

Государственное бюджетное учреждение дополнительного  
профессионального педагогического образования центр повышения  
квалификации специалистов

«Информационно-методический центр»  
Красносельского района Санкт-Петербурга

**Выпускная работа**  
**«Зимнее приключение»**

Выполнила  
Упакова Наталья Сергеевна  
воспитатель ГБДОУ детский сад №28  
Красносельского района  
Преподаватель  
Серженко Наталия Михайловна

Санкт-Петербург  
2019 г

№	Название упражнений	Материал
1.	«Паровозик чух - чух – чух»	Музыка
2.	«Волшебный туннель»	Туннель
3.	«Бурый медвежонок»	Музыка, игрушка мишка би – ба - бо
4.	«Соберем шишки для Мишки»	Корзинка, шишки
5.	Игра «Холодно - жарко»	Белая ткань
6.	Дыхательная игра « Подуй на снежинку»	Снежинки, колокольчик
7.	«Релаксация» под музыку	Музыка



*Задачи:*

Обеспечить эмоциональную разрядку, снять накопившееся напряжение

Освоить групповые правила поведения

Наладить контакт между взрослыми и детьми

Развивать ловкость и координацию движений

# «Паровозик чух – чух – чух»

Паровозик чух – чух – чух  
Поезд мчится во весь дух  
А колесики стучат  
Тук – тук – тук – тук говорят  
(Дети вместе с воспитателем иммитируют  
движения паровоза)



# «Волшебный туннель»

Ребята, чтобы попасть в сказочный лес, нам нужно преодолеть это препятствие.  
(Детям предлагается пролезть через тканевый туннель)



# «Бурый Медвежонок»

Я Бурый Медвежонок,  
Меня должны все знать,  
Люблю я мед и сахар,  
Люблю я танцевать,  
Пусть со мной все мальчики  
Попрыгают как зайчики,  
Пусть со мной все девочки,  
Попрыгают как белочки.

(Воспитатель изображает медведя при помощи куклы би – ба – бо,  
Двигается в такт музыке, дети повторяют движения.)



# «Соберем шишки для Мишки»

Ребята, давайте поможем Мишке собрать все шишки с полянки.

Посмотрите как много шишек, а Мишка один. Шишки нужно сложить вот в эту корзинку.

(Дети собирают шишки в корзинку).



# Игра «Холодно - жарко»

**Цель:** Снять психо-эмоциональное напряжение, развитие координации движений, Ориентировка в пространстве.

**Выполнение:** Дети играют на зимней полянке. Вдруг подул холодный ветер.

(Воспитатель поднимает и опускает белую ткань, имитируя снежную бурю.

Детям становится «холодно», они обхватывают себя ручками, голову прижимают к рукам – греемся. Согрелись – расслабились. Но вдруг снова подул холодный ветер....

(Игра повторяется 2 раза)

# Дыхательная игра «Подуй на снежинку»

Мы белые снежинки  
Как легкие пушинки,  
Мы кружимся, летаем,  
Мы радуем и таем...  
(Дети дуют на снежинки, а затем начинают  
кружиться, имитируя падение снежинок)

