

Муниципальный конкурс среди воспитателей и педагогов ДООУ на
лучшие методические разработки воспитательных мероприятий

Физическое воспитание и формирование культуры здоровья

Тематическое направление

«За здоровьем в лес»

Тема методической разработки

«Страна здоровья»

Номинация

Автор: Ермолова Наталья Александровна,
инструктор по физической культуре
Муниципальное дошкольное образовательное
учреждение
Самбекский детский сад «Мальвина»

с. Самбек 2026г.

1. Пояснительная записка.

1.1. Тематическое направление.

Физическое воспитание и формирование культуры здоровья

1.2. Тема воспитательного мероприятия и обоснование ее выбора

(актуальность) – «За здоровьем в лес». Актуальность связана с тем, что занятия физкультурой полезны для здоровья: они укрепляют иммунитет, помогают правильной работе внутренних органов, сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Также такие занятия снижают уровень стресса и эмоциональной усталости.

1.3. Целевая аудитория воспитательного мероприятия (с указанием возраста/класса) – предназначено для детей младшего дошкольного возраста 3-4 лет.

1.4. Роль и место воспитательного мероприятия в системе работы педагога (связь с другими мероприятиями, преемственность).

Формирование представлений детей о здоровье как о первостепенной ценности жизни имеет важное значение в деятельности инструктора, поскольку она способствует не только личностному росту детей, но и формирует развитие бережного отношения к собственному здоровью и здорового образа жизни. Систематически проводимые в детском саду открытые занятия, спортивные праздники и развлечения являются важным элементом воспитательной системы, приобщают детей к занятиям физической культурой и спортом, а также обеспечивают связь между образовательными областями (речевое развитие, физическое развитие, социально-коммуникативное развитие).

1.5. Цель, задачи и планируемые результаты воспитательного мероприятия.

Цель: сформировать энергичную, здоровую и физически активную личность.

Задачи:

Образовательные:

-Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу за воспитателем.

-Учить детей ходить на носках и пятках

-Учить ходить по ребристой дорожке, перешагивать через палку, прыгать в обруч, подлезать под дугу.

Воспитательные:

-Дети учатся заботиться о себе и друг о друге.

-Совместные игры и задания способствуют взаимодействию между детьми.

-Воспитание привычки к регулярным физическим нагрузкам и прогулкам на свежем воздухе.

Развивающие:

-Выполнение упражнений и заданий в условиях природной среды способствует улучшению баланса и ловкости.

-Наблюдение за животными стимулируют познавательную активность.

Планируемые результаты:

Физическое развитие: развитие основных физических качеств (ловкость, координация движений, равновесие, сила), повышение общей выносливости организма ребёнка.

Познавательные умения: расширение представлений о живой природе, обитателях леса. Умение ориентироваться в пространстве и действовать по правилам игры.

Социально-коммуникативные навыки: развитие коммуникативных способностей: умение взаимодействовать друг с другом.

1.6 Форма проведения воспитательного мероприятия и обоснование ее выбора – открытое занятие по физической культуре. Этот выбор позволяет продемонстрировать педагогам, родителям успехи детей в освоении физических упражнений и развитии двигательных навыков. Это создает возможность для обратной связи и поддержки со стороны окружающих.

1.7 Педагогическая технология/методы/приемы, используемые для достижения планируемых результатов.

Для достижения запланированных результатов используются различные педагогические технологии, методы и приемы. Особое внимание уделяется

созданию условий для активного взаимодействия детей с природой и развития физических качеств в игровой форме.

Игровые технологии: игры являются основой занятия. Они направлены на развитие основных видов движения, развитие навыков сотрудничества, взаимопомощи. Здоровьесберегающие технологии: важнейшим элементом является внедрение дыхательных упражнений и релаксации. Это помогает формировать у детей навыки заботы о своём здоровье, снимает напряжение и улучшает самочувствие.

Интерактивные технологии: Музыкальное сопровождение создает позитивный настрой и стимулирует двигательную активность.

Наглядные пособия: использование ярких картинок, игрушек, и природных материалов (листья, ветки, шишки) усиливает интерес детей к занятию и способствует лучшему усвоению материала.

Информационно-коммуникационные технологии: применение мультимедийных ресурсов для наглядного представления материалов и интерактивного взаимодействия.

1.8. Ресурсы, необходимые для подготовки и проведения мероприятия (кадровые, методические, материально-технические, информационные и др.).

Для подготовки и проведения мероприятия по физической культуре необходимы следующие ресурсы:

Кадровые ресурсы: инструктор по физической культуре.

Методические ресурсы: программы и методические рекомендации (конспект, описывающий цели, задачи и содержание занятия по физической культуре).

Материально-технические ресурсы: спортивный инвентарь (бубен, дуга, палка, обручи, ребристая дорожка, ежик, костюм зайки), оборудование для разминки (кубики).

Информационные ресурсы: литература, интернет-ресурсы.

Другие ресурсы: Сотрудничество с родителями (вовлечение родителей в процесс физического воспитания, проведение совместных мероприятий).

Используемая литература:

- 1) Н.Г. Коновалова, Л.В. Корниенко «Дыхательная гимнастика для детей дошкольного и младшего дошкольного возраста»;
- 2) «Знай и умей» Игры для детей 3-7 лет, 2017г.;
- 3) «Дошкольник: обучение и развитие» Ярославль, 2003г.;
- 4) Лайзане С.Я. Физическая культура для малышей детского сада. «Просвещение», 1978г.;
- 5) В.И. Ковалько «Азбука физкультминуток для дошкольников»;
- 6) Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет» изд. Мозаика-Синтез, Москва 2010г.

1.9. Рекомендации по использованию данной методической разработки в работе педагогов ДОО.

Педагоги должны внимательно ознакомиться с методической разработкой, обратить особое внимание на цели, задачи и методы, используемые в занятии. Для успешного проведения занятия важно заранее подготовить необходимые материалы. Начинать занятие рекомендуется с короткой беседы о важности здоровья и активного образа жизни. Используйте игровые элементы, чтобы заинтересовать детей и настроить их на позитив. Включите в занятие физические упражнения, направленные на укрепление мышц, улучшение координации движений и повышение выносливости. Завершите занятие расслабляющими играми.

2.Основная часть.

2.1. Описание подготовки воспитательного мероприятия.

Инструктор начинает с выбора темы.

Затем следует подготовка материала для мероприятия, разработка заданий и вопросов.

Совместная работа с родителями:

1.Сбор материала по теме.

2. Проведен мастер-класс для родителей «Эстафеты».
3. Создание уголка здоровья «Весёлые движения» в спортивном зале.
4. Чтение методического пособия «Зарядка вместе с мамой».
5. Памятка для родителей по оздоровлению детей «Природа, как источник вдохновения».
6. Поход с родителями в сельскую библиотеку, где ребятам были представлены иллюстрации, энциклопедии и чтение книг на тему «Лес и наше здоровье».

7. Проведена беседа с родителями «Организация прогулок с детьми».

После этого проводится подготовка спортзала.

Затем инструктор по физической культуре и дети принимают активное участие в обсуждении выбранной темы. В конце проводится рефлексия, на которой дети оценивают свою деятельность, а также принимают во внимание комментарии других детей.

2.2. Описание проведения воспитательного мероприятия (сценарий, конспект, дидактическая карта мероприятия и др.).

Дети входят в зал. Построение в шеренгу.

Инструктор: Здравствуйте, ребята!

Дети: Здравствуйте.

Инструктор: «Дети, сегодня мы отправляемся в лес! А чтобы в пути нам не было скучно, захватим с собой бубен.

В лесу темно, давайте с вами нарисуем солнце, чтобы оно нам освещало путь.

Пальцем в воздухе рисуем большой круг и лучи вокруг (палочки).

У всех получилось?

Дети: Да

Ходьба и бег детей за инструктором. Ребята идем на носках, на пятках (2-3 мин). (Во время ходьбы звучит бубен).

Инструктор: Что-то начало холодать. Нам нужно согреться, поэтому будем двигаться.

Общеразвивающие упражнения с кубиками.

1. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, кубики в обеих руках. Поднять руки с кубиками вверх, потянуться – опустить руки вниз (3-4раза).

2. И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, кубики в руках за спиной, стукнуть кубиком о кубик, сказать: "Тук", вернуться в и.п. (3-4 раза).

3.И.п.: стоя, присесть, положить кубики на пол, встать, присесть, взять кубики, выпрямиться (3-4раза).

4. И.п.: стоя, кубики лежат на полу, прыжки на двух ногах, чередуя с ходьбой.

Инструктор: Ну что, ребята, согрелись немного?

Дети: Да.

Инструктор: «А теперь мы с вами погуляем по осеннему лесу». Ребята, вы слышите, как красиво поют птицы? (играет музыка «пение птиц»).

Давайте поиграем в игру «Птички на ветке».

Дети: Да

Инструктор:

Д/и:

Наступила весна, птички весело летают. Садимся отдыхать на деревья (скамейки), чистим перышки. Птички видят озеро. Вожаки стаи дают сигнал: купаться! Птички спрыгивают с веток к пруду. Затем птички купаются.

Инструктор: Ой, посмотрите, на пути у нас болото и поваленные деревья. Давайте с вами соберем ветки аккуратно в «стопку».

Какие вы молодцы! А теперь нам нужно:

1. «Проползти под брёвнышком» (подлезание под дугу).
2. «Перешагнуть через брёвнышко» (перешагивание через палку).
3. «Перепрыгнуть через лужу» (прыжки в обруч и из обруча).
4. «Пройти по камешкам» (хождение по ребристой дорожке).

Инструктор: Какие вы молодцы, все преодолели.

Ой, ребята, смотрите-ка, кто к нам такой колючий идет?

Дети: Ёжик.

Инструктор: Поиграем с ним?

Дети: Да.

«За грибами мы идём,
Прыгаем по кочкам,
(дети идут, затем прыгают)
А в лесу колючий ёж
Стережёт грибочки,
Ты нас ёжик не коли,
А нас лучше догони!»
(дети убегают от ёжика).

Инструктор: «Ой, ребятки посмотрите, а это кто под кустом сидит?

Дети: Зайка.

Инструктор: Давайте с ним поиграем?

Дети: Давайте.

«Зайка серенький сидит
И ушами шевелит,
(дети сидят на корточках и показывают ушки зайчика)
Вот так, вот так,
Он ушами шевелит.
Зайке холодно сидеть,
Надо лапочки погреть,
Вот так, вот так
Надо лапочки погреть
(дети трут ручки)
Зайке холодно стоять,
Зайке нужно поскакать.
(подскоки на двух ногах)

Инструктор: «Какие вы молодцы! Ёжик и зайка так рады, что вы играли с ними. Лес стал совсем холодным, и они решили пойти погреться в своих норках. А теперь и нам пора возвращаться в тёплый детский сад!

Инструктор: давайте сделаем большой круг.

Раздувайся пузырь, раздувайся большой,

Оставайся такой, да не лопайся!

(Шаг назад, расширяя круг).

Он летел, летел, летел

И за ветку задел...

(Дети сбегаются к центру).

Пш-ш-ш-ш!

(Дети сужают круг, произнося звук на выдохе).

Подведение итогов занятия:

Инструктор: Ребята, где мы с вами сегодня побывали?

Дети: В лесу.

Инструктор: А кого мы встречали на своем пути?

Дети: Ёжика, зайку.

Инструктор: А что мы с ними делали?

Дети: Играли.

Инструктор: Вам понравилось гулять по лесу?

Дети: Да.

Инструктор: Отлично! Молодцы ребята!

Дети выходят из зала.