраста и взрослых):

- 1 - Пушка
- 2 - Вилка
- 3 - Звезда
- 4 - Стрела
- 5 - Колодец
- 6 - Коленчатый вал
- 7 - Артиллерия
- 8 - Ракетка
- 9 - Пулеметное гнездо
- 10 - Рак
- 11 - Часовые
- 12 - Серп
- 13 - Тир
- 14 - Самолет
- 15 - Письмо



- Игроки делятся на две команды. Команды должны быть равны по силе и ловкости. Играть можно и не командой, а даже парой, соревнуясь друг с другом, но интереснее и веселее играть командой с близкими и друзьями.
- В каждой команде выбирается ведущий.
- Бросается жребий и выбирается команда, которая будет начинать. Также по жребию определяется, где будет город у каждой команды. Если команда получила правый город, то они начинают первыми.
- Все рюхи ставятся в город определенными фигурами (схемы фигур даны ниже). Сначала ставится и выбивается первая фигура, затем вторая и так далее в четко определенной последовательности. Названия фигур и игре в городки очень красивые и «говорящие» — пушка, звезда, колодец, артиллерия, часовые, тир, вилка, стрела, коленчатый вал, ракетка, серп, самолет, письмо и другие.



- **Задача в игре в городки –** выбить все рюхи из города противника. Пока не выбито не одной рюхи, бьют битой с кона. Если выбита хотя бы одна рюха, то есть город разожжен, бьют с полукона (то есть с ближней линии к фигурам городка).
- Команды бьют битой (метают) по очереди. Сначала метаут все игроки одной команды, потом все игроки другой команды.
- Игра заканчивается тогда, когда из города противника выбиты все рюхи.
- **Задача – выбить все городки с меньшего количества ударов, то есть как можно быстрее.**



Очень увлекательна игра с пластмассовой **летающей тарелкой (frisби)**.

В неё может играть любое количество человек. Например, десять игроков встают по кругу на расстоянии 4 шагов друг от друга. Дети перебрасывают тарелку друг другу в любом направлении, но не стоящему рядом.

При помощи пластмассовой тарелки также можно поиграть и в игру **Снайпер**: на расстоянии 8 метров от стартовой линии на землю кладут разные предметы — кубик, кеглю, коробочку и др. Дети стараются сбить их тарелкой. Каждый игрок по очереди подходит к стартовой линии и бросает 3 раза тарелку, стараясь попасть в цель. Побеждает самый меткий участник игры, выбивший три предмета за три попытки.

Спасибо за внимание!

