**Всероссийский педагогический конкурс «Творческий воспитатель».**

Методическая разработка о проведении занятий

в условиях внедрения ФГОС ДО»

**Тема работы:** «Здорова семья – здоров и я!

**Конкурсанты:** воспитатели муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения Починковского детского сада №6 Листратова Мария Николаевна, Шукшина Антонина Юрьевна

**Адрес:** 607910 Нижегородская область, Починковский район, с. Починки, тер. Конного завода, дом 6.

**Починковский муниципальный район**

Здорова семья – здоров и я!

**Цель:** Пропаганда здорового образа жизни, приобщение семьи к физкультуре и спорту.

**Задачи:**

1. Формирование здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста.

2. Привлечение детей и их родителей к занятиям физической культурой и спортом.

3.Обеспечение благоприятных условий для развития и поддержки детей в области физической культуры и спорта.

4. Ознакомление родителей и детей с современным физкультурно оздоровительным комплексом «Урожай».

**Предварительная работа:** Рассматривание с детьми иллюстраций с зимними и летними видами спорта; просмотр презентации «Зимние Олимпийские игры в Сочи 2014»; вручение приглашений родителям.

**Ход занятия:**

**Мишка:** Здравствуйте, ребята, вы меня узнали? (ответы детей). Правильно, это я – Олимпийский мишка – символ зимних Олимпийских игр в Сочи. Ребята, а какие виды спорта вы знаете? (ответы детей). А вы хотите посмотреть, где тренируются настоящие спортсмены? Сегодня мы проведём экскурсию по физкультурно оздоровительному комплексу «Урожай».

*Ледовая арена* – это место, куда ходят дети и взрослые для занятий по фигурному катанию и хоккею с шайбой, а так же для свободного катания. С одной стороны ледовой арены расположены места для зрителей, а с другой – выход на лёд.





*Помещение для переодевания спортсменов для выхода на лёд* – здесь дети готовятся к тренировочному процессу, одевают форму.



*Кинозал* – сюда приходят взрослые и дети, чтобы с удовольствием провести свой досуг.



В этом зале 7 сентября 2016 года состоялась встреча починковцев с Олимпийской чемпионкой по художественной гимнастике – Анастасией Максимовой и министром спорта Нижегородской области Сергея Юрьевича Панова.



*Тренажёрный зал* – посещают дети старше 14 лет и взрослые. Здесь расположены тренажёры для тренировки разных групп мышц.



*Фитнес-зал* – предназначен для занятий секции по спортивной аэробике.



*Бассейн* – дети активно посещают секцию плавания. Взрослые так же могут приходить сюда с детьми в свободное время. Самое важное в бассейне это безопасность. В нём должны быть ступени с противоскользящим эффектом, поручни.

*Зал для настольного тенниса и бильярда* – дети, посещающие секцию настольного тенниса, развивают координацию движений и ловкость рук.

Посещение *универсального спортивного зала* – в этом зале дети занимаются в секциях футбол, волейбол, баскетбол. Так же в этом зале есть трибуны, что позволяет проводить соревнования с массовым привлечением зрителей.





**Мишка:**

Всем ребятам мой совет!

Спорт любите с детских лет,

Будете здоровы!

Ну-ка дружно, детвора, скажем все

Физкульт- ура!!!

Сегодня мы с вами будем показывать свою силу, ловкость и быстроту. Для этого нам нужно размяться.

Я предлагаю вам весёлую разминку (звучит ритмичная музыка)

Что нам нужно для зарядки?  
Врозь носки и вместе пятки.  
Начинаем с пустяка - тянемся до потолка.  
Не беда, что не достали.  
Распрямились… Выше стали!  
И стоим не руки в «брюки»-  
Перед грудью ставим руки!  
Чтоб за лень нас не ругали-  
Сделаем рывки руками.  
Эй, не горбиться, ребятки!  
До конца своди лопатки.  
Стой! Опора есть у ног?  
Руку вверх, другую вбок.  
С упражнением знакомы?  
Называется - наклоны.  
Влево- вправо повторяем.  
Гнем себя и выпрямляем.  
А теперь наклон вперед,  
Руки в стороны и вот:  
Кажется, что вертится  
Ветряная мельница.  
Встали. Выдохнули: «ох!»  
Вдох и выдох. Снова- вдох.  
Отдышались и все вместе  
Мы попрыгаем на месте.  
Тело силой зарядили,  
Про улыбку не забыли.



**Мишка:** Предлагаю вам разделиться на 2 команды. На первый – второй рассчитайся! Первые номера – 2 шага вперёд! Каждая команда придумывает себе название («Улыбка», «Солнышко»)

Дети произносят речёвку:

Спорт ребятам очень нужен,

Мы со спортом очень дружим.

Спорт – помощник!

Спорт – здоровье!

Спорт – игра!

Физкульт – УРА!

Эстафеты: Родители вместе с детьми участвуют в командных соревнованиях.

1. Разложи – собери: перед командой лежит 4 обруча, первый участник раскладывает кубики в обручи, оббегает ориентир. Следующий участник собирает кубики в коробку и т.д.



1. Переправа: участнику дают 2 обруча, с их помощью он должен дойти до ориентира, перекладывая обруч, друг за другом.



1. Попади в корзину: участник зажимает мяч между ног и прыжками продвигается вперёд до ориентира, затем бросает мяч в корзину.



1. Тоннель: участник пролезает в тоннель и оббегает ориентир.
2. Рука к руке (в парах): дети, держа мяч одной рукой в паре, двигаются вперёд змейкой, обратно возвращаются бегом, держась за руки.



1. Паровозик: Первый участник добегает до ориентира, поднимает руку, затем бежит второй и встаёт за спину первого. Когда вся команда выстраивается за капитаном, дети паровозиком возвращаются на место.



**Мишка:** Ребята, вы сегодня большие молодцы, справились со всеми заданиями. Вы – достойная смена будущего поколения спортсменов!

Дети награждаются подарками и памятными призами.

**Мишка:**

Будем же со спортом крепко мы дружить  
Будет интереснее, веселее жить.  
Это всем понять пора, в добрый путь –  
ФИЗКУЛЬТ – УРА!



