

Международный портал для педагогов и воспитанников дошкольного образования «Дошколята России»

**Международная  
дистанционная конференция  
педагогов дошкольного  
образования  
«Взаимодействие педагогов  
РФ и СНГ»**

№1/2021

Международный портал для педагогов и воспитанников дошкольного образования «Дошколята России»

Международная дистанционная конференция  
педагогов дошкольного образования  
«Взаимодействие педагогов РФ и СНГ» №1/2021  
Сборник статей.

Главный редактор и рецензент: Тищенко Н. С.

Помощники редактора: Евтифеева Г. Г. – педагог ДО, в.к.к.

Винокурова Е. И. – педагог ДО в.к.к.

Сборник статей «Взаимодействие педагогов РФ и СНГ» состоит из авторских материалов, подготовленных педагогами дошкольного образования РФ и СНГ, опубликованных на международном портале для педагогов и воспитанников дошкольного образования «Дошколята России».

## Содержание:

Введение.....	3
«Мой любимый город». Автор: Аттабиева Д. Б.....	5
Исследовательский здоровьесберегающий проект: «Азбука кулинарии и здоровой пищи». Автор: Тищенко Н. С.....	9
Музыкальная постановка для детей 6-7 лет «Мы защитники страны». Автор: Киреева С. Ю.....	18
Авторская методика звукотерапии «Целебные звуки музыки». Автор: Журавлева Е. ....	23
Конспект непосредственно образовательной деятельности в подготовительной группе «Посеешь привычку, пожнешь характер». Автор: Курбатова С. С.....	26
«Древний и юный Алексин» музыкальное развлечение с использованием регионального компонента для детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет). Автор: Тищенко Н.С.....	33
Авторские игры. Автор: Евтифеева Г. Г.....	38
Бинарное занятие «Путешествие в страну Незнанию» для детей 5-6 лет. Авторы: Мелкозерова Н. Е., Винокурова Е. А.....	41
Конспект НОД на тему «Космическое путешествие». Автор: Седова И. С.....	49
Конспект НОД «Русская матрешка». Автор: Селиванова Ж. Н.....	59
Статья «Работа с тревожными детьми. Автор: Бекиева А. С.....	63
Консультация для родителей «Здоровье наших детей в наших руках». Автор: Кудрина И. Л.....	70

Конспект НОД по физическому развитию для детей 2-3 лет «Путешествие с Зайкой». Автор: Рубиян Э. Р.....77

Статья «Формирование эмоциональной саморегуляции у детей или как помочь детям управлять своими эмоциями». Автор: Мазова А. Е.....81

ОБРАЗЦЫ

## **Введение**

Настоящим выпуском мы открываем издание сборника статей «Взаимодействие педагогов РФ и СНГ» Международного портала для педагогов и воспитанников «Дошколята России», на страницах которого планируем публиковать материалы из опыта работы педагогов дошкольного образования. Мы предоставляем возможность педагогам дошкольного образования, которые интересуются проблемами современного образования и повышением его качества, опубликовать свои авторские материалы.

Бесспорно, ключевая роль в обеспечении современного качества образования отводится сегодня педагогу-профессионалу, нацеленному на саморазвитие, инновационный поиск и творчество, способному анализировать свою деятельность с точки зрения ее результативности, восприимчивому к критике и готовому к переменам. Спектр проблем, затронутых в публикациях, достаточно широк: статьи, методические пособия, конспекты НОД, сценарии мероприятий и пр.

В сборник включены не только материалы из опыта работы педагогов образовательных организаций РФ, но и стран СНГ. Надеемся, что публикуемые материалы будут интересны и полезны не только педагогам, но и родителям детей дошкольного возраста.

Автор: Атабиева Д. Б. Казахстан.

**Конспект организованной учебной деятельности для  
детей 6-7 лет**

**Тема: «Мой любимый город»**

Цель: Продолжать знакомить детей с малой родиной.

Задачи:

- воспитательная: Воспитание бережного отношения к историческому наследию нашего города, чувства гордости за свой город, за его неповторимую красоту.

- развивающая: развитие интереса и внимания к слову.

Формирование правильного понимания и употребления необходимых слов, умения активно использовать их своей речи.

- обучающая: обучение умению слушать и понимать обращенную к ребенку речь, поддерживать разговор, отвечать на вопросы и культурно вести себя во время беседы, быть тактичным и сдержанным; побуждение детей к общению друг с другом.

Педагогические технологии, методы, приемы: информационная, поисковая, метод стимуляции воображения, практическая, игровая.

Ресурсное обеспечение: разучивание стихотворений о городе, просмотр видеоматериала, слушание песен, экскурсии по городу,

посещение кукольного театра, прогулки с родителями в парке, по улицам города.

Билингвальный компонент: қала - город, әуежай - аэропорт, кітапхана

- библиотека, дүкен - магазин, аурухана - больница, саябақ - парк, қалада мектептер, мен дүкендер көп - в городе много школ и магазинов, мен саябақта қыдыруды ұнатамын - мне нравится гулять в парке.

Ход организованной учебной деятельности:

1. Организационный момент:

Сначала давайте прокатимся по улицам нашего города. А поедем мы на автобусе. На нашей карте помечены пять остановок города. Водителем автобуса будет (например, Тимур).

Пока мы едем на автобусе, наш водитель «рычит», изображая звук мотора. Нужно тянуть звук [р] до тех пор, пока автобус не остановится. Итак, отправляемся к первой остановке — «Один — много». Я назову предмет в единственном числе, а вы во множественном. Обратите внимание на окончание слов. В городе много: Машина — машин, автобус — ..., грузовик — ..., велосипед — ..., светофор — ..., остановка — ..., парк — ..., дом — ..., школа — ..., улица — ..., дорога — ..., вокзал... — ...

2 Основная часть:

Садимся в автобус. Водителем автобуса будет (например, Новруз). Следующая остановка «Добавлялки». Вам необходимо добавить недостающее

слово.

Не поедет без бензина, ни автобус, ни ... (машина).

Попроси нас довезти в черных шашечках ...(такси).

Целый день забота, веселая работа. Я без дела не привык, я обычный ... (грузовик).

На машинах здесь, друзья, ехать никому нельзя. Можно ехать, знаете, дети, только на ... (велосипеде).

Тротуарные дорожки, ходят люди, ходят кошки. Тот, кто знает этот ход, тот зовется — ... (пешеход).

Всем знакомые полосы, знают дети, знает взрослый. На ту сторону ведет

пешеходный ... (переход).

Стоп машина, стоп мотор! Тормози скорей, шофер! Красный глаз глядит в упор — это строгий ... (светофор).

Красный свет — сигнал тревоги в светофоровых глазах. Не ходите по дороге, оставайтесь на... (местах).

Чтобы вдруг не оказаться у машины на пути, нам машину и автобус слева нужно ... (обойти).

Садимся в автобус. Водителем автобуса теперь будет (например, Артур). Следующая остановка на карте «Улица родственных слов».

Необходимо подобрать как можно больше слов-родственников к слову дом.

Жил да был веселый гном, он в лесу построил ... (дом).

Рядом жил поменьше гномик, под кустом он сделал ... (домик).

Самый маленький гномишко под грибом сложил ... (домишко).

Старый, мудрый гном-гномище выстроил большой ... (домище).

А за печкой, за трубой жил у гнома ... (домовой).

Теперь повторим все слова, которые мы образовали от слова «дом» (дети называют)

Физминутка. Упражнение «Город»

Как красиво все кругом в моем городе родном.

Здесь дороги и мосты, памятники и сады,

И музей есть, и больница – в ней мы можем подлечиться.



Есть дома и магазины – манят нас к себе витрины.

Есть гимназия, лицей, в школу мы пойдем скорей.

Много разного – не счесть. В городе моем все есть.

Садимся в автобус. Водителем автобуса будет (например, Алеша).

Остановка «Город». (Показ слайдов). Дома в нашем городе сделаны из разных материалов.

— Если дом сделан из кирпича, то он... — кирпичный.

— Из дерева — ..; — Из камня — ..; — Из панелей — ..; — Из льда — ..; — Из соломы — ...

А еще дома бывают разные по величине.

— Этот дом большой, этот — ..; — Этот дом высокий, а этот — ..;

— Этот дом широкий, а этот — ..; — Этот дом длинный, а этот — ...

Садимся в автобус. Водителем автобуса будет (например, Наиля)

Вот последняя остановка — «Стройка».

Для начала мы построим новый дом и посчитаем количество этажей, а потом заселимся в него. - В доме пять этажей, значит, он... (пятиэтажный).

Назовите дом, в котором один, два, три... много этажей (многоэтажный).

(Показ слайдов).

Воспитатель: Молодцы. А теперь будем заселяться.

На пригорке стоит дом, в нем мы весело живем.

На первом здесь живет Никита, ниже всех и справа.

Ангела с Димой на втором — Собрались и вверх бегом.

(Ангела — слева, Дима — справа.)

Третий — Ваня здесь живет. Позвоним, ведь он нас ждет.

(В серединке он живет.)

На четвертом Алеша, Он купил себе торшер.

Справа Алеша живет — Он сидит и пьет компот.

А слева живет Тимур – Весельчак и балагур.

Вот и пятый, наконец! Дом, конечно, не дворец!

Здесь живет принцесса лета, ну а имя ее – Света.

(Слева комната твоя.)

Никого мы не забыли? Всех ребят мы заселили?

Дети «заселяют» дом, ставя в окошко карточку.

А теперь пройдите к столам. Глядя на наш дом, каждый карандашом закрасит окошечко, где он сам живет, а цвет карандаша будет зависеть от того, с какого звука начинается имя ребенка (Алеша, Алина – красный карандаш, Тимур, Никита – зеленый карандаш и т.д.).

Дети выполняют задания на индивидуальных карточках. Скажите, кто живет ниже всех, выше всех, в середине, справа, слева? Дети отвечают.

3. Итоговая часть:

Воспитатель: Когда вы вырастаете большими, у вас будут свои настоящие дома. О каком доме вы мечтаете?

Дети: О высоком кирпичном доме. О четырехкомнатной квартире. О большом деревянном доме и т.д.

Автор: Тищенко Н.С. Россия.

### **Исследовательский здоровьесберегающий проект: «Азбука кулинарии и здоровой пищи»**

#### **Актуальность**

Проблема состояния здоровья подрастающего поколения в Российской Федерации за последние годы серьезно обострилась и вызывает обоснованное беспокойство у врачей, работников образовательных учреждений и родителей воспитанников. Одним из основных факторов, негативно влияющих на организм ребенка в современных условиях, признано ухудшение питания детей.

В рамках долгосрочной целевой программы получено новое оборудование для пищеблока. Проводится тщательный контроль со стороны администрации образовательного учреждения за качеством продукции пищеблока.

Однако, несмотря на принимаемые меры по улучшению качества питания было отмечено снижение интереса детей к здоровой полноценной пище за счет привычек потребления пищи быстрого приготовления, употребляемой с одобрения родителей. Отмечен низкий уровень информированности, как детей, так и их родителей в сфере здорового питания. Проблема низкого уровня культуры питания у обучающихся и воспитанников, зиждется на стереотипах, сформировавшихся в последние годы, когда основными в рационе питания семьи становятся продукты быстрого приготовления и полуфабрикаты, а количество потребляемых овощей, фруктов, рыбы, молочных продуктов сокращается.

**Цель:**

Внедрить инновационные здоровьесформирующие и здоровьесберегающие технологии в практику работы ДООУ, обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни

**Задачи:**

- сформировать у детей дошкольного возраста основы культуры питания;
- организовать семейный досуг;
- наладить более тесное общение со своим ребенком.

**Гипотеза:** Духовно-нравственные ценности и культурные традиции, положенные в основу формирования установки на здоровое питание позволят обеспечить формирование личностных характеристик дошкольников в соответствии с ФГОС, сформировать глубинные установки и потребности в здоровом питании.

### **Основное средство**

На разных этапах проектной деятельности средствами реализации программы являются:

- игровые формы работы
- рабочие тетради
- исследовательская деятельность
- проектная деятельность

Сроки реализации проекта: март 2020 г. – март 2021 г.

### **Ожидаемые результаты проекта:**

- Достижение готовности и желания сотрудников и родителей на участие в проекте, получение данных о личностных качествах, уровне знаний, умений, навыков и состояния здоровья воспитанников, формирование у родителей положительного отношения к сотрудничеству.
- Повышение уровня профессионализма сотрудников МКДОУ, повышение уровня знаний, умений и навыков у родителей, снижение уровня заболеваемости детей, формирование интереса к здоровому питанию в семьях.

- Через систему разнообразных мероприятий будут сформированы основные понятия рационального питания, потребность в здоровом питании и образе жизни, умение выбирать полезные продукты,

#### **Этапы эксперимента:**

#### **I этап. Работа с детьми.**

#### **Детское питание: актуальные вопросы (теория и практика)**

С рождения вопросами питания ребенка занимаются его родители, в первую очередь – мать. Говоря о кормлении малыша, мы подразумеваем не только механическое принятие пищи, но и ряд других аспектов:

- физиологический – обеспечение физического роста и здоровья;
- психологический – обеспечение эмоционального благополучия;
- социальный – установление личностного контакта, невербального, тактильного общения между матерью и ребенком.

Таким образом, в первые годы жизни ответственность за здоровье ребенка несет семья. Отдавая ребенка в дошкольное учреждение, родители сталкиваются с определенными проблемами, среди которых главной является **адаптация** малыша к условиям ДООУ, включающая и вопросы питания.

Если в семье осуществляется грамотный подход, подобран правильный, соответствующий возрасту рацион, а ребенку привиты навыки здорового питания, то меню дошкольного учреждения будет принято ребенком спокойно и безболезненно.

Он будет есть привычную для него пищу, которая не вызовет у него негативной реакции, сохранит тем самым психологический комфорт.

Большинство родителей сознают важную роль питания для здоровья своих детей, но недостаточно информированы о том, как правильно его организовать. До сих пор во многих семьях укоренились традиции и мнения, которые противоречат медицинским рекомендациям рационального питания, часто питание однообразно строится с учетом одного лишь принципа – удовлетворения вкусов членов семьи. Нередко вместо натуральных продуктов используются продукты быстрого приготовления: «Роллтон», «Доширак», пельмени, колбасные изделия, чипсы, газированные напитки.

При таком обедненном рационе ребенок, естественно, не получает достаточного количества пищевых веществ, необходимых для его нормального роста и развития.

Значительную динамику роста болезней детей дошкольного возраста, обусловленных несбалансированным, нерациональным питанием. С фактором неправильного питания связано увеличение заболеваемости дошкольников болезнями органов пищеварения. Недостаток йода в пище вызывает болезни щитовидной железы. Избыточное употребление легкоусвояемых углеводов определяет рост заболеваемости сахарным диабетом, ожирением, кариесом.

### **Организация питания в детском саду**

В дошкольных учреждениях организация питания является важным разделом работы заведующей и старшей медсестры. Осуществляется эта работа в соответствии с Законом «Об образовании» Российской Федерации, рядом нормативных документов: «Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами», а также нормативными актами РФ, приказами и распоряжениями Департамента образования г. Тулы. Перечисленными документами и определены

основные задачи дошкольных образовательных учреждений г. Тулы по организации питания воспитанников, пребывающих 12 ч в детских садах с пятиразовым питанием (первым и вторым завтраками, обедом, полдником, ужином), – соблюдать оптимальный режим приема пищи и создавать благоприятные условия для организации питания и повышения его культуры.

Педагоги дошкольных учреждений проводят занятия с дошкольниками, направленные на формирование осознанного отношения к своему здоровью. Занятия в детском саду проводятся в игровой, доступной форме и включают в себя кулинарные игры, которые дают малышам возможность получить некоторые элементарные сведения о своем организме, прислушаться к нему, задуматься над тем, что влияет на него, что такое культура питания, какие продукты полезны, как следует питаться, что вредно для здоровья.

#### **Формы работы с детьми разнообразны:**

- совместные досуги и праздники для детей и родителей,
- викторины,
- дидактические и кулинарные игры,
- выставки творческих работ на тему «Я здоровым быть хочу, я здоровье берегу»,
- ярмарки кулинарного творчества «И вкусно и полезно».

Первым этапом по знакомству детей с азами приготовления вкусной и полезной пищи стала экскурсия на пищеблок, в ходе которых ребята познакомились с работой повара, процессом приготовления теста для песочного печенья.

Следующей ступенью стало приготовление из теста печенья детьми при помощи формочек самостоятельно. Завершением этого этапа явился праздник «8 Марта», на котором в качестве подарков для мам, ребята преподнесли печенье, изготовленное собственноручно.

## **II этап. Работа с родителями.**

### **Советы по формированию основ культуры питания в семье**

Родителям были предложены некоторые советы по формированию основ культуры питания в семье, в том числе роль преемственности в воспитании ребенка в детском саду и в условиях семьи.

### **ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

- Для быстрой адаптации ребенка к питанию в детском саду необходимо следовать принципу «как у нас в садике», это поможет сориентироваться в ассортименте продуктов, употребляемых малышом в дошкольном учреждении. Приходя в детский сад, можно прочитать ребенку меню, положительно отозваться о рационе.
- Следует воздержаться от негативных оценок при детях. Если появляются вопросы или сомнения, нужно обратиться к воспитателю или к медсестре. Так постепенно родители узнают весь недельный рацион и смогут варьировать блюда детского сада с домашним питанием.
- Целесообразно также ознакомиться с технологией приготовления пищи в детском саду и следовать ей, особенно в адаптационный период, когда ребенок только начал посещать дошкольное учреждение. Дома можно организовать совместно игру «Поваренок», для которой нужно подобрать продукты, составить совместно с ребенком меню. Пусть взрослые напишут его, а



ребенок оформит. Далее совместно один из членов семьи вместе с дошкольником готовит какое-либо блюдо, а затем они угощают других. В воспитании во все времена актуален принцип «делай, как я». Только личным примером можно добиться желаемых результатов.

Говоря о пользе овощей, можно предложить ребенку поиграть кулинарные игры, например, в **игру «Попробуй угадай»**. Для этого нужно нарезать мелкими ломтиками морковь или свеклу, положить на блюдце, накрыть салфеткой. Ребенок с закрытыми глазами должен определить, что он съел. Если возникают затруднения, то следует загадать загадку или показать ломтик овоща. Если он угадал, то можно предложить приготовить совместно блюдо из этих овощей.

Употребление овощей станет намного приятнее, если этот процесс обыграть. Важно красиво оформить, обыграть блюдо, подать небольшими порциями. Дети очень любят играть, поэтому можно организовать **игру «Фондю»**. Те же разнообразные овощные ломтики сырые или обработанные выкладывают на блюдце, ставят его на поднос, в соусницы наливают молочный соус, сметану, мясную подливку, детям дают шпажки и предлагают попробовать. Это занятие весьма увлекательно для всей семьи.

В общении со здоровым ребенком применение этого принципа можно превратить в своего рода игру, правила которой регламентируют употребление того или иного продукта питания, например, ограничивают количество шоколада, выпечки, жвачки, кетчупа и других продуктов.

Дома можно устраивать **дни вкусных и полезных продуктов**. Для этого нужно сходить вместе с ребенком в магазин, а затем поиграть в игру «Вкусно и полезно?».

Например, морковь – вкусно и полезно, огурцы – вкусно и полезно, конфеты – вкусно, но полезно ли?

«**Аукцион вкусных и полезных блюд**». Для этого сервируют праздничный стол, гости приносят приготовленные дома со своими детьми полезные и вкусные блюда, красиво оформленные, сопровождают их рецептами. Одно из условий аукциона заключается в том, что всем нужно попробовать и оценить наиболее понравившееся блюдо.

Наиболее полюбившиеся игры и конкурсы родители вместе с детьми поиграли и в детском саду.

Вместе с играми в конкурсную программу вошли стихи и песни о здоровой пище, овощах, фруктах и т.д.

Также родителям совместно со своими детьми предложено изготовить поделки из овощей и фруктов приготовить вкусные и полезные блюда на суд юных гурманов. В подарок каждый участник получил буклет с рецептами блюд – конкурсантов.

### **III этап.**

#### **Подведение итогов.**

Поставленные цели данного проекта выполнены в полном объеме. Внедрены инновационные здоровьесформирующие и здоровьесберегающие технологии в практику работы ДОУ, обеспечена возможность сохранения здоровья детей, сформированы необходимые

знания, умения и навыки по здоровому питанию, как в детском саду, так и в семье, полученные знания используются в повседневной жизни.

**Перспективы проекта:** В своей дальнейшей работе предполагаю обратить внимание на еще один, очень важный аспект – здоровое питание для детей, страдающих диатезом и аллергией. Это особый контингент детей, которые в силу своих физиологических особенностей не имеют возможности употреблять все продукты подряд. Поэтому, следующим моим проектом станет тема «Азбука вкусной и полезной пищи для детей с ОВЗ», в которой планируется выявить продукты, являющиеся причиной возникновения диатеза и аллергии и исключить их из рациона. Из остальных продуктов совместно с родителями разработать перечень полезных для здоровья блюд и проявить творческий подход к приготовлению.

Автор: Киреева С. Ю. Россия.

### **Музыкальная постановка для детей 6-7 лет «Мы защитники страны»**

**Цель:** Воспитание патриотизма, гуманизма и других нравственных и культурных ценностей

**Задачи:**

- показать детям, какой нелегкой ценой была завоевана Победа;
- содействовать воспитанию чувства глубокого уважения к людям, отдавшим жизнь во имя Победы;
- расширить знания об истории ВО войны, о подвигах защитников;
- вызвать чувство гордости, желание подражать героям, на их примерах учиться стойкости и мужеству;

Оформление музыкального зала: сцена оформлена как детская площадка.

Действующие лица: три девочки, два мальчика (количество детей, их имена могут быть изменены в зависимости от желания участников).

Атрибуты: надувной мяч, два игрушечных автомата.

Под веселую музыку на сцену вбегает девочка (1) начинает читать стихотворение. По мере прочтения на сцену выбегают дети имитируют движения (бросают друг другу мяч, стреляют из автомата, играют в классики), разыгрывается сценка прогулки детей на игровой площадке.

1 Девочка:       Дело было вечером,  
                      Делать было нечего.  
                      Ваня Кате мяч бросал,  
                      Константин в войну играл.  
                      Катя в классики играла  
                      Вдруг споткнулась и упала.  
                      Галка села на заборе,  
                      Кот забрался на чердак.  
                      И сказал ребятам Ваня

                      Просто так: (основой этого отрывка послужило  
                      стихотворение А. С. Михалкова «А что у вас?») )

1 Мальчик: У меня растут года

                      Скоро мне семнадцать! (использовано двустишие В.

Маяковского из стихотворения В. Маяковского «Кем быть»)

2 Девочка:       Врёшь ты всё...

3 Девочка:       Маленький ещё!

1 Мальчик:       Сами вы малявки!

                      Что же делать мне тогда,

                      Чем заниматься?

- Я подумал (*пауза*) и решил:  
Буду я как дед  
Защищать Россию нашу  
От великих бед!  
Чтобы спать страна могла  
Безмятежным сном,  
Чтоб не грянул бы над ней  
Злой военный гром!
- 3 Девочка: Ты это здорово придумал,  
Защищать страну!  
Только кто такой защитник,  
Никак я не пойму?
- 1 Мальчик: Защитник – это пограничник,  
Защитник и танкист,  
А также и зенитчик,  
Десантник и радист!
- 2 Мальчик: Моряк, подводник, лётчик,  
Минёр, артиллерист.
- 1 Девочка: А всех, всех, всех важнее  
Военный наш министр!
- 3 Девочка: Поняла, поняла!  
Защитник – это воин.  
А может быть и я,  
Когда большая вырасту,  
Стану им, друзья.
- 1 Мальчик: Защитником – девчонка?!  
Вот будет смехота!
- 3 Девочка: А вот и не смехота,

Министром обороны

Буду я!

2 Девочка: Вы, мальчишки, помолчите

С министром обороны

Лучше не шутите!

1 Девочка: Дело было вечером,

Спорить с нами нечего!

Мальчики отходят на задний план сцены, где пантомимой изображают разговор между собой, дразнят девочек.

Звучит фонограмма попури с мелодиями песен на военную тематику.

1 отрывок поют девочки:

Весенним вечером, вечером, вечером,

Когда ребятам, скажем прямо, делать нечего,

Мы поразмыслим обо всём,

Поговорим о том, о сём

И наши песенки любимые споём.

Ча – ча – ча.

*Во время проигрыша мальчики возвращаются на передний план сцены.*

2 отрывок поют мальчики:

На границе тучи ходят хмуро,

Край суровый тишиной объят.

У высоких берегов Амура

Часовые Родины стоят.

Проигрыш.

3 отрывок поют девочки:

Бескозырка белая,  
В полоску воротник  
Мы, девчата, смелые  
Спросили напрямик:  
С какого парень года,  
С какого парохода,  
И на каких морях ты побывал моряк?  
Мальчики (хором): Эх!  
Проигрыш.

4 отрывок исполняют девочки.

Девочки:  
Ой, ты песня, песенка девичья,  
Ты лети за ясным солнцем вслед.

Мальчики:  
И бойцу на дальнем пограничье  
От девчат ты передай привет.

Девочки:  
Привет, привет!

Проигрыш.

5 и 6 отрывок исполняют все дети:

Кипучая,  
Могучая,  
Никем непобедимая,  
Страна моя,  
Москва моя, -  
Ты самая любимая!  
Проигрыш.

Мы простые ребяташки,  
Любим мультики и книжки.

Но уже мы точно знаем  
Что защитниками станем.

3 Девочка:

А я министром обороны! Шагом марш!

Две девочки и два мальчика, уходя в разные стороны со сцены.

3 Девочка:

С неба звездочка упала.

Я желанье загадала.

Пусть всегда будет солнце!

Пусть всегда будет небо!

Пусть всегда будет мама!

Пусть всегда будет...(задумывается).

Выбегают дети, хором произносят:

Будем Мир!

Автор: Журавлева Е. Н. Россия.

### **Авторская методика звукотренин «Целебные звуки музыки»**

#### **Пояснительная записка**

Пифагор много говорил о музыке сфер. Поскольку человек представляет собой микрокосмос, то значит и в нем должна звучать музыка. Когда энергия циркулирует беспрепятственно, мы здоровы, когда же в энергетических каналах возникают сбои (искривления, закупорка и т.д.), мы заболеваем. Если, следуя мысли Пифагора, представить, что



энергия – музыка, то при хорошем самочувствии в нас все должно петь, а при плохом – звучать какофония. Поэтому, чтобы исцелиться, следует настроить себя, как настраивают музыкальный инструмент. В современных клиниках часто используется музыкальная терапия.

С незапамятных времен люди знали, что звук обладает особой чудотворной силой. Воинский клич, молитва, медитация и другие приемы психорегуляции – это прежде всего звук. Известно, что Эскулап, древнегреческий врач, лечил болезни нервной системы громкой игрой на трубе. Ну а на Руси во время эпидемии били в колокола. Недавно ученые доказали, что звон колоколов имеет частоту, которая повышает иммунитет!

За долгие годы исследования медики установили, что каждый орган и система функционирует в определенном диапазоне частот. При заболевании эти характеристики изменяются. На основе этих знаний были разработаны ультразвуковое исследование и электропунктурная терапия.

### **Вибрирую от А до Я**

Связь акустических вибраций с нервными центрами живых существ установилась много миллионов лет назад. Генетическая память эту связь бережно сохраняет. Подтверждение этому можно найти в Индии. Например, йоги применяют особое сочетание звуков – мантры, имеющие, помимо медитативного, еще и исцеляющее значение. Монотонные сочетания звуков, произносимые одновременно с ритмичным дыханием, активизируют энергетические центры человека, связанные с внутренними органами.

Пользуясь денной информацией и изучив проблему частых заболеваний детей 2-7 лет, мной был разработан комплекс дыхательной гимнастики с пропеванием звуков и слогов. Пропевать звуки и сочетания

звуков нужно ровно, в одной тональности. Необходимо набрать побольше воздуха и на выдохе тянуть звуки как можно дольше, пока хватит дыхания. Повторить 2-4 раза.

### **Пропевание звука «У»**

Вибрируя на частоте легких, он подобно иголке попадает в нужную точку, пробивает энергетический канал и становится проводником энергии, приводящей в норму больной орган.

**Пропевание звука «Ю»** плодотворно действует на почки и мочевой пузырь, снимает болевые спазмы..

**Звуки «А» и «О»** приводят в действие всю звуковую гамму организма, дают команду клеткам настроиться на работу, повышает иммунитет.

**Звук «Н»** активизирует интуитивные процессы и творческие способности.

**Звук «В»** стабилизирует нервную систему.

**Звук «Е»** - особый звук. Он используется во всех сочетаниях – это прекрасный «чистильщик» организма от негатива.

**Звук «М»** - замечательный звук. Помогает расслабиться, снижает давление, улучшает настроение.

**Звук «Я»** - укрепляет уверенность в собственных силах. Многократное пропевание звука избавляет от боли, усиливает энергетику и гармонизирует работу всего организма.

### **Сочетания:**

«СИ» снимает напряжение.

«М – ПОМ» благотворно действует на сердце.

«РЭ» - помогает стрессы, страхи, заикания.

«ТЭ»- укрепляют сердечно – сосудистую систему.

«ИМ» - оказывает защитный, очищающий и гармонизирующий эффект.

«ОМ» - повышает жизненный тонус.

«АМ» - помогает при лечении мочеполовой системы

«ГУ – О» - профилактика заболеваний печени, желчного пузыря.

«ЧЕН» - профилактика заболевания сердца и тонкой кишки.

«ДОН» - профилактика селезенки и желудка.

**Заключение:** Эффективность данной методики не заставила ждать хороших результатов в области здоровья и сбережения. В совокупности с другими элементами здоровьесберегающих технологий, данная методика дала положительный результат. Количество дней по болезни на одного человека в группе, в которой была введена данная методика, снизилась с 10, 7 в начале учебного года до 8,9 в конце учебного года. Снизилось количество бронхо - легочных заболеваний, повысился иммунитет у дошкольников данной группы, увеличилась работоспособность.

Автор: Курбатова С. С. Россия.

**Конспект непосредственно образовательной деятельности в подготовительной группе «Посеешь привычку, пожнешь характер»**

**Цель:**

1. Формировать у детей представления о вредных и полезных привычках, желание следить за своим внешним видом.

**Задачи:**

1. Учить детей понимать, что можно и что нельзя делать, на основе своих полученных знаний строить свое поведение в общении друг с другом.
2. Дать понятие о пользе витаминов, их назначении для здоровья человека, объясняя как витамины влияют на организм.

3. Словарная работа - закреплять в речи обобщающее понятие: еда, пища и так далее. " Чем будет"- игра. Обобщать лексический запас, развивать логическое мышление. Игра "Наоборот".

4. Коррекционная работа: побуждать детей подбирать слова антонимы.

5. Воспитывать здоровый образ жизни, повысить интерес к своему здоровью.

**Интеграция областей:** Познавательное развитие (формирование познавательных интересов ребенка - письма от гостей, формирование о себе и объектах окружающего мира). Речевое развитие (владение речью как средством общения, обогащение словарного запаса детей), Социально - коммуникативное развитие (поддерживать положительное доброжелательное отношение детей друг к другу и взаимодействия в разных видах деятельности со взрослыми и сверстниками, умение работать в группе сверстников, готовности и способности к совместным играм), Художественно - эстетическое развитие (становление эстетического отношения к окружающему миру, развитие предпосылок для ценностно - смыслового восприятия и понимания произведений ИЗО), Физическое развитие (развитие крупной и мелкой моторики рук, становление ценностей здорового образа жизни).

**Предварительная работа:** чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций, беседы, досуги с родителями, просмотр м/ф "Мойдодыр", папка - передвижка, оформление стенда.

**Ход занятия:**

Воспитатель вместе с детьми разбирает два письма, появляются два человечка - "Здрасик и Фырка". Первое письмо: Здравствуйте дети! Сейчас

я живу у своей бабушки в деревне, сплю я долго сколько захочу. Потом бабушка кормит меня чем-нибудь вкусеньким, я наедаюсь, что мне хочется еще полежать. Лежа дома я смотрю телевизор. Недалеко от дома бабушки есть лес, но туда мне ходить не хочется, надо ведь одеваться и идти до леса целых 10 минут. А потом еще и обратно возвращаться. На каток я тоже не хожу вдруг замерзну. У меня болит голова, живот, синяки под глазами. До свидания. Фырка.

Воспитатель: А теперь слушайте другое письмо.

Здравствуйтесь друзья! Я тоже живу в деревне у своей тети. Мне здесь очень нравится. Встаю я рано, умываюсь, делаю зарядку, завтракаю. С друзьями катаюсь в лесу на лыжах, или с горки на санках. А на речке сделали каток. Там мы катаемся на коньках, играем в хоккей. После обеда я отдыхаю, а потом помогаю тете ухаживать за животными, чищу дорожки от снега. Вечером я читаю интересные книжки, рисую, играю в настольные игры. До свидания. Здрасик.

Воспитатель: Ребята, а чье письмо вам понравилось больше Фырки или Здрасика? Фырка все время лежит, а это вредно, а Здрасик хорошо отдохнет и станет здоровее, так как у него правильный режим, потому что надо больше двигаться. Давайте поиграем, попробуйте представить свои любимые движения и продолжите фразу, когда я двигаюсь, я чувствую (бодрость легкость).

Дети: Удовольствие, легкость, радость, свободу, гибкость, здоровье, силу.

Воспитатель: Молодцы! Сколько замечательных слов вы подобрали.

Физминутка:

Люди с самого рождения жить не могут без движения. Руки опустите вниз, спина прямая, голову не наклонять. Медленно поднять руки вверх и сцепить их в замок над головой. Представьте, что ваше тело - гора. Одна половина горы говорит: «Сила во мне и тянет вверх, другая говорит: нет, сила во мне, и тоже тянется вверх, нет, мы две половинки одной горы и сила в нас обеих!» Потянулись обе вместе сильно- сильно. Медленно опустите руки и улыбнитесь. Молодцы!

Воспитатель: Дети, а как нам помогают полезные привычки?

Дети: Они позволяют человеку правильно использовать время, соблюдать режим, укреплять здоровье.

Воспитатель: В вашем возрасте полезные привычки складываются легко, и сохраняются на всю жизнь. Какие этой привычки?

Саша П.: вставать в одно и тоже время, класть свои вещи на свои места, чистить зубы.

Воспитатель: все это хорошо, с хорошими привычками человек трудолюбив, смел, здоров, милосерден. А какие вредные привычки вы знаете?

Ребенок: кто любит нежиться в постели постоянно опаздывает, кто трудные дела откладывает на завтра, кто привык врать - это плохо.

Воспитатель: А кто любит перекидывать все на плечи других, как такого человека можно назвать?

- лентяй (ответы детей)

- кто отступает перед трудностями и опасностями - тот трус.

### **Игра «Замени».**

Я называю вредную привычку, а вы заменяете на противоположную.

Лень- трудолюбие

Трусость- храбрость

Ложь- честность

Жадность- щедрость и т.д.

Воспитатель: дети, каждое утро в детском саду наша встреча начинается со слова. "Здравствуйте". А кому вы еще говорите это слово?

Дети: маме, папе, бабушке, знакомым, друзьям.

А что же оно означает? Здравствуйте? Значит будьте здоровы. Давайте послушаем стих Дружининой " Что такое здравствуйте?"

Ребенок. Что такое здравствуй?

Лучшее из слов,  
потому что здравствуй,  
значит будь здоров.  
Правильно запомни,  
Знаешь - повтори.

Старшим это слово  
Первым говори.

Здоровье, это самое ценное, что есть у человека его надо беречь. И заботиться о своем здоровье, потому что никто не позаботится о тебе лучше, чем ты сам.

Ребенок: Я умею думать,

Я умею рассуждать,  
Что полезно для здоровья  
то и буду выбирать.  
Я здоровье берегу.

Сам себе я помогу.

Воспитатель: а как вы думаете, хорошее ли у вас здоровье? Как выглядит здоровый человек?

Дети: он румяный, веселый, бодрый, у него чистая кожа, блестящие волосы, хороший сон, он красивый, стройный.

Ребенок: У здорового человека ничего не болит, поэтому он часто улыбается, даря окружающим частичку своей удачи. Ему любая работа по плечу. Он счастлив сам и делает счастливыми своих друзей.

Воспитатель: А что надо делать, чтобы улучшить свое здоровье?

Ребенок: Улыбаться, говорить друг другу добрые слова, есть полезную пищу, чистить зубы, мыть руки, делать зарядку, соблюдать режим.

Ребенок: Рано вставать, рано в кровать завтра на занятия не будешь ты зевать.

Ребенок: Прогоню остатки сна, одеяло в сторону, мне гимнастика нужна - помогает здорово.

Ребенок: С шумом струйка ледяная на руках дробиться, никогда не забывай утром умыться.

Ребенок: Чистят ножи и кастрюли и трубы, как же не чистить до завтрака зубы?

Ребенок: Вовремя пей, вовремя ешь, будешь до старости крепок и свеж.

Ребенок: Чтобы ночью лучше спать, видеть сон хороший, мы советуем гулять вечером погожим.

**Игра «Выбери правильно».**



Отобрать рисунки, где показаны правильные действия для того, чтобы стать красивым и здоровым.

Воспитатель: а, чтобы быть всегда здоровым, надо правильно питаться, что вы любите больше всего? В чём разница между вкусным и полезным? В продуктах должны быть очень важные для здоровья вещества, как они называются? - витамины (ответы детей).

Воспитатель: ягоды и фрукты- основные источники витаминов, большинство витаминов поступает к нам с пищей. Поэтому овощи и фрукты должны быть в меню ежедневно. Витамин А - это витамин роста. А еще он сохраняет нам зрение. Его можно найти в молоке, моркови, луке. Витамин С - прячется в чесноке, капусте, луке во всех овощах и фруктах. Витамин Д - сохраняет нам зубы, его можно найти в рыбе, твороге. Загорая на солнце, мы тоже получаем витамин Д.

Ребенок: никогда не унываю, и улыбка на лице, потому что принимаю витамины А, В, С.

Ребенок: рано утром просыпайся, себе и людям улыбайся, ты зарядкой занимайся, обливайся, вытирайся, всегда правильно питайся, аккуратно одевайся, в садик смело отправляйся.

### **Игра «Покажи правильно».**

Воспитатель: я называю овощи, если едим подземную часть этих продуктов, надо присесть, если наземную, то встать во весь рост и поднять руки вверх (картофель, горох, фасоль, морковь, помидор, свекла, огурец, редис, лук, капуста).

### **Пальчиковая игра «Наши пальчики».**

Раз два три четыре пять!  
Будем пальчики считать  
Крепкие и дружные  
Все такие нужные  
А теперь мы улыбнемся  
Крепко за руки возьмемся  
И гостям мы на прощание  
Всем подарим пожелания.

Дети говорят гостям и друг другу добрые пожелания и дарят кружки - улыбки.

Здрасик всем дает совет на прощанье:

1. Не ешьте много жирной, острой и соленой пищи.
2. Сладостей тысячи, а здоровье одно.
3. Овощи и фрукты - полезные продукты.

Совет нашим гостям:

Когда готовите пищу, бросьте в нее немного любви, чуть-чуть добра, капельку радости, кусочек нежности. Эти витамины придадут необыкновенный вкус любой пище и подарят здоровье и улыбки.

Подведение итогов.

Автор: Тищенко Н. С. Россия.

**«Древний и юный Алексин» музыкальное развлечение с использованием регионального компонента для детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет).**

Цель: Воспитание нравственно – патриотических чувств дошкольников.

Задачи:

- Прививать дошкольникам чувство гордости за родной край;
- Обогащать знания об исторических фактах родного края;
- Познакомить с культурой и достопримечательностями своей малой Родины;

Предварительная работа:

- 1 Посещение краеведческого музея г. Алексин.
- 2 Беседы на тему: «Мой родной Алексин»
- 3 Разучивание песен, частушек, стихов местных авторов.
- 4 Знакомство с правилами игр Тульской области.

(Все игры, песни, частушки и стихи местных авторов.)

Звучит гимн г. Алексин. На экране достопримечательности города в режиме

слайд-шоу. Во время просмотра слайд - шоу ведущий ведет рассказ о достопримечательностях г. Алексин.

Ведущий:

В Алексине более 130 памятников истории и культуры. На территории города и района действует четыре Святых целебных источника, несколько православных храмов, памятники боевой славы, археологии, истории, архитектуры и прочие

достопримечательности, среди которых: Успенский собор, Новый Успенский собор, Никольская церковь, дом Масловых, дом Бера. На берегу Оки находится заповедная зона «Алексин-бор». На территории Алексинского района жили, работали или приезжали на отдых писатели Вересаев, Пастернак и Воскресенская,

поэт Жуковский, художники Поленов и Левитан, композитор Скрябин, пианист Рихтер, актеры Качалов и Пашенная, основатель МХАТа Станиславский, первый русский ученый-агроном Болотов и другие известные и знаменитые люди.

Ведущий: О красоте и величии нашего города было сложено немало стихов (стихи об Алексине, автор В. Завещевский - читают дети)

1) У Оки, Оки на зеленых холмах

Древний город лежит, утопая в садах.

Птичьим хором звеня, утро каждого дня

Светлым миром любви наполняет меня.

2) На Оке, на Оке древний город лежит.

Над Окой, над Окой быстро время бежит.

Из заветных времен слышен медный звон,

Битва русских полков, трепет русских знамен.

Ведущий: Замечательные композиторы и поэты посвящали песни нашему городу. Одним из таких шедевров стала песня «Мой Алексин» муз. Д

.Рыбникова, сл. Г. Зиновьевой.

(Дети исполняют песню)

Ведущий: А теперь мы поиграем

Гостей наших позабавим!

Проводится игра «Плетень»

Описание игры: 2 команды становятся одна против другой. По команде все разбегаются в разные стороны. Затем произносится слово «ворог». После этой команды необходимо быстро построиться и переплести руки в " плетень". Выигрывает команда, которая быстрее изобразила «плетень»

Ведущий:

Тульский край всегда славился самоварами и народными умельцами,  
поэтому, гости дорогие

Ставьте ушки на макушке

Про самовар сейчас частушки.

1) Никогда не умирала

Слава Тульских кузнецов,

Самовары - сапопалы

Мастерили для бойцов.

2) В этом хитром самоваре

Кран особый, боевой:

За версту врага ошпарит

Кипяточек огневой.

3) Тульский чай совсем не сладкий

Для непрошенных гостей,

И вприкуску, и внакладку

Прожигает до костей.

4) Попадает чай с припаркой.

И горячим леденцом,

Самовары тульской марки

Пышут жаром и свинцом!

Ведущий: А теперь детвора,

Поиграть опять пора.

Поводится игра «Как у дяди Трифона»

Описание игры: В круг становится водящий. Остальные ходят вокруг, взявшись за руки, и поют:

Как у дяди Трифона

Было семеро детей

Было семеро детей

Было семь сыновей.

Они не пили, не ели,

Друг на друга все глядели,

Разом делали вот так!

На слова «Вот так!» водящий показывает любое действие. Все остальные должны повторить. Ошибившийся становится водящим.

Ведущий: Тульская земля славится гостеприимством и девичьей красотой.

Многие знатные купцы мечтали взять себе в жены девушку из Тульской губернии. Как это было, посмотрим. А ну, бояре, собирайтесь за невестой!

Проводится игра «Бояре»

Дети делятся на 2 группы и становятся друг против друга. Поочередно каждая группа идет к другой и напевает:

-Бояре, а мы к вам пришли,

Молодые, а мы к вам пришли!

- Бояре, вы зачем пришли,

Молодые, вы зачем пришли?

- Бояре, мы невесту выбирать,

Молодые, мы невесту выбирать!

- Бояре, у вас нет сюртуков,

Молодые, у вас нет сюртуков.

-Бояре, это чем не сюртуки,

Молодые, это чем не сапожки?

-Бояре, у вас нет сапогов

Молодые, у вас нет сапогов!

- Бояре, это чем не сапоги

Молодые, это чем не сапоги?

-Бояре, вам какая же мила,

Молодые, вам какая же мила?

-Бояре, нам вот эта мила,

Молодые, нам вот эта мила!

Выбранную невесту забирают в свою команду.

Ведущий: Девушки Тульской губернии славились не только своей красотой, но

и хозяйственностью. Ну-ка, девицы - красавицы, покажите боярам приедем, какие вы хозяйюшки! После танца девочки в народных костюмах приглашают всех гостей к столу и подают угощения.

Автор: Евтифеева Г. Г. Россия.

### **Авторские игры.**

#### **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:**

##### **1. «Постройся по росту»**

Детей делят на 2-3 группы разного роста. По команде они строятся по росту. Победила та команда, которая быстрее построилась.

Цели и задачи: На прогулке повторить понятие «выше-ниже», умение выстраиваться от высокого до низкого и наоборот. Развивать ловкость, быстроту мышления.

##### **2. «Построй городок»**

Делятся на команды, разбросаны строительные материалы в одинаковом количестве у каждой команды. По команде дети по одному подходят и составляют материалы так, чтоб получилось здание. У кого не упадут материалы, кто быстрее построит и красивее, кто правильно назовет материалы (я эту игру

применяю при усвоении объемных геометрических фигур), тот выиграл.

За каждый компонент начисляется

балл. Например : 1 команда - за быстроту 5:

- не упали-5

- красота-3

- ответы 4

цели и задачи: Повторить объёмные геометрические фигуры. Развивать чувство коллективизма, быстроту и точность движения, умение отвечать на вопросы.

### **3. «Оглянись вокруг»**

Под музыку дети двигаются, при остановке музыки все останавливаются.

Кого выберет ведущий тот отвечает на вопрос, что видит перед собой- можно взять любую тему, например, растения (сколько перед тобой деревьев, цветов, и т.д.), математику (что от тебя далеко, а что близко: что выше тебя и т.д.)

Цели и задачи: Умение быстро реагировать, с ориентироваться по ситуации. Развивает речь, память. Закрепить пройденные материалы.

Повторить понятие-ближе-дальше.

### **4. «Покажи меня»**

Называется предмет и надо его изобразить.

Цели и задачи: Развивать воображение, творчество. Уметь управлять мимикой.



## **5. «На веселой поляне»**

под музыку выполняются упражнения, которые называет ведущий:

Хлопни 3 раза, топни 5 раз, повернись на право, подпрыгни 2 раза и т.д.

Цели и задачи: Развивать слух, память, ритмику, умение считать, лево-право и т.д.

### **ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИГРЫ:**

#### **1. «Гадание на ромашке»**

Ромашка на магните (здесь и воспитательный момент- люби и оберегай природу), «отрываем лепесток и там задание, ребенок выполняет. Например, на лепестке игрушка-расскажи все об игрушке, найди такую игрушку и т.д.

Цели и задачи: развивать любовь к природе, умение отвечать на вопросы, речь. Пополнять словарный запас.

#### **2. «Ловись, рыбка»**

Игра аналогичная предыдущей. Рыбки вырезаны из железных тонких баночек, удочка- палочка на конце магнитик.

Цели и задачи: развивать любовь к природе, умение отвечать на вопросы, речь. Пополнять словарный запас.

#### **3. «Счастливый случай»**

В мешочке кубики или бочонки из лото с заданиями, дети берут их и выполняют задание, но если есть специальная пометка (звездочка, цветок или, что придумаете), то можно попросить помощи у друга или воспитателя.

Цели и задачи: Развивать любовь к природе, умение отвечать на вопросы, пополнять словарный запас.

### **РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ:**

#### **1. «Узоры из цифр или букв»**

Развивает творчество. Воспитатель дает задание - украсить полоску, квадратную поверхность, треугольную и т. д. Буквами или одной буквой на выбор, либо цифрами.

#### 2. «Накорми гостей»

Развивает логическое мышление. Например, посадить 4 куклы и на столе два печенья. Дети думают, как поделить угощение поровну.

#### 3. «Задай вопрос»

Развивает грамотную речь, умение произносить с разной интонацией. У воспитателя картина (зависит от занятия). Дети должны задать вопрос по этой картине и ответить на него.

#### 4. «Веселый художник»

Развивает внимание, умение ориентироваться на листе бумаги. У детей лист бумаги в клеточку. Воспитатель называет: в левом верхнем углу нарисуй (если это математика, то только математические термины) цветок, в середине листок, в середине правой стороны мяч и т. д. После заданий воспитатель показывает, как должна выглядеть работа. Дети сверяют и сами себя оценивают.

Авторы: Мелкозерова Н. Е., Винокурова Е. И. Россия.

### **Бинарное занятие «Путешествие в страну Незнанию» для детей 5-6 лет.**

Цель: Оптимально реализовать оздоровительное, образовательное и воспитательное направления физического воспитания, содействовать укреплению здоровья детей.

Задачи:

Образовательная:

- Закрепить названия геометрических фигур (круг, квадрат, треугольник, прямоугольник, овал).
- упражнять детей в ходьбе и беге разными видами;
- закреплять умение выполнять упражнения с предметами (с гимнастической палкой);

#### Развивающая:

- Развитие умений действовать в коллективе.
- Активизировать фантазию, развивать творческие способности в процессе двигательной деятельности.
- Развитие внимание, логическое мышление, мелкую моторику, зрительное восприятие и память.
- Способствовать формированию мыслительных операций, развитию речи, умению аргументировать свои высказывания.

#### Воспитательная:

- Создание эмоционального настроя на развитие интереса и желания заниматься спортом.
- Воспитание целеустремленность, любознательность, интерес к путешествию как форме познания окружающего мира, взаимопомощь и умение взаимодействовать со сверстниками.

#### Оздоровительные:

- укрепление мышечного корсета;
- развитие психофизических качеств: силы, ловкости, выносливости – для мальчиков;
- развитие гибкости, пластичности, грациозности – для девочек;
- обучение здоровому образу жизни с помощью здоровьесберегающих технологий (гимнастика для глаз, дыхательные упражнения).

Оборудование:

- гимнастические палки (по количеству детей),
- дуги для подлезания (2 штуки),
- обручи (5 штук),
- мяч,
- картины с изображением геометрических форм (2 штуки),
- карточки с цифрами (по количеству детей),
- карточки с кружками

Материалы и оборудование: палки пластиковые легкие – по количеству девочек; палки деревянные – по количеству мальчиков; обручи – по количеству девочек; гимнастическая скамейка – 2 шт; обручи для игры – по количеству детей; карточки – схемы с последовательным выполнением упражнений – по количеству детей.

### Ход занятия

1. Вводная часть.

Инструктор: Ребята, а вы любите путешествовать?

- А как вы думаете на чем можно путешествовать? (ответы детей)

Мы путешествовать сегодня пойдем,

Смекалку, фантазию нашу возьмём.

Дорогой с пути никуда не свернём.

И для начала разминку начнём!

1. Звучит мелодия. Выполняются упражнения:

Воспитатель: По дороге мы пойдем. Вперед!

По ходу движения выполняют небольшую разминку:

Два хлопка над головой,

Три хлопка перед собой,

Руки за спину мы спрячем

И на двух ногах поскачем 12345.

Молодцы!

Инструктор -Стойте! Ребята посмотрите! А знаете ли вы что это такое?

- Верно воздушные шары!

- Я вам предлагаю отправиться сегодня в путешествие на необычном транспорте – на воздушных шарах! Сегодня мы с вами отправимся на сказочные острова.

- Получите билеты (раздает закодированные карточки), расшифруйте их и займите соответствующие места. (блоки Дьенеша)  
сядутся на соответствующие стулья

Инструктор: Все нашли свои места? Поднимите и покажите билет и блок.

Молодцы! (спросить несколько детей, затем убирают блоки под стул)

- Итак, в путь!

Поспешим в путешествие. Впереди нас ждет река и сказочные лодки. Нам нужно быстрее до них добраться.

Лодки необычные с одним веслом.

Дети по ходу берут гимнастические палки и строятся в три колонны.

Вы готовы плыть на остров «Неузнаваемый»? Тогда поплыли. Кто команды слушает невнимательно, тот не доплывет.

## II Основная часть

Воспитатель: Ребята, ветер усиливается... Нас уносит в открытое море... Впереди густой туман... Что это? Остров?!! Мы вынуждены сделать посадку и переждать непогоду.

- Ребята, остров не простой. Посмотрите, перед нами старинный город. Что он в себе таит? Хотите узнать? Тогда вперед!!!

- Прежде чем мы подойдем к воротам, вам нужно преодолеть препятствие пройти через пещеру и проползти через узкую дорожку в горах. ( дети

ползут по гимнастической скамейке подтягиваясь руками , проползают через туннель)

Дети проходят к импровизированным воротам с геометрическими фигурами.

Инструктор: Посмотрите, какие необычные ворота

- Пройти через эти ворота и попасть в город может только тот, кто сосчитает все фигуры.

- Посчитайте сколько кругов изображено на воротах? Ответ детей.

- Посчитайте, сколько треугольников? Ответ детей.

- Сколько квадратов? Ответ детей.

- Сколько желтых фигур? ответ детей.

- Сколько синих фигур? ответ детей.

- Сколько красных фигур? ответ детей.

Воспитатель: Молодцы, ребята, повернитесь направо и пойдём к другому острову «Узнаваемый». (Ходьба друг за другом на носках, пятках, с высоким подниманием колен, в полуприседании.)

Воспитатель: Мне кажется, что мы опаздываем, давайте немного пробежимся (лёгкий бег). Замечательно, вы, наверное, устали, давайте немного отдохнём и поиграем в игру «Собери геометрические фигуры». (Из частей разрезных картинок дети собирают разные фигуры.)

Воспитатель: Молодцы, все хорошо справились с заданием. Сейчас давайте выполним несколько упражнений, разогреем наши мышцы и отправимся дальше в путь на остов «Отмечаемый».

Инструктор: А сейчас проведем динамическую паузу.

По дорожке по дорожке

Скачем мы на правой ножке ( подпрыгивание на правой ноге, руке на поясе)

И по этой же дорожке

Скачем мы на левой ножке ( подпрыгивание на левой ноге, руке на поясе)

По тропинке побежим

До лужайке добежим. (бег с высоким подниманием колен)

Дальше мы пешком пойдём (шагают)

И на место мы придём.

(Дети садятся на свои места)

Воспитатель: Чтобы пройти нам дальше, и попасть на остров «Развиваемый» нужно решить задачки.

1. Ходит петушок

Красный гребешок.

Шесть хохлаток тоже там.

Сколько всех? Скажите нам? (семь)

2. Четыре щенка в футбол играли.

Одного домой позвали.

Он в окно глядит, скушает.

Сколько их теперь играет? (три)

3. Пять пушистых кошек,

Улеглись в лукошке.

Тут одна к ним прибежала.

Сколько кошек вместе стало? (шесть)

4. По дороге на полянку,

Четыре морковки заяка съел.

На пенек потом он сел,

И еще морковку съел.

Ну-ка, быстро сосчитай-ка,

Сколько съел морковок заяка? (пять)

Вот мы попали на остров «Развиваемый»

Обще развивающие упражнения (с палкой)

(Воспитатель раздает детям палки)

Инструктор: Приготовились начинаем первое упражнение.

«Вертушка»

Исходное положение: ноги вместе; руки вытянуты вперед, палка зажата между ладоней. Выполнение — выполнять вращательные движения палкой (8 раз)

«Наклоны в стороны»

Исходное положение: ноги на ширине плеч; палка на лопатках. Выполнение: 1- наклон вправо; 2- исходное положение; 3- влево; 4- исходное положение. (6 раз)

«Наклоны вперед»

Исходное положение: ноги на ширине плеч; палка перед грудью. Выполнение: 1- наклон вперед, левым концом палки достать носок левой ноги; 2- исходное положение; 3- тоже к правой ноге; 4- исходное положение (6 раз)

«Приседания»

Исходное положение: пятки вместе, носки врозь, палка в руках, вертикально перед грудью. Выполнение: приседаем – перебираем руками по палке вниз; встаем – тоже вверх; колени во время приседания разводим в стороны (6 раз)

«Хлопки под ногой»

Сидя парой спиной друг к другу, ноги согнутые и расставлены в стороны, руки на поясе.

Выполнение: 1-поднять прямую правую ногу вверх, 2 хлопок под ногой, 2-поднять левую ногу вверх 2 хлопок под ногой. (6 раз)

И мы отправляемся с вами на последний остров, который называется «Выполняемый». А поможет нам добраться до этого острова воспитатель.

Инструктор:



-Наша река вокруг острова, после дождя разлилась и стала широкой, а перейдем мы её по очень узкому мостику, правым боком, приставным шагом.

Спина ровная, руки на поясе, смотреть вперед.

Пока дети выполняют движения воспитатель раскладывает на пол цифры и обручи, внутри которых находятся кружки в разных количествах.

Воспитатель: Вот вы по мостику добрались до последнего острова, который называется «Выполняемый».

Объясняю правила игры: Дети выбирают по цифре, бегают под музыку по залу. Когда музыка останавливается, ребёнок должен свою цифру положить в обруч, где такое же количество кружков. После того как дети сложили цифры в обручи, нужно проанализировать их работу.

Почему вы положили в этот обруч?

(После того как дети сложили кружки, они встают в одну шеренгу. Выбираются 2 водящих. Они поворачиваются к шеренге спиной, в это время, двое детей прячутся за ширму, и шеренга смыкается. Водящие поворачиваются и отгадывают кого не стало).

Основные движения

Дыхательное упражнение «Веселые пружинки»

Вдох свободный. На выдохе произнести звук «д-з-ы-нь».

Гимнастика для глаз: с использованием тренажеров на стене.

Для девочек: «Бабочка» (проследить глазами полет бабочки с цветка на цветок).

Для мальчиков: «Кораблик» (проследить глазами как плывет кораблик по волнам).

Инструктор:

Нам пора возвращаться в детский сад. Ветер уже давно утих, и мы можем лететь. По местам!

Звучит музыка

Вот и закончилось наше путешествие. Вам понравилось? А что больше всего понравилось? Где мы с вами пролетали? Что видели? А где мы сделали остановку?

Тогда в память о сегодняшнем путешествии мы дарим вам эти воздушные шары. И сейчас отправляемся в группу, попрощайтесь с гостями. Дети спокойным шагом обходят по кругу физкультурный зал и уходят в группу.

Автор: Седова И. С. Россия

### **Конспект НОД на тему «Космическое путешествие»**

Виды детской деятельности: игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская, двигательная, аппликация из различных материалов.

Интеграция образовательных областей: социально-коммуникативное развитие, физическое развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно – эстетическое развитие.

Цель: Расширить знание детей о космосе и о космических полётах. Дать первоначальные сведения о планетах, Солнце, Луне.

Задачи:

Образовательная: формирование элементарных представлений о космосе и космическом пространстве.

Развивающая: развитие познавательных и интеллектуальных способностей детей, навыков доброжелательного общения и взаимодействия со сверстниками.

Воспитательная: воспитание бережного отношения к тому, что есть на нашей планете, чувства гордости за достижения отечественных ученых и космонавтов, любознательность, желание быть похожими на космонавтов.

Предварительная работа: Знакомство с профессией космонавта, чтение рассказов, заучивание стихов о космосе, рассматривание фотографий, открыток с изображением космоса. Просмотр видеороликов про космос. разучивание пальчиковой гимнастики «Звезды светят», физкультурной минутки «Космонавты»; беседа на тему «Космонавт»; аппликация ракеты, космоса из подручного материала.

Методы и приемы: словесные, наглядные, практические, игровые.

Словарная работа: Солнечная система, планеты (Солнце - звезда, Меркурий, Венера, Земля - спутник Луна, Марс, Юпитер, Сатурн, Уран, Нептун; звезды, собаки – Белка и Стрелка; первый космонавт – Юрий Гагарин, первая женщина – космонавт – Валентина Терешкова, полет, ракета, иллюминатор).

Оборудование: иллюстрации планет Солнечной системы. Синяя большая коробка, украшенная звёздами и планетами, вырезанные из белого картона скафандры одного размера вырезанные из картона геометрические фигуры. Картинка с изображением планеты Земля, баночки с клеем, кисточки, салфетки.

Оформление группы: звездное небо, ракеты, планеты, кометы.  
Музыкальное оформление: «Космическая музыка»

Планируемые результаты: Заинтересованность детей темой о космосе, проявление их познавательной активности. Дети выражают интерес к творческой деятельности, доброжелательны по отношению друг к другу и воспитателю. Имеют элементарные представления о космосе и космическом пространстве; активно выражат свои мысли посредством речи.

Содержание организованной деятельности детей

Программное содержание:

(Звучит «Музыка космоса» №1)

(Дети стоят полукругом в группе)

Воспитатель: Ребята, сегодня к нам пришли гости. Нужно сказать им здравствуйте!

«Здравствуйте Земляне, привет Вам всем космический!». Наши земляне хотят посмотреть какие вы сообразительные, дружные и ловкие.

Воспитатель: Сегодня мы будем говорить о космосе, о планетах, Солнце, Луне. А начнем занятие с небольшой разминки. Возьмите в руки свои волшебные палочки.

Физкультурная минутка «Ракета»

Один - два, стоит ракета.

(ребенок поднимает руки вверх)

Три-четыре, скоро взлет.

(разводит руки в стороны)

Чтобы долететь до солнца

(круг руками)

Космонавтам нужен год.

(берется руками за щеки, качает головой)

Но дорогой нам не страшно

(руки в стороны, наклоны корпусом вправо-влево)

Каждый ведь из нас атлет

(сгибает руки в локтях)

Пролетая над землей

(разводит руки в стороны)

Ей передадим привет .

(поднимает руки вверх и машет)

2. Введение в игровую ситуацию

На столе стоит большая синяя коробка, по сторонам у неё наклеены звёзды и планеты.

Воспитатель: «Дорогие ребята! Пишем Вам, мы дети с другой планеты. К нам в гости прилетал житель (пришелец) из планеты «Марс». Он очень весёлый, рассказал нам про вас. Нам очень захотелось с вами подружиться, и поэтому мы приглашаем вас в гости. Прилетайте, мы вас будем ждать. Инопланетяне».

Воспитатель: Ученые не сразу решились отправить человека в космос. Они долго думали, готовились и первыми в космос сначала полетели собачки - Белка и Стрелка. Полет прошел благополучно, собачки вернулись из полета живыми и невредимыми.

И вот 12 апреля 1961 года полетел в космос человек. И этот день стал праздником.

Первым человеком, который смог отправиться в космическое путешествие, и облететь всю нашу Землю, был космонавт Юрий Алексеевич Гагарин. 12 апреля 1961 года на ракете «Восток» он облетел Землю и пробыл в космосе чуть больше часа.

Космос – это мир звёзд, он очень разнообразен. Звезды кажутся маленькими, потому что находятся далеко. На самом деле звезды – это огромные раскаленные газовые шары, похожие на Солнце.

Солнце не одиноко, у него есть семья – это планеты. Семья солнца называется Солнечной системой. В ней 9 планет. Планеты – это небесные тела, которые намного меньше звезд. Они не излучают свет, а пользуются теплом и светом Солнца. В Солнечной системе царит порядок: никто не толкается, не мешает друг другу. Каждая планета имеет свою дорожку, по которой она движется вокруг Солнца. Кто знает название этих планет? (Ответы детей).

Дидактическая игра: «Самая лучшая планета».

Воспитатель рассказывает про планеты, а дети должны выбрать, какая планета самая хорошая. (Показ иллюстраций).

Воспитатель:

Меркурий – самая близкая к солнцу планета. Она каменистая, самая горячая планета, на ней нет ни воздуха, ни воды!

Венера – покрыта толстым слоем облаков. Здесь царит испепеляющая жара. Это самая яркая планета. Люди называют ее Утренней или Вечерней звездой!

Земля – чудо природы, потому что она единственная планета в Солнечной системе, на которой есть воздух и вода, растения и животные.

Марс – есть 4 времени года, ее называют красной планетой, потому что на ней много красного песка!

Юпитер – самая большая планета солнечной системы, состоит из газа. На ней могли бы уместиться все планеты. Ее называют великаном!

Сатурн – состоит из жидкости и газа, тоже планета великан! Вокруг нее вращаются кольца из камня и льда.

Уран – «лежачая планета», вращается вокруг Солнца, как бы лежа на боку. Самая холодная планета-гигант! Ее поверхность состоит из камней и льда!

Нептун – на ней всегда темно и холодно, потому что она находится дальше всех от Солнца! Самые сильные ветры на этой планете.

Плутон – самая дальняя планета.

Воспитатель: Ребята, наша Земля имеет форму шара. (Дети рассматривают планету Земля). На ней расположены: суша и вода. Вода занимает большее пространство, поэтому из космоса Земля смотрится, как голубая планета. Но наша Земля не одна во Вселенной. Днем нашу планету согревает и освещает Солнце.

Вечером на небе мы можем увидеть Луну и звезды. Люди всегда хотели побывать на Луне.

Солнце – это звезда, самая ближайшая к нам, это центр планетной системы и могучий источник жизни на Земле. Без солнечного света ни одно живое существо не могло бы жить.

Игра «Собираемся в полет»

Воспитатель: Ракета для нас готова, а багаж собрать, мы забыли. На космическом корабле нет ничего лишнего и случайного. Поэтому возьмем только те вещи, которые нужны во время космического путешествия. Я буду показывать разные предметы, а вы должны хлопать в ладоши, если этот предмет пригодится в путешествии, а какой предмет не нужен — поднимать пальчики вверх (скафандр, санки, пирамидка, половник, аптечка, фонарик, кукла, шлем, машина, перчатки космические, зонт).

Давайте представим, что мы стали с вами космонавтами. А что нам необходимо для полета в космос? (ответы детей) Правильно. Сейчас мы с вами одеваем специальные космические костюмы, называют их скафандрами. А кто знает, для чего одевают скафандр?

(ответы детей)

В космосе очень и очень холодно. Если выйти в космос без специального костюма, то можно сразу замерзнуть и превратиться в льдинки. Еще в космосе нет воздуха и обычные люди дышать там не могут. Поэтому для полета в космос космонавты одевают скафандры. В скафандрах очень тепло. Кроме того – в скафандрах человек может дышать, он снабжает человека воздухом.

Дидактическая игра «Комбинезон»

Воспитатель: Пока мы с вами собирались в полет, с нашими комбинезонами произошло небольшое происшествие. Нужно срочно починить комбинезон, он защищает тело космонавта от холода и солнечных лучей. Найдите подходящую заплатку и соедините ее с комбинезоном.

Посмотрите внимательно, и исправьте ошибку. Детям предлагается образец и набор геометрических фигур. Из которых нужно привести комбинезон в надлежащий вид.

Воспитатель: Сегодня у нас необычный день, нас ждет интересное путешествие. А хотите стать космонавтами и отправиться в космос путешествовать по планетам?

Дети: Да!

Воспитатель: Я взмахну волшебной палочкой и мы превратимся в космических путешественников. Я буду солнышком, а вы мои планетки. Но перед полетом предлагаю размяться.

(Звучит музыка. «Музыка космоса» №1)

Игра «Космодром».

Все готово для полета, (дети поднимают руки вверх)

Ждут ракеты всех ребят. (соединяют руки над головой)

Мало времени для взлета, (маршируют на месте)

Космонавты встали в ряд. (ноги врозь – руки на поясе)

Поклонились вправо, влево, (делают наклоны в стороны)

Отдадим земной поклон. (делают поклон вперед)

Вот ракета полетела (прыжки на месте)

Опустел наш космодром. (приседают на корточки)

Теперь мы готовы к путешествию. А полетим мы с вами на этой ракете.

(Дети садятся за столы в форме ракеты).

.Воспитатель: Садимся в ракету, задраиваем люки.

Внимание! Всем приготовиться к запуску!

Дети: Есть приготовиться к запуску!

Воспитатель: Начинаем обратный отсчет

Воспитатель и дети: 5,4,3,2,1 - пуск!



Дети: Ура! Ура! Ура!

Воспитатель: Закрываем глазки

(Звучит космическая музыка «Большое космическое путешествие «Млечный путь» )

Воспитатель:

Итак, мы в космосе! Так выглядит космос, видите, как много планет в нем.

Мы сейчас с вами на планете Меркурий – самая близкая к солнцу планета. Наши космонавты проводят в космосе много дней. Они живут на космических станциях, работают, проводят разные эксперименты, следят за приборами, проводят ремонт оборудования.

Работа космонавтов сложная и трудная.

Воспитатель: Чтобы полететь к следующей планете, нужно отгадать загадки. Вы готовы? Начинаем.

Загадки и отгадки:

В космосе сквозь толщу лет

Ледяной летит объект

Хвост его – полоска света

А зовут его .....(комета)

И эту загадку отгадали, теперь можем лететь дальше. Следующая планета Венера.

Большой подсолнух в небе

Цветет он много лет

Цветет зимой и летом,

А семечек все нет (Солнце)

Молодцы! Продолжаем свой полет.

Сейчас мы летим на Марс. Марс иногда называют красной планетой.

А знаете, почему?

Скалы на Марсе содержат большое количество железа , а железо, когда ржавеет, становится красно-бурым.

Чтобы наш корабль полетел, продолжаем отгадывать загадки:

Освещает ночью путь,

Звездам не дает заснуть.

Пусть все спят, Ей не до сна,

В небе светит нам...(Луна)

А сейчас нас ждет самая крупная в Солнечной системе планета Юпитер.

Специальный космический есть аппарат,

Сигналы на Землю он шлет всем подряд.

Как одинокий таинственный путник,

Летит по орбите искусственный...(спутник)

Молодцы, ребята, вы все загадки отгадали правильно и к остальным планетам мы полетим без остановок. (Уран, Нептун и Плутон).

А так выглядит наша планета из космоса.

- Какой она формы? (ответы детей)

Воспитатель: Наша планета, на которой мы живём, называется Земля. Люди, растения и животные живут на Земле потому, что на ней есть вода, пища и воздух.

Воспитатель: Ребята, сейчас я предлагаю вам создать звездное небо. Но перед тем, как приступим к работе, давайте разомнем пальчики.

Пальчиковая гимнастика.

Один, два, три, четыре, пять (По одному загибают пальчики на обеих руках)

В космос полетел отряд. (Соединяют ладошки вместе, поднимают руки вверх)

Командир в бинокль глядит (Пальцы обеих рук соединяются с большими, образуя «бинокль»)

Что он видит впереди?

Солнце, планеты, спутники, кометы, (Загибают пальчики обеих рук)

И большую желтую луну.

Воспитатель: Сегодня мы с вами ребята будем создавать звездное небо. Вы внимательно смотрите за мной и запоминайте.

Напоминаю, что можно использовать различные оттенки темных цветов: фиолетовые, синие, черные.

Дети приступают к работе. Дети делают аппликацию из бросового материала: корабли и инопланетян, планеты, дорожки к кораблям. По необходимости помогаю им. По окончании работы дети вытирают руки влажной салфеткой.

(Звучит спокойная музыка. «Космическая бездна. Космические дороги»)

Воспитатель: Ну, а теперь нам пора возвращаться.

- Пять, четыре, три, два, один, приземлились! Ура!

- Вот мы и в детском саду. (Возвращаемся под песню «Выглянуло солнышко»)

Итог занятия: Молодцы! У вас получились красивые картинки звездного неба. У каждого свой неповторимый кусочек космоса. (При просмотре детских работ выбирается изображение неба, на котором больше звезд, планет, самое темное, самое разноцветное небо) Ребята давайте вместе оформим выставку наших работ.

Воспитатель: Расскажите ребята, где мы сегодня с вами были, что нового мы сегодня узнали?

Дети: (Ответы детей).

Воспитатель: А какие планеты мы сегодня с вами видели?

Дети: (Ответы детей).

Как называется наша планета?

Как звали собачек, которые были в космосе?

А как звали первого космонавта?

Как называется космический костюм?

Воспитатель: Вам понравилось наше космическое путешествие?

Дети: (Ответы детей).

Воспитатель: Давайте улыбнемся друг другу. «Житель» с планеты Марс приглашает вас на чаепитие. Спасибо, ребята, вы молодцы! Все запомнили, из вас получатся настоящие космонавты.

Автор: Селиванова Ж. Н. Россия.

### **Конспект НОД «Русские матрешки»**

**Цель:** Продолжать знакомить детей с русским прикладным искусством-деревянной матрешкой.

**Задачи:**

**Обучающие:**

Продолжать учить соотносить детали по размеру.

Учить аккуратно, старательно вырезать и последовательно приклеивать детали на образец матрешки.

**Развивающие:**

1. Развивать интерес к родной русской культуре.
2. Развивать воображение, эстетическое восприятие.

**Воспитательные:**

1. Воспитывать желание самим создавать и творить по мотивам русского народного творчества.

2. Воспитывать интерес к матрешке, уважение к русской деревянной игрушке.

**Предварительная работа:**

1. Рассматривание разновидностей матрешек: Тверская, Семеновская, Вятская, Полхов - Майданская, Сергиево - Посадская.
2. Посещение выставки матрешек в мини-музее детского сада (в подготовительной группе) и беседа о них.
3. Чтение стихов, потешек, загадок о матрешке.
4. Вырезание матрешек и их деталей (платок, сарафан, круг-лицо, фартук) из бумаги, подготовка фона.
5. Раскрашивание картинок с изображением матрешек.
6. Слушание песни «Ах, матрешки, загляденье!» сл. и муз. Бокач

**Речевые задачи:**

1. Активизировать словарь: закрепить знания о разновидности матрешек, познакомить с образованием слова «Матрешка», из чего изготавливают матрешек.

**Оборудование:**

*Для детей:* силуэты матрешек: большая, средняя, маленькая (из бросового картона), силуэты-детали к 3 матрешкам: сарафаны, платочки, круг для лица, фартучки (из цветной бумаги), декоративная бумага, фломастеры, клей-карандаш, тонированная бумага формата (для фона), простой карандаш, ножницы.

*Для педагога:* несколько разных деревянных матрешек, готовая работа для образца, магнитофон + диск с записью рус. нар. песни «Ах, матрешки, загляденье!», мольберт, платок.

**Ход занятия:**

**1. Вступительная часть:**

Дети под русскую народную музыку. Воспитатель привлекает внимание детей, на *столе выставлены матрешки (они накрыты платком, чтобы дети не видели их)*.

**Воспитатель:**

- Я загадаю вам загадку. Когда вы её отгадаете, узнаете, что спрятано под платком.

Алый, шелковый платочек,

Яркий сарафан в цветочек,

Упирается рука в разноцветные бока.

А внутри секреты есть:

Может три, а может шесть.

Разрумянилась немножко...

Это-русская ... (*матрёшка*)

(откидывается косынка, и показываются все матрешки)

**Воспитатель:** Посмотрите, ребята, какие замечательные, яркие матрешки стоят у нас на столе! Помните, почему эти игрушки так называются? (*ответы детей*). Правильно, так в старину на Руси называли девочек- Матрены. Имя Матрёна, Мотя, Матюша, тогда было широко распространено отсюда и название. Матрёшка символизирует образ русской девушки.

А как вы думаете, какой человек их смастерил: добрый или злой? (*ответы детей*)

Конечно, добрый. Видите, какие они красивые, нарядные, румяные, весёлые.

В России много городов и деревень, где изготавливают народные игрушки- матрешки. А из чего они сделаны? (*ответы детей*)

**Воспитатель:** Да, их вырезают из дерева, а потом расписывают красками. Эти куклы по форме напоминают яйцо. В большой матрешке скрываются такие же, но меньшего размера. Внутри матрешки можно найти 3-5 мини-копий.

Тверская матрешка-самая сказочная и интересная, так как куклы выполнены в виде героев русских народных сказок, таких как Василиса Премудрая или Царевна Несмеяна.

Семеновская матрешка- «жительница села», с расписным платком и цветочным платьем.

Вятские матрешки - матрешки с украшением, на них сложные рисунки.

Полхов - Майданская матрешка отличается от других яркостью, веселостью, узором из цветов и ягодок.

Сергиево - Посадская матрешка или Загорская - это простая русская девушка, без лишних украшений.

А ещё эти игрушки дарят нашему сердцу доброту и любовь. Возьмите в руку матрешку и прижмите к сердцу. Вы почувствовали тепло?

А кому вы хотите подарить свою любовь? (*ответы детей*)

Так давайте сядем за столы и сделаем матрешки в подарок тем, кого вы любите.

## **2.Основная часть.**

**Воспитатель:** Мы сегодня будем делать аппликацию матрешек.

Сначала нам нужно будет нарядить матрешек в яркие сарафаны, на голову

надеть платочки, поверх сарафанов - фартучки, а потом на лице нарисуем глазки, носик, ротик, подрумяним щечки.

### **Динамическая пауза**

Хлопают в ладошки дружные матрешки (*хлопают*)

На ногах сапожки, топают матрешки (*руки на поясе, поочередно выставляют ноги вперёд, ставя на пятку*)

Влево, вправо наклонись, всем знакомым поклонись (*наклоны*),

Девчонки озорные, матрешки расписные,

В сарафанах ваших пестрых (*повороты*)

Вы похожи словно сестры. (*хлопки*)

### **3. Самостоятельная работа.**

*Включается запись песни «Ах, матрешки, заглядень!»*

**Воспитатель:** Сначала приклеиваем к каждой матрешке свой по размеру сарафан, затем платок, фартук.

Приклеиваем «лицо» - круг из белой бумаги. Теперь берем фломастеры и рисуем глазки, нос, улыбку.

Чтобы матрешка получилась еще красивее, можно украсить стразами платок, низ фартука.

### **4. Итог занятия.**

**Воспитатель:** Посмотрите, какие у нас красивые матрешки получились! Все они такие разные! Все неповторимые! Кукла-матрешка-это заботливая, добрая игрушка. Она радует нас и сближает. Когда в Россию приезжают иностранцы, то они обязательно покупают в магазинах русскую матрешку и везут домой на память о нашей стране.

Дети стоят в круге, обсуждают свои работы и оформляют выставку.

Когда все матрешки выполнены, дети объединяют их в единую композицию «Хоровод».

Автор: Бекиева А. С. Казахстан.

**Статья: «Работа с тревожными детьми»**



Основываясь на результатах современных исследований, можно говорить о сильной зависимости между нарушениями психологического здоровья и учебной успешности детей. Одной из актуальных проблем является снижение уровня тревожности у дошкольников, так как высокая тревожность оказывает отрицательное, дезорганизационное влияние на результаты любой деятельности дошкольников.

Нарушениям психологического здоровья соответствует выраженное повышение тревожности, которое может привести к существенному снижению внимания, в особенности произвольного. Тревожные дети очень чувствительны к своим неудачам, остро реагируют на них. Дети с нормальным уровнем тревожности адекватно реагируют на успех и неудачу в своей деятельности. Ребенок, не испытывающий тревоги и беспокойства, будет значительно меньше зависеть от других людей, от их расположения и заботы, что будет способствовать его психологическому здоровью. Детский возраст, особенно дошкольный, является определяющим в становлении личности ребенка. Так как основные свойства и личностные качества складываются в этот период жизни и во многом определяют все его последующее развитие. Нужно обратить внимание на то, какими будут начальные этапы перехода к новым типам взаимоотношений ребенка с окружающими вне семьи, как будет изменяться характер деятельности при поступлении в детское дошкольное образовательное учреждение. Смена социальных отношений может представить для ребенка значительные трудности. Многие дети в периоды адаптации к детскому саду, начинают испытывать тревожное состояние, эмоциональную напряженность, становятся беспокойными, замкнутыми, плаксивыми. У некоторых детей может проявляться защитная агрессивность, внутреннее напряжение, что может обусловить повышенную двигательную активность, склонность к нарушениям

дисциплины. Поэтому особенно важно в это время осуществлять контроль над сохранением психоэмоционального благополучия ребенка.

Тревожность как черта характера — это пессимистическая установка на жизнь, когда она представляется как преисполненная угроз и опасностей.

Неуверенность порождает тревожность и нерешительность, а они, в свою очередь, формируют соответствующий характер. (В. И. Гарбузов 1990)

Причины возникновения тревожности различны. Родители и педагоги часто не замечают эмоциональных переживаний ребёнка или считают их беспредметными и немотивированными. Отсюда многочисленные окрики, упрёки, моральные и физические наказания, требования вести себя так, как данному ребёнку не под силу.

Чаще всего тревожность развивается тогда, когда ребёнок находится в состоянии (ситуации) внутреннего конфликта, который может быть вызван негативными требованиями, предъявляемыми к ребёнку, которые могут унижить или поставить в зависимое положение; неадекватными, чаще всего завышенными, или противоречивыми требованиями родителей.

Выяснение причин возникновения тревожности у ребенка дошкольного возраста является важной задачей для педагога, известно, что предпосылкой возникновения тревожности является повышенная чувствительность (сензитивность) нервной системы. Однако не каждый ребенок с повышенной чувствительностью становится тревожным.

Многое зависит от способов общения родителей с ребенком.

В большинстве случаев они могут быть причиной развития тревожной личности. Существует прямая зависимость между количеством страхов у детей и родителей, особенно матерей. Усилению в ребенке тревожности

могут способствовать такие факторы, как завышенные требования со стороны взрослых, так как они вызывают ситуацию хронической не успешности. Еще один фактор, способствующий формированию тревожности, — частые упреки, вызывающие чувство вины. В этом случае ребенок постоянно боится оказаться виноватым перед родителями. Часто причиной тревожности у детей является и сдержанность родителей в выражении чувств.

По мнению психолога М. Кузьминой существует несколько причин тревожности, кроющихся в семье:

- Традиционализм отношений в семье. В этих семьях взаимоотношения с ребенком построены по принципу «должен» и «обязан».
- Открытые послылы и прямые угрозы. Обычно в подобных семьях ребенку говорят: «Сейчас же иди...» или «Если ты не пойдешь в детский сад, то я...».
- Недоверие ребенку. Многие родители проверяют карманы у детей, заглядывают в «потайные» места. Ребенку указывают, с кем дружить.
- Отдаленность родителей. Многие родители ходят в гости, театр или ездят отдыхать без детей, ребенок ощущает себя брошенным, покинутым. У таких детей появляется страх одиночества.

Тревожность ребенка вызывает и непоследовательный воспитатель тем, что не дает ему возможности прогнозировать собственное поведение. Постоянная изменчивость требований воспитателя, зависимость его поведения от настроения, эмоциональная лабильность влекут за собой растерянность у ребенка, невозможность решить, как ему следует поступить в том или ином случае.

Тревожность возникает в ситуациях соперничества, конкуренции. Ребенок, попадая в ситуацию соперничества, будет стремиться быть первым, любой ценой достигнуть самых высоких результатов. Еще одна ситуация — ситуация повышенной ответственности. Когда ребенок попадает в нее, его тревога обусловлена страхом, не оправдать надежду, ожиданий взрослого и быть им отвергнутым. Следует постоянно обращать особое внимание на состояние детей, их настроение. Можно спросить, например, было ли у них что-нибудь веселое, смешное, кто сегодня чему-то обрадовался, кого что-нибудь огорчило, а кто плакал и почему. Если дети не знают, что ответить, нужно помочь — напомнить какой-нибудь забавный эпизод или детскую ссору, спросить, из-за чего она возникла, простили ли дети друг друга. Когда подобные беседы станут привычными, дети сами будут откладывать в памяти разные эпизоды и охотно рассказывать о них. И, следовательно, тревожность детей будет низкой.

Проблема диагностики детской тревожности заслуживает особого внимания, так как своевременное выявление симптомов тревожности, изучение тревогоформирующего воздействия микро социального окружения ребенка позволяет дать адекватную оценку индивидуальным и возрастным закономерностям развития ребенка, провести необходимую работу по профилактике, и преодолению негативных проявлений тревожности.

По нашему мнению, принципиально важным в диагностике тревожности дошкольников является комплексный подход, предполагающий как оценку по внешним поведенческим реакциям и психофизиологическим проявлениям тревожности у детей, так и изучение скрытых форм ее проявления.

В этой связи нами были проведены исследования с использованием следующих проективных методик:

1. Диагностика детей в возрасте от 4 до 6 лет по «Тест тревожности» (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки.)
2. Проективная методика «Рисунок семьи» (в интерпретации В. К. Лосевой)
3. Тест «Кактус» М. А. Панфилова
4. Тест для родителей «Тревожный ребенок» (Г. П. Лаврентьева и Т. М. Татаренко)

Работа с тревожным ребенком сопряжена с определенными трудностями и, как правило, занимает достаточно длительное время.

Рекомендуется проводить коррекционную работу с тревожными детьми в четырех направлениях:

1. Повышение самооценки.
2. Снятие мышечного напряжения.
3. Обучение детей умению управлять своим поведением.
4. Рекомендации родителям.

Повысить самооценку ребенка за короткое время невозможно. Необходимо ежедневно проводить целенаправленную работу.

Обращайтесь к ребенку по имени, хвалите его даже за незначительные успехи, отмечайте их в присутствии других детей. Однако ваша похвала должна быть искренней, потому что дети остро реагируют на фальшь. Причем ребенок обязательно должен знать, за что его похвалили. В любой ситуации можно найти повод для того, чтобы похвалить ребенка.

Как правило, тревожные дети не сообщают о своих проблемах открыто, а иногда даже скрывают их. Поэтому если ребенок заявляет взрослым, что он ничего не боится, это не означает, что его слова соответствуют действительности. Скорее всего, это и есть проявление

тревожности, в которой ребенок не может или не хочет признаться. В этом случае желательно привлечь ребенка к совместному обсуждению проблемы. Можно поговорить с детьми, сидя в кругу, об их чувствах и переживаниях в волнующих их ситуациях.

Можно на примерах литературных произведений показать детям, что смелый человек — это не тот, кто ничего не боится (таких людей нет на свете). Храбрый это тот, кто умеет преодолеть свой страх. Желательно, чтобы каждый ребенок сказал вслух о том, чего он боится. Предложите детям нарисовать свои страхи, а потом в кругу, показав рисунок, рассказать о нем. Подобные беседы помогут тревожным детям осознать, что у многих сверстников существуют проблемы, сходные с теми, которые характерны, как им казалось, только для них. Мы проводим пример следующих игр на повышение самооценки ребенка:

#### **«Похвалялки»**

Цель: Игра способствует повышению самооценки ребенка, повышает его значимость в коллективе.

Содержание: Все дети сидят в кругу (или за партами). Каждый получает карточку, на которой зафиксировано какое-либо одобряемое окружающими действие, ребенок должен «озвучить» карточку. Причем, начав словами «Однажды я...». Например, «однажды я помог товарищу в школе», или «Однажды я очень быстро выполнил домашнее задание» и т. д. На обдумывание задания дается 2-3 минуты. После чего каждый ребенок по кругу (или по очереди) делает краткое сообщение о том, как однажды он отлично выполнил то действие или совершил тот позитивный поступок, который указан в его карточке.

После того, как все дети выскажутся, взрослый может обобщить сказанное. Если же дети готовы к обобщению без помощи взрослого, пусть они сделают это сами. В заключении можно провести беседу о том,

что каждый ребенок обладает какими-либо талантами, но для того, чтобы это заметить, необходимо очень внимательно, заботливо и доброжелательно относиться к людям, окружающим нас.

### **Упражнение – «заряжатель» энергии «А у соседа тоже!»**

Цель: Игра способствует повышению самооценки ребенка, повышает его значимость в коллективе.

Каждый из участников по очереди хвалит что-то, что у него (на нем) есть (ушки, носик, юбку и пр.). Затем участники дотрагиваются до того, что назвал сосед справа и слева, и хором кричат: «А у соседа тоже!»

Желательно при работе с тревожными детьми использовать игры на телесный контакт.

Снятие мышечных зажимов. Очень полезны упражнения на релаксацию, техника глубокого дыхания, занятия йогой, массаж и просто растирания тела.

Ласковые прикосновения помогают тревожному ребенку обрести чувство уверенности и доверия к миру, а это избавляет его от страха насмешки, предательства.

Автор: Кудрина И. Л. Россия.

### **Консультация для родителей «Здоровье наших детей в наших руках»**

Цель:

Создание условий для повышения педагогической грамотности родителей (законных представителей) о здоровом образе жизни семьи и его значении в воспитании детей.

Задачи:

1. Ознакомить родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада.

2. Формировать у родителей мотивацию здорового образа жизни, ответственность за свое здоровье и здоровье своих детей.

3. Повысить педагогическое мастерство родителей по использованию здоровьесберегающих технологий в домашних условиях.

4. Развивать чувство единства, сплоченности.

Участники родительского собрания: родители, воспитатели, педагог – психолог.

Предварительная работа:

1. Анкетирование родителей с целью:

- выявления уровня компетентности родителей в знании законодательных актов по охране здоровья дошкольников;
- изучения уровня культуры здоровья семей воспитанников;
- изучения эмоционального благополучия ребенка дома.

2. Создание буклетов на тему «Мы за здоровый образ жизни»

Повестка дня:

I. Выступление воспитателя «Здоровье наших детей в наших руках».

II. Игровой тренинг с родителями «Здоровый образ жизни» (составление коллажа).

III. Выступление педагога – психолога И.Ю. Плехановой на тему «Психологическое здоровье детей раннего возраста»

Ход родительского собрания.

1. Выступление на тему «Здоровье наших детей в наших руках»



Добрый вечер, уважаемые родители! Прежде, чем начать наш разговор, давайте представим, что мы с вами отправляемся в путешествие. Прошу вас нарисовать воздушный шар.

В корзине шара нарисуйте себя. С собой мы берем девять важных ценностей: любовь, семья, друзья, здоровье, деньги, успех, удача, работа... Итак, мы с вами начинаем путешествие. Мы летим по голубому небу, светит яркое солнце, но вдруг шар начинает терять высоту. Мы падаем и нам необходимо выкинуть три из тех ценностей, которые у нас в корзине. Отлично. Теперь мы можем продолжить путешествие. Шар снова набирает высоту. Но через некоторое время шар снова теряет высоту и нам надо снова выкинуть балласт – еще три из взятых ценностей. Итак, что же у вас осталось.

Результат озвучивают родители, а педагог фиксирует данные на мольберте, прикрепляя магниты.

Обратите внимание, что здоровье оставили все.

Тема нашей встречи «Здоровье наших детей в наших руках».

Еще мудрый Сократ говорил: «Здоровье – не всё, но всё без здоровья – ничто». Здоровье нужно нам и нашим детям. И вряд ли, можно найти родителей, которые бы не хотели, чтобы их дети росли здоровыми. А, по вашему мнению, каков он здоровый ребёнок?

Высказывания родителей.

По определению специалистов Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

От самого человека зависит очень многое, и здоровье в том числе. Учеными доказано, что на 20% здоровье зависит от наследственных факторов, 20% от факторов внешней среды, 10% - от деятельности

системы здравоохранения, и 50 % - от образа жизни человека. Значит, наше здоровье зависит от наших привычек, от наших усилий по его укреплению.

Забота о воспитании здорового ребёнка является приоритетной в работе и нашего дошкольного учреждения. Главная цель детского сада - совместно с семьёй помочь ребёнку вырасти крепким и здоровым, дать ребёнку понять, что здоровье главная ценность жизни человека. В детском саду оздоровление детей происходит в течение всего дня. Сейчас я познакомлю вас с некоторыми здоровьесберегающими технологиями, которыми вы сможете воспользоваться и дома, играя со своим малышом.

Каждое утро начинается в группе с утренней зарядки. Утренняя зарядка помогает организму пробудиться от сна; способствует повышению работоспособности; улучшает самочувствие; дает бодрость.

«Если день начать с зарядки – значит, будет всё в порядке!» – так гласит народная поговорка.

Дыхательная гимнастика - восстанавливает нарушение носового дыхания, улучшает дренажную функцию лёгких, положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении и лёгочной ткани, повышает общую сопротивляемость организма, его тонус, улучшает нервно-психическое состояние.

Пальчиковая гимнастика. Пальчиковая гимнастика - развитие мелких движений кисти рук, подвижности пальцев. Провожу с детьми индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любое удобное время, а так же во время занятий.

Показ видеофрагмента пальчиковой игры.

Подвижные и спортивные игры.

Важнейшим ежедневным занятием с детьми являются подвижные игры. Мы часто удивляемся способностям детей целый день проводить в играх, иногда даже ругаем за неугомонность и неумение спокойно посидеть на одном месте. А между тем, для детей, такая двигательная активность жизненно необходима. Самой природой в ребенке заложена любовь к играм, к движению, которая приносит огромную пользу здоровью маленького человека. Организация подвижной игры является обязательной частью проведения НОД, развлечения или праздника. (Слайд 13). Вашему вниманию предоставляется видеотрегмент подвижной игры «Солнышко и дождик» с праздника осени.

Показ видео.

Физкультурные занятия (слайд 14).

Проведение физкультурных занятий 3 раза в неделю способствует не только физическому развитию малышей, но и формирует у детей жизненно необходимые в различных видах деятельности двигательные умения и навыки.

Прогулки (слайд 15).

Ежедневные прогулки в любую погоду, за исключением холодных температур (ниже -15 С). Они оздоравливают и развивают. Пока дети на свежем воздухе, в группе проводятся проветривание, влажная уборка.

Дневной сон (слайд 16).

Обязательный дневной сон, как один из периодов отдыха организма.

Дневной сон детям не просто нужен, он им необходим. Об этом же говорят практически все педиатры, психологи и неврологи.

Гимнастика после сна (Слайд 17)

Рациональное питание (слайд 18).

Рациональное питание является одним из основных факторов внешней среды, определяющих нормальное развитие ребенка, оказывает самое непосредственное влияние на его жизнедеятельность, рост, состояние здоровья.

Основным принципом правильного питания дошкольников служит максимальное разнообразие пищевых рационов.

Культурно – гигиенические навыки (слайд 19).

Большое значение в профилактике различных заболеваний принадлежит личной гигиене. Личная гигиена – это основа здоровой, полноценной и счастливой жизни ребенка.

Начиная с раннего возраста необходимо формировать у детей навык личной гигиены. Что делаем для этого мы, в детском саду и советуем делать Вам:

Мы учим детей:

- мыть руки по мере загрязнения и перед едой, сначала под контролем взрослого, а к концу года самостоятельно;
- насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем;
- объясняем значение каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека

Закаливание организма. (слайд 20).

Закаливание – это повышение устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды. В нашей группе, мы придерживаемся следующей схемы закаливания:

Осень: Умывание лица и рук прохладной водой, игры с водой, ходьба по «дорожке здоровья».

Зима: Ходьба босиком, воздушные ванны после сна, дыхательная гимнастика;

Весна- лето: Сон без маечек, корректирующая гимнастика после сна, солнечные и воздушные ванны.

Самомассаж. (Слайд 21). Провожу в различных формах физкультурно-оздоровительной работы или во время физ. минуток, в целях профилактики простудных заболеваний. Посмотрим фрагмент видео игры с массажными мячиками.(Слайд 22).

А теперь я предлагаю Вам поделиться своим жизненным опытом. У меня в руках мяч, он для нас будет эстафетной палочкой. Мы будем передавать его по кругу, и тот человек в чьи руки попал мяч, продолжает моё предложение. А предложение будет у нас одно для всех:

“Мой ребёнок будет здоров если я...”.

Ответы родителей.

А закончить свое выступление я хочу небольшой притчей.(Слайд 23).

Эта история произошла давным-давно в старинном городе, в котором жил великий мудрец. Слава о его мудрости разносилась далеко вокруг его родного города. Но был в городе человек, завидующий его славе. И вот он решил придумать такой вопрос, чтобы мудрец на него не смог ответить.

И он пошёл на луг, поймал бабочку. Посадил её между сомкнутых ладоней и подумал: «Спрошу-ка, я у мудреца: скажи, о, мудрейший, какая бабочка у меня в руках: живая или мёртвая?»

Если он скажет – живая, я сомкну ладони, и бабочка умрёт, а если он скажет – мёртвая, я раскрою ладони и бабочка улетит. Вот тогда все поймут, кто из нас умнее.

Завистник поймал бабочку, посадил её между ладонями и отправился к мудрецу. И он спросил у того: «Какая бабочка у меня в руках, о, мудрейший, – живая или мёртвая?» И тогда мудрец сказал: «Всё в твоих руках, человек!». (Слайд 24).

Наше здоровье и здоровье наших детей в наших руках.

Спасибо за внимание!

II. Игровой тренинг с родителями «Здоровый образ жизни»  
(составление коллажа).

Материал: различные газеты, журналы, рекламные буклеты; клей; ножницы; ватман.

- Уважаемые родители, а сейчас я Вам предлагаю разделиться на две группы и из сюжетных картинок газет, журналов, буклетов создать коллаж на тему «Здоровый образ жизни». Одному из участников вашей команде нужно будет представить его.

Решение родительского собрания.

1. Родителям принять к сведению информацию, прислушиваться и выполнять советы и рекомендации педагогов и специалистов детского сада по воспитанию здорового ребенка и приобщению детей к здоровому образу жизни.

2. Педагогам в течение дня большее внимание уделять применению здоровьезберегающих технологий.

Автор: Рубиян Э. Р. Россия.

### **Конспект НОД по физическому развитию для детей 2-3 лет «Путешествие с Зайкой»**

**Цель:** формирование двигательной активности детей посредством эмоционального воздействия сказочного персонажа, через потешки, динамическую паузу.

**Задачи:**

- упражнять детей в построении друг за другом, ходьбе колонной по ортопедическим дорожкам, подпрыгивать на месте;

- учить убегать в соответствии со словами потешки; в ползании на ладонях и коленях под дугами;

- развивать способность запоминать последовательность движений и двигательных действий.

- развивать двигательную активность детей, интерес к физкультурной деятельности;

- воспитывать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в игровом занятии.

Интеграция областей:

Социально-коммуникативное развитие:

- совместное выполнение заданий и участие в играх детей и родителей, что дает возможность накапливать опыт доброжелательных взаимоотношений со сверстниками и взрослым.

Познавательное развитие:

- беседа по лексической теме «Весна»;
- пересказ по теме «Весеннее пробуждение».

Речевое развитие:

- подбор глаголов и прилагательных к существительным;
- выделение первого звука в словах;
- звуковой анализ слова «Весна»;
- слоговой анализ слов - игра «Кто в домике живет?»

Художественно - эстетическое развитие:

- использование музыкальных фрагментов;
- составление картины по теме «Весна».

Физическое развитие:

- общеразвивающая гимнастика;
- артикуляционная гимнастика;
- круговая тренировка;

- игра «Воробьи – вороны»;

- релаксация.

**Инвентарь:** «Персонаж Зайка» маска, ортопедические дорожки, мягкие модули дуги Н - 50 см, гимнастическая скамейка, музыкальное сопровождение, мягкая игрушка,

**Ход занятия.**

**Инструктор:** Ребята, здравствуйте! Посмотрите в гости к нам пришел Беленький зайка: «*Здравствуйте, дети!*». Зайчик, а почему ты грустный такой? В лесу холодно, а домика у меня нет. Надо помочь ему найти, теплый домик. Ребята, поможем найти домик? – Да.

**И часть.** Построение друг за другом.

- Тогда отправляемся в Зимний лес.

Ходьба по дорожкам.

«По дорожкам, по дорожкам, шагают наши ножки»

(Музыкальное сопровождение)

«Побежали, побежали и немножко мы устали» (Музыкальное сопровождение)

А теперь мы в круг встаем! Перестроение в круг.

**Инструктор:** Где живут зайчики? (*ответы детей*).

Правильно, зайка живет в лесу. Ребята расскажите о зайчике.

У зайчика ушки

торчат на макушке,

Любит он вкусный

листик капустный.

Бегает быстро

и прыгает ловко,

Всё потому, что

ест он морковку!



## **Е. Малёнкина**

**Инструктор:** Молодцы ребята, теперь мы знаем какой зайка, и что умеет делать.

**Инструктор:** Ребятки, часть пути мы уже прошли, но теперь нам нужно преодолеть самые сложные препятствия.

Ребята, посмотрите, сколько снега намело в лесу. Чтобы нам не замерзнуть и не провалиться в снег, поприветствуем зиму!

### **II Основная часть.**

ОРУ «Зимушка зима» Д/П

Здравствуй Зимушка – зима! (поклон)

Что в подарок принесла? (развести руки в стороны)

Белый снег пушистый, (присед, круговые движения руками по воображённому снегу)

Иней серебристый (встаем, руки вверх)

Льжи, санки и коньки, (имитация движений)

И на елке огоньки! (поднимаем руки вверх, крутим «Фонарики» повторяется два раза)

**Инструктор:** Согрелись! - да.

Идем дальше, искать норку. (Музыкальное сопровождение)

### **ОВД:**

1. Ползание на четвереньках под дугами.

Следить, чтобы дети во время выполнения упражнения смотрели вперед, при вставании поднимали руки вверх. Задание малыши выполняют друг за другом (2-3 раза).

**Инструктор:** Молодцы, ребята! Наконец нашли мы в лесу домик, где живет зайка. Зайка очень рад, что мы помогли отыскать домик теплый и уютный! Давайте все вместе обнимем зайку!

Зайка хочет, с нами поиграть!

Инструктор произносит текст потешки:

«Зайка серенький сидит и ушами шевелит.

Вот так, вот так он ушами шевелит.

*(Дети шевелят кистями рук, подняв их к голове).*

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть.

*(Со слова «Хлоп» и до конца фразы дети хлопают в ладоши).*

Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать.

*(Со слов «скок-скок» дети подпрыгивают на обоих ногах на месте).*

Зайку кто-то испугал, зайка прыг и убежал!»

**Инструктор:** Молодцы, ребята мы помогли зайчику найти домик! Поиграли с зайкой, а теперь давайте попрощаемся с ними, скажем «До свидания!» и отправимся в свой детский сад. Дети прощаются с зайкой, уходят на свои места.

III часть. Спокойная ходьба за инструктором.

Автор: Мазова А. Е. Россия.

### **Формирование эмоциональной саморегуляции у детей или как помочь детям управлять своими эмоциями.**

Не секрет, что современная жизнь очень сложна и динамична, и выжить в таком ритме могут люди с очень «гибкой» психикой, то есть с умением приспосабливаться к резким поворотам этой «жизненной волны».

В процессе жизни каждый из нас учится справляться с неудачами, делать из них выводы и идти дальше. Принимать решения, разбираться в своих желаниях, строить планы и следовать им. Находить подходы и отличать главное от второстепенного. И всё это является частью одного целого – контроля над своими эмоциями.

Что же такое эмоции?

Эмоции (от латинского *Emovere* – волновать, возбуждать) – это особый класс субъективных психологических состояний, отражающихся в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного или неприятного отношения к миру и людям (И.Кондаков «Психологический словарь»).

Эмоции помогают ребенку не только сигнализировать окружающим о своем состоянии и, таким образом, воздействовать на них, но и понимать других детей и взрослых. Эмоции являются своего рода внутренним языком, системой сигналов, посредством которых дети узнают о потребностной значимости происходящего.

Чтобы справиться со своими эмоциями, необходимо понимать, что именно ты чувствуешь. Значит, нужно познакомить детей с эмоциями. Порой ребенок, не понимая, что с ним происходит, становится злым, агрессивным, неуправляемым (как кажется окружающим). Нет, это просто защитная реакция детской нервной системы-помогите понять ребенку, почему так возникает.

«Все эмоции очень нужны человеку (радость – делает людей счастливыми, страх – предостерегает от опасностей, грусть и обида – помогают понять людям, что им чего-то или кого-то не хватает, злость – помогает человеку в спорте). Эмоции делают жизнь человека интереснее и красочней!»

### ***Упражнение «Нарисуй свою обиду»***

Детям предлагается сесть удобно, закрыть глаза и представить свою обиду – на что она похожа, затем нарисовать ее. После завершения рисования эмоции обиды детям предоставляется возможность рассмотреть рисунки других детей. Следует обратить внимание на цвет, форму, размер в изображениях эмоции обиды, отметить сходство и различие рисунков.

### ***Игра «Мне грустно, когда...»***

Дети стоят в кругу и по очереди, передавая друг другу мяч, заканчивают предложение: «Мне грустно, когда...» После того, как все дети выскажутся, взрослый обобщает ответы детей, перечисляет основные причины возникновения грусти. Как правило, дети называют: одиночество, отсутствие друзей, скуку, отсутствие дела, занятия.

### ***Игра «Моя злость похожа на...»***

Дети сидят в кругу и по очереди, показывая выбранную игрушку, рассказывают о своей злости. Чтобы детям легче было выполнить задание, взрослый может начать с себя. В своем рассказе он должен сказать, почему его злость похожа на эту игрушку, какая она, в каких ситуациях проявляется и как проявляется в поведении.

После того, как все дети выскажутся, взрослый обобщает ответы детей, перечисляя основные причины возникновения злости (агрессивное поведение со стороны детей, взрослых, лишение или ограничение чего-либо очень важного для ребенка)

### ***Упражнение «Мой страх»***

Детям предлагается нарисовать свой страх и рассказать о нем. Обобщить, что страх испытывают все: и взрослые, и дети. Это такая же естественная эмоция, как и обида, грусть, злость. Назвать те причины страха, которые дети называют чаще всего (страх встречи с животными, сказочными персонажами, страх остаться одному или в темноте)

### ***Игра «Люди радуются, когда...»***

Дети сидят в кругу и по очереди выбрасывают в центр круга кубик, на гранях которого изображены взрослые и дети. Бросивший кубик называет, чему радуется тот, кто нарисован на картинке. Игра повторяется несколько раз, чтобы у детей была возможность высказать и назвать все причины радости.

Подобно тому, как умения ходить, разговаривать и пользоваться туалетом являются последовательными ступенями в развитии ребенка, так и регулирование эмоций оказывается возрастным достижением, то есть оно не дается при рождении – и, следовательно, требует обучения.

По мере овладения речевыми навыками возрастает и способность ребенка распознавать свои эмоции, мысли и намерения, что помогает ему регулировать эмоциональные реакции.

Почему-то в сознании большинства из нас контроль над эмоциями ассоциируется прежде всего с их подавлением, но ни один человек, тем более ребёнок, не может запретить себе чувствовать то, что он чувствует. Подавленный гнев, страх, ревность вытесняются из сферы сознательного в подсознание и, уйдя в «слепую зону» нашего «Я» деформирует психику, оборачиваясь неврозами, ночными кошмарами, психосоматическими заболеваниями. Поэтому наша задача – научить ребенка не сдерживать эмоции, а контролировать их.

Для того, чтобы помочь детям справиться со своими чувствами, взрослому стоит знать несколько простых и универсальных приемов воспитания.

### ***Упражнение «Рассерженные шарики» (обида)***

Взрослый предлагает каждому ребенку надуть шарик и завязать его – шарик может символизировать тело, а находящийся в нем воздух – обиду. Что может случиться, если обида переполнит человека?

Предложить одному ребенку прыгнуть на шарик, чтобы шарик лопнул (или взрослый протыкает шарик чем-нибудь острым).

Подвести детей к пониманию того, что если копить в себе обиду, то это может разрушить человека, навредить его здоровью, а если «выплескивать» обиду на других, то это приведет к ссорам, непониманию, потере друзей.

Взрослый предлагает надуть еще один шарик, но на этот раз не завязывать, а крепко держать его (шарик по-прежнему - тело, а воздух в нем – обида). Детям предлагается выпустить из шарика немного воздуха и вновь крепко зажать его. Обратит внимание на то, что шарик остался целым, не взорвался, никому не навредил – когда мы выражаем свою обиду безопасным способом, мы никому не причиняем вреда.

### ***Упражнение «Смешные рожицы» (грусть)***

Детям предлагается, используя зеркала, найти способ, который поможет улучшить их эмоциональное состояние. Предоставить детям возможность в течение 2-3 минут погримасничать, покривляться перед зеркалом. В конце упражнения обратить внимание, как данная игра быстро и легко поднимает настроение.

### ***Упражнение «Барабанная дробь» (злость)***

Детям предлагается бить, стучать, ударять в барабан. Способы и варианты выполнения задания дети находят самостоятельно. Упражнение выполняется до момента наступления пресыщения.

### ***Упражнение «Победи свой страх» (страх)***

Детям предлагается нарисовать на листе бумаги свой страх. После того, как ребенок изобразит то, чего он боится, предложить детям самостоятельно выбрать способ его преодоления: порвать, разрезать, выбросить в ведро, заштриховать, украсить его, сделать смешным и безобидным. Обозначить, что страх можно победить и сделать это может каждый ребенок самостоятельно, для этого нужен лист бумаги и карандаш. Обратить внимание детей на то, что у каждого достаточно внутренних сил для преодоления страха.

### ***Игра «Передай радость» (радость)***

Дети стоят в кругу (в затылок друг другу, ладони лежат на спине ребенка, стоящего впереди). Детям предлагается в течение 2-3 минут движениями рук ласково, нежно прикоснуться к другому ребенку (всей ладонью, подушечками пальцев). Упражнение можно выполнять под музыкальное сопровождение.

В конце упражнения предложить высказаться, как они себя чувствуют, были ли их ощущения приятными, радостными. Подчеркнуть, что радость можно передавать словами и прикосновениями. Совместное переживание радости делает человека еще более радостным и счастливым. Дарить радость другому ребенку или взрослому это очень приятно.

Каждому из нас хочется, чтобы наши дети выросли здоровыми и счастливыми, чтобы они умели радоваться окружающему миру и успешно

прожитому дню, чтобы они были уверены в своих силах и умели бороться с трудностями, стойко переносили удары судьбы, сохраняли душевное спокойствие в самых непредвиденных ситуациях. Только взрослый может помочь ребенку справиться со своими чувствами и понять окружающую действительность.



Международный педагогический портал  
**ДОШКОЛЯТА РОССИИ**



ОБРАЗЕЦ

Тираж 15 экз  
«Свободная цена».  
301382 Тульская область, п. Новогуровский, ул. Юбилейная.