Государственное казённое учреждение социального обслуживания  
Краснодарского края  
«Камышеватский социально-реабилитационный центр для

несовершеннолетних»

**Проект**

**«Будь здоров, малыш!»**

Заяц Екатерины Ивановны,

воспитателя ГКУ СО КК

«Камышеватский СРЦН»

Дата проведения: 05.06. – 26.06.2019 г.

ст-ца Камышеватская

- 2019 -

**Оглавление**

1. Паспорт проекта

2. Обоснование необходимости разработки проекта

3. Актуальность темы

4. Проблема

5. Объект проекта

6. Гипотеза проекта

7. Цель проекта

8. Педагогические задачи

9. Предполагаемые результаты реализации проекта

10. План реализации проекта

11. Заключение

12. Список использованной литературы и источников

**Паспорт краткосрочного проекта для детей 4-7 лет**

**«Будь здоров, малыш!»**

Название организации:

Государственное казенное учреждение социального обслуживания Краснодарского края «Камышеватский социально – реабилитационный центр для несовершеннолетних»

Адрес:

353650, Краснодарский край, Ейский район, ст. Камышеватская, ул. Мира, 6 «А»

Телефон: 8(86132) 96-2-05

Автор проекта:

Воспитатель 1 категории

Заяц Екатерина Ивановна

Продолжительность проекта: краткосрочный (3 недели)

Сроки проведения: с 5 июня по 26 июня 2019 года

Тип проекта: практико-ориентированный, групповой

Участники проекта:

дети группы №3 «Смешарики», воспитатели, мед. работники

**«Если маленький человек не оставил частицы своего сердца в кукле, лошадке, плюшевом медвежонке, птичке, нежном и беззащитном цветке, деревце, в любимой книге — для него недоступно глубокое чувство человеческой дружбы, верности, преданности, привязанности».**

**В. А.Сухомлинский**

**Актуальность темы**

В среднем и старшем дошкольном возрасте повзрослевшие дети самоустанавливаются, утверждаются в коллективе детей, формируются дружеские отношения и умения сотрудничать, повышается внимание к сверстнику, как к партнеру, для совместной деятельности и общению.

Современные дети отличаются эмоциональной бедностью и равнодушием к окружающим их людям. Не умеют общаться, сопереживать другим. Зло, насилие, которое они видят с экрана телевизора делает их жестокими, агрессивными. Дети не проявляют сочувствия к другим людям, конфликтуют с другими детьми, становятся эгоистами. Очень важно научить ребенка, уже с самого маленького возраста умению правильно общаться со сверстниками, формировать дружеские взаимоотношения. Наиболее важные правила дружбы отображают, по своей сути, идеальные отношения между людьми.

Говоря об актуальности выбранного направления работы, хотелось бы отметить, что каждый год в наш коллектив приходят новые дети, поэтому одной из первостепенных задач педагогов нашей группы будет создание оптимальных условий для формирования единого коррекционно-развивающего пространства.

Именно поэтому актуальной становится разработка проекта «Секреты дружбы».

**Проблема**

Дети часто при общении друг с другом используют в речи понятия: дружба, друг, друзья, дружеские отношения. А что же обозначают эти понятия? Кто такие друзья? Как нужно дружить? На эти и многие другие вопросы необходимо найти ответы.

**Объект   проекта:** формирование понятий «Друг», «Дружба».

**Цель проекта:** формирование у детей представления о дружбе, доброжелательном отношении друг к другу.

**Предметом   проекта**  является  содержание,  формы,  средства  и  методы формирования представлений  о  дружбе  детей  дошкольного  возраста.

**Гипотеза исследования**

Исходя из того, что дружба является одной из человеческих ценностей и может сделать человека счастливым, то необходимо придерживаться правил дружбы, чтобы дружба была настоящим счастьем для друзей.

В  соответствии  с  целью  и  гипотезой исследования поставлены  следующие **педагогические задачи:**

**Образовательные:**

* расширять и систематизировать представления детей о том, что значит «уметь дружить», научить осмысливать и оценивать ситуацию, самостоятельно понимать мотивы поведения и соотносить эти мотивы существующим нормам поведения;
* способствовать формированию личного отношения ребенка к соблюдению и нарушению моральных норм: сочувствие обиженному и несогласие с действиями обидчика, одобрение действий того, кто поступил справедливо;
* побуждать детей к коллективной деятельности, способствовать возникновению и накоплению положительного опыта общения.

**Развивающие:**

* развивать добрые чувства, эмоциональную отзывчивость, умение различать настроение и эмоциональное состояние окружающих людей и учитывать это в своем поведении;
* развивать связную речь, обогащать словарный запас.

**Воспитательные:**

* воспитывать культуру поведения и общения, привычку следовать правилам культуры;
* воспитывать чувство коллективизма, сплоченности, умение работать в команде;
* воспитывать социально-коммуникативные навыки (отзывчивость, доброту, сочувствие, сострадание, сопереживание, дружелюбие, умение договариваться друг с другом).

**Предполагаемые результаты реализации проекта:**

* формирование коммуникативной компетентности воспитанников по теме «Секреты дружбы»;
* систематизация знаний о дружбе, нормах поведения и правилах взаимоотношений со сверстниками, применение полученных знаний на практике;
* использование основных форм речевого общения между детьми, диалоголизации речи в ситуации творческого и игрового общения;

улучшение микроклимата в группе;

* создание детского альбома рисунков «Мой друг».

**План реализации проекта:**

**1. Подготовительный этап**

1. Подбор соответствующей литературы по данной тематике.

2. Подбор дидактических игр и упражнений.

3. Подготовка методического обеспечения.

4.Чтение И. Вачкова «Праздник дружбы», обсуждение, беседа по содержанию.

**2. Этап реализации**

1. Беседы о дружбе и друзьях «Кто такой друг?», «Что такое дружба?», «Как дружить и не ссориться?», «Старый друг лучше новых двух».

2. Пословицы и поговорки о дружбе и друзьях.

3. Чтение сказки «Пузырь, соломинка и лапоть».

4. Чтение рассказа В. Осеевой «Три товарища».

5. Составление рассказа «Мой лучший друг».

6. Беседа - рассуждение «Зачем нам друзья?»

7. Драматизация сказки «Кот, петух и лиса».

8. Игры и упражнения «Узнай по голосу», «Спиной друг к другу», «Дай совет», «Комплимент».

9. Дидактические игры на сплочение коллектива «Скажи кто твой друг», «Добрые слова».

10. Продуктивная деятельность: рисование «Портрет друга», аппликация «Подарок другу».

11. Просмотр мультфильма «Самый большой друг», обсуждение и беседа по содержанию.

**3. Заключительный этап**

1. Составление правил дружбы.

2. Досуг «Всем советуем дружить»;

3. Создание детского альбома рисунков «Мой друг».

**Заключение**

Детские  взаимоотношения  постоянно  находятся  в  зоне  внимания  педагога    группы.  Именно  в  этих  группах  формируется  умение  войти  в  детский  коллектив,  установить  дружеские  отношения  и  сотрудничество. У  детей  формируется  чувство  «единой  семьи»,  углубляется  интерес  к сверстнику  как  к  партнёру  для  общения  и  деятельности.

Педагоги  продолжают  расширять  и  углублять  представления  детей  о  важности  проявления  доброжелательности  по  отношению  друг  к  другу  и  к  окружающим  людям.  Предметом  особого  внимания  дошкольников  становятся  правила  поведения  и  взаимоотношения  в  группе.

          В  соответствии  с  целью  и  гипотезой  были  реализованы   следующие  задачи:

* дано  понятие «Что такое дружба»;
* сформированы  навыки оказывать поддержку друг другу;
* сформировано умение замечать положительные качества другого человека и говорить о них;
* сформировано умение правильно оценивать свои поступки и поступки своих друзей;
* активизировано  умение детей к совместной деятельности;
* сформировано дружелюбие, доброжелательное отношение друг к другу, сопереживание, сочувствие, взаимопомощь, потребность проявлять доброту, заботу, внимательное отношение к окружающим, способствовать сплоченности коллектива.
* развиты коммуникативные навыки, социально - коммуникативные качества (сотрудничество, гибкость, терпимость, умение поддерживать развивающий диалог, умение применять свои знания на практике, развивать творчество в художественно - продуктивной деятельности);
* расширены  и систематизированы  знания о культуре поведения и взаимоотношениях между детьми.

**Список используемой литературы и источников:**

1. Бабаева, Т.И. Образовательная  область «Социализация»  учебно – методическое пособие / А.Г. Гогоберидзе.  – СПб.: Детство – Пресс,  2012.  256с.;

2. Фесюкова,  Л.Б. Комплексные  занятия  по  воспитанию  нравственности  для  детей 4 – 7 лет / Л.Б. Фесюкова. –Х.: ЧП  «АН  ГРО  ПЛЮС»,  2010. – 192 с.;

3. Хухлаева,  О.В.  Тропинка  к  своему  Я /  О.В.  Хухлаева. – М.: Генезис, 2004. – 175с.;

4. Шипицина,  Л.М.  Азбука  общения  /  Л.М.Шипицина, – СПб.:  Детство – Пресс,  2010. – 384с.;

5.О.В.Баженова «Тренинг эмоционально-волевого развития для дошкольников»;

6. О.В. Хухлаева «Тропинка к своему Я»;

7. <https://педпроект.рф/великоредчанина-н-н-проект/>;

8.https://dohcolonoc.ru/proektnaya-deyatelnost-v-detskom-sadu/6360-proekt-druzhba-nachinaetsya-s-ulybki.html.о

**Паспорт краткосрочного проекта для детей 4-7 лет**

**«Будь здоров, малыш!»**

Название организации:

Государственное казенное учреждение социального обслуживания Краснодарского края «Камышеватский социально – реабилитационный центр для несовершеннолетних»

Адрес:

353650, Краснодарский край, Ейский район, ст. Камышеватская, ул. Мира, 6 «А»

Телефон: 8(86132) 96-2-05

Автор проекта:

воспитатель 1 категории, Заяц Екатерина Ивановна

Продолжительность проекта: краткосрочный (2 недели)

Сроки проведения: с 15 июля по 30 июля 2020 года

Тип проекта: групповой, практико - ориентированный

Участники проекта:

дети группы №3 «Смешарики», воспитатели

**«Купить можно много:  
Игрушку, компьютер,  
Смешного бульдога,  
Стремительный скутер,  
Коралловый остров  
(Хоть это и сложно),  
Но только здоровье  
Купить невозможно.  
Оно нам по жизни  
Всегда пригодится.  
Заботливо надо  
К нему относиться»**

**А. Гришин**

**Обоснование необходимости разработки проекта «Будь здоров, малыш!»**

Самое драгоценное у человека - здоровье. Только здоровый, всесторонне развитый, образованный человек способен быть настоящим творцом собственной судьбы. Здоровье нельзя купить ни за какие деньги. Но сформировать его и сохранить на долгие годы может каждый из нас.

Здоровье - это не только отсутствие болезней, это состояние хорошей работоспособности, творческой отдачи, эмоционального тонуса, того, что создает фундамент будущего благополучия личности.

Забота о здоровье ребенка стала занимать во всем мире приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, развитые, активные и здоровые.

Значение культа здоровья значительно возрастает. Еще В.А. Сухомлинский писал: «Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». «Здоровье - это вершина, которую должен каждый покорить сам» - так гласит восточная мудрость. Задача педагогов - научить детей покорять эту вершину.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим.

Растить детей здоровыми, сильными, жизнерадостными - задача каждого учреждения. Быть в движении – значит укреплять здоровье.

Невозможно представить жизнь ребёнка без весёлых развлечений, шумных праздников и соревнований. Одни развивают сообразительность, другие - смекалку, третьи - воображение и творчество, но объединяет их общая задача - воспитание у ребёнка потребности в движении и эмоциональном восприятии жизни.

Итогомтесного сотрудничества педагогов, детей и специалистов центра явился проект «Будь здоров, малыш!» Участие в разнообразных мероприятиях позволяет детям проявить себя во всех видах деятельности. Главное, чтобы дети сами захотели проявить свои способности и таланты.

Практика показала, что использование проектной формы организации образовательного процесса имеет более эффективное значение для воспитания начал здорового образа жизни, развивает желание заниматься физкультурой.

**Актуальность темы**

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Привычка к здоровому образу жизни - это главная, основная, жизненно важная привычка.

В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались. Быть здоровым - естественное стремление человека. Сегодня важно формировать и поддерживать у детей интерес к оздоровлению. Помочь понять им, что здоровье означает не только отсутствие болезней, но и психическое и социальное благополучие.

В здоровом теле - здоровый дух. Физическое здоровье обуславливает эмоциональную и интеллектуальную сторону нашей жизни. Для того чтобы ребёнок стал физически, психологически и социально здоровой личностью, нужно объединить усилия как педагогов, специалистов, так и мед. работников.

Реализация проекта «Будь здоров, малыш!» поможет воспитать ценностное отношение ребенка к своему здоровью и жизни. Сформирует потребность детей к двигательной активности, закрепит знания детей о том, как сохранить и укрепить здоровье.

**Проблема**

Проблема охраны здоровья детей стоит очень остро. Залогом хорошего здоровья является физическое развитие, закаливание, профилактика заболеваний. Организм ребенка интенсивно растет и развивается, закладываются ценности здорового образа жизни. Понимая важность здорового образа жизни, я решила создать проект под названием «Будь здоров, малыш!»

**Объект   проекта:** формирование понятия «Здоровый образ жизни».

**Гипотеза проекта**

Гипотезой проекта явились предположения о том, что у детей дошкольного возраста возможно качественно повысить представления о культуре здоровья и здоровом образе жизни.

**Цель проекта:** сформировать представление у дошкольников о здоровом образе жизни.

**Педагогические задачи:**

**Образовательные:**

* закрепить знания детей о понятии «здоровье»;
* уточнить правила сохранения здоровья;
* сформировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья;
* удовлетворить природную потребность детей в движении.

**Развивающие:**

* развивать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, познавательный интерес, творческие способности.

**Воспитательные:**

* воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.

**Предполагаемые результаты реализации проекта:**

* расширять у детей представление о здоровом образе жизни;
* проявлять бережное отношение к своему здоровью и здоровью других детей.

**План реализации проекта:**  
  
**1. Подготовительный этап**  
  
1. Подбор методической литературы, дидактических игр, иллюстрированного материала.  
2. Рассматривание альбомов «Виды спорта», «Азбука здоровья».  
3. Чтение и обсуждение произведений по теме.  
4. Подбор подвижных игр в группе и на воздухе.  
5. Подбор наглядного материала.  
  
**2. Основной этап**  
  
1. Беседа с детьми « Мое здоровье» (приложение № 1)  
2. Беседа с детьми «Зачем нужны витамины?» ( приложение №2)  
3. Игровая ситуация «Как защититься от микробов?» (приложение №3)  
4. Дидактическая игра «Полезные продукты» (приложение №4)  
5. Беседа «Зачем людям спорт?» (приложение №5)  
6. Подвижные игры, эстафеты на участке (картотека подвижных игр)  
8. Загадки про спорт и здоровый образ жизни (приложение № 6)  
9. Чтение произведений А. Барто «Зарядка», «Мы с Тамарой – санитары», С. Михалков «Прививка», «Тридцать шесть и пять», энциклопедия для детей «Почемучка».  
  
**3. Заключительный этап**1. Тематическая выставка детских рисунков.  
2. Изготовление альбома «Здоровый образ жизни».

**Заключение**

Здоровье человека – жизненно важная ценность. Чтобы сохранить и укрепить здоровье, необходимо научиться управлять своим организмом. Но для того, чтобы управлять организмом, надо, прежде всего, знать его: как он устроен, как работает, что для него полезно, а что вредно, понимать его ценность.

В настоящее время воспитатели обеспокоены проблемой здоровья детей. Очень важным является формирование у ребёнка правильного отношения к своему здоровью, навыков здорового образа жизни. Как это сделать? Как нацелить ребёнка на то, что нужно ухаживать за своим телом, своей кожей, беречь глаза, уши, зубы, руки и ноги? Как научить его следовать определённому режиму дня, заботится о сне, о питании? Как помочь ему уберечь себя в мире, полном опасностей и неожиданностей?

Данный проект разработан с целью решения этой проблемы, а именно с целью создания необходимых условий для понимания ценности здоровья и способов его сохранения детьми дошкольного возраста.

Предложенный комплекс мероприятий позволит:

* сформировать у детей представление о своем здоровье, мерах его сохранения и укрепления;
* возникновению у детей мотивации к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих;
* повысить сопротивляемость организма детей к заболеваниям.

Таким образом, путем реализации проекта «Будь здоров, малыш!» осуществляется комплексный подход в формировании культуры ЗОЖ у воспитанников нашего реабилитационного центра.

**Список используемой литературы и источников:**

1. Анохина И.А. Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни: методические рекомендации. - Ульяновск: УИПКПРО, 2007. -80с.;

2. Аверина И.Е. Физкультминутки и динамические паузы в ДОУ. -М: Айрис-Пресс, 2006. -136с.;

3. Анохина И.А. Модель формирования у дошкольников культуры здоровья в ДОУ: методические рекомендации. - Ульяновск: УИПКПРО, 2008. -44с.;

4. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2008. - 160с.;

5. Сековец Л.С.    Программа комплексной физической реабилитации детей с нарушением опорно- двигательного аппарата из-во «Школьная Пресса», 2008г.;

6. Е. И. Гуменюк Недели здоровья в детском саду «Детство-Пресс», 2013г.;

7. Е. И. Гуменюк Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в детском саду Первые уроки здоровья «Детство-Пресс», 2013г.

**Приложения**

**Приложение № 1**

**Беседа «Мое здоровье»**

- Здоровье - это счастье! Это когда ты весел и все у тебя получается. Здоровье нужно всем - и детям, и взрослым, и даже животным.  
Что нужно делать, чтобы быть здоровым?  
Нужно хотеть и уметь заботиться о здоровье. Если не следить за своим здоровьем, можно его потерять?  
Нужно ли соблюдать режим дня? Вот в нашем центре соблюдается режим дня, а вы дома соблюдаете его?  
А утром вы умываетесь? Чистите зубы? Делаете зарядку? Причесываетесь?  
А зачем мыть руки?  
А нужно ли правильно сидеть за столом, когда вы рисуете?  
А зачем нам нужен носовой платок?  
А что такое микробы?  
Какую воду нужно пить?  
Скажите, здоровье нужно человеку?  
  
**Приложение № 2**

**Беседа «Зачем нужны витамины?»**  
  
- Ребята, вчера мне рассказали, что наши дети стали чаще болеть, им не хватает витаминов. Витамины очень нужны детям для укрепления организма. Их дети очень любят. Витамины очень полезные.  
А вы, ребята, пробовали витамины?  
А для чего нужны витамины?  
Конечно, витамины есть не только в таблетках, но и во многих продуктах.  
А в каких продуктах есть витамины?  
Нужно есть больше овощей и фруктов. В них много витаминов А, В, С, Д. В каких продуктах они содержатся и для чего нужны? Витамин А содержится в моркови, рыбе, сладком перце, яйцах, петрушке. Он важен для зрения. Витамин В содержится в мясе, молоке, хлебе, курице. Витамин С содержится в цитрусовых, капусте, луке, редисе, смородине. Витамин Д содержится в солнце, рыбьем жире. Он полезен для костей.  
Вы запомнили, а теперь скажите, где еще мы можем встретить витамины?  
  
**Приложение № 3**

**Игровая ситуация «Как защититься от микробов?»**  
  
- Ребята, а вы знаете, кто такие микробы? Представьте, в нашей группе поселился микроб. Что вы будете делать? (Ответы детей). Микробы они очень маленькие и живые. Они попадают в организм и вызывают болезни. Они живут на грязных руках. Они боятся мыла. Микроб - ужасно вредное животное, коварное и главное щекотное. Такое вот животное и в живот залезет, и спокойно там живет. Залезет шалопай, куда захочет. Гуляет по больному и щекочется. Он горд, что столько от него хлопот: и насморк, и чихание.  
- Вы, ребята, моете руки перед едой? Ой, братец микроб хитер, если ты не помыл руки, ты станешь выглядеть через некоторое время больным и простуженным.   
Вместе с детьми можно рассмотреть ситуации защиты от микробов и сделать вывод, который дети должны хорошо усвоить: не есть и не пить на улице; всегда мыть руки с мылом, вернувшись с улицы, перед едой, после туалета.  
- Что мы делаем, чтобы защитить себя от микробов? (Есть только мытые овощи и фрукты; когда чихаешь или кашляешь, закрывать рот и нос платком; есть только из чистой посуды).  
  
**Приложение № 4**

**Дидактическая игра «Полезные продукты»**Воспитатель:  
- Я зачитаю четверостишия о продуктах. Если в них говорится о полезных вещах, то вы все вместе говорите: «Правильно, правильно, совершенно верно!» А если о том, что для здоровья вредно, вы молчите.  
1. Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок,

И тогда ты точно будешь очень строен и высок.

2. Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить.

Ешь конфеты, жуй ирис, строен стань как кипарис.

3. Чтобы правильно питаться, вы запомните совет:

Ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу мед и виноград.

4. Нет полезнее продуктов - вкусных овощей и фруктов.

И Сереже и Ирине всем полезны витамины.

5. Наша Люба булки ела и ужасно растолстела.

Хочет в гости к нам прийти, в дверь не может проползти.

6. Если хочешь быть здоровым, правильно питайся,

Ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся.  
   
  
**Приложение № 5**

**Беседа «Зачем людям спорт?»**  
  
- Ребята, вы любите заниматься спортом?  
Спорт – это что?  
Зачем люди занимаются спортом?  
Игровая ситуация: «Я плохо бегаю, каким видом спорта, я должна заниматься?... плаваю?...не умею кататься на коньках?....плохо прыгаю?...  
Вывод: если заниматься спортом, то ты будешь сильным, ловким, крепким, здоровым.

**Картотека подвижных игр**

**«Мышеловка»**

Цель: развивать у детей выдержку, умение согласовывать движения со словами, ловкость. Упражнять в беге и приседании.

Описание игры: играющие делятся на две неравные команды, большая образует круг – «мышеловку», остальные – мыши. Слова:

Ах, как мыши надоели,

Все погрызли, все поели.

Берегитесь же плутовки,

Доберемся мы до вас.

Вот расставим мышеловки,

Переловим всех сейчас!

Затем дети опускают руки вниз, и «мыши», оставшиеся в кругу встают в круг и мышеловка увеличивается.

**«Гори, гори ясно!»**

Цель: развивать у детей выдержку, ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге.

Описание игры: играющие становятся в колонну парами. Впереди колонны на расстоянии 2-3 шагов проводится линия. «Ловящий» становится на эту линию. Все говорят:

                 Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

                 Глянь на небо-

Птички летят,

                 Колокольчики звенят!

Раз, два, три – беги!

После слова «беги» дети, стоящие в последней паре, бегут вдоль колонны (один слева, другой – справа), стремясь схватить за руки впереди ловящего, который старается поймать одного из пары раньше, чем дети успеют встретиться и соединить руки. Если ловящему это удается сделать, то он образует пару и становится впереди колонны, а оставшийся – ловящий.

**«Хитрая лиса»**

Цель: развивать у детей выдержку и наблюдательность. Упражнять в быстром беге, в построении в круг, в ловле.

Описание игры: играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга очерчивается «дом лисы». Дети закрывают глаза, а воспитатель обходит круг и дотрагивается до одного из играющих, который становиться «хитрой лисой». Дети открывают глаза. Играющие три раза спрашивают хором сначала тихо, а затем громче: «Хитрая лиса, где ты?» Хитрая лиса выходит на середины круга, поднимает руку и говорит: «Я здесь!» Дети разбегаются, а «лиса» ловит. Пойманного - в дом. Продолжительность 6-8 минут.

**«Спрячь руки за спину»**

Цель: развивать у детей быстроту реакции на сигнал. Упражнять в беге, в ловле, закреплять правильную осанку.

Описание игры: выбирают водящего – «ловишка», стоит в середине площадки. Остальные стоят в разных местах площадки и держат руки за спиной. По слову воспитателя «начинай» играющие опускают руки и начинают бегать в любом направлении, но только в пределах границ площадки, обозначенной флажками. Задача ловишки – поймать кого – либо из играющих, но касаться можно только тех, у кого руки опущены. Если играющий успел заложить руки за спину и сказать «не боюсь», ловишка не может его трогать. Если ловишка не сумел поймать никого – назначается другой. Продолжительность 5-7 минут.

**«Угадай, что делали»**

Цель: развивать у детей выдержку, инициативу, воображение.

Описание игры: выбирают одного ребенка, который отходит на 8 – 10 шагов от остальных и поворачивается спиной. Дети договариваются, какое действие они будут изображать. По слову «пора», отгадывающий поворачивается, подходит к играющим и говорит:

                   Здравствуйте, дети!

                   Где вы бывали?

                   Что вы видали?

Дети отвечают:

               Что мы видели – не скажем,

               А что делали – покажем.

Все дети изображают какое – нибудь действие (играют на гармошке, скачут на лошадях и т.д.) Водящий должен отгадать это действие. Продолжительность игры 4-6 минут.

**«Ловишки из круга»**

Цель: развивать у детей умение согласовывать движения со словами. Упражнять в ритмической ходьбе, в беге с увертыванием и в ловле.

Описание игры: дети стоят по кругу, взявшись за руки. Ловишка – в центре круга,  на руке повязка. Играющие двигаются по кругу и говорят:

           Мы, веселые ребята,

Любим бегать и скакать

           Ну, попробуй нас догнать.

Раз, два, три – лови!

Дети разбегаются, а ловишка догоняет. Пойманный временно отходит в сторону. Игра продолжается, пока ловишка не поймает 2-3 детей. Продолжительность 5-7 минут.

**«Бездомный заяц»**

Цель: развивать у детей ориентировку в пространстве. Упражнять в быстром беге

Описание игры: из числа играющих выбирается охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы чертят себе кружочки – «свой домик». Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой кружок; тогда заяц, стоявший в кружке – становится бездомным зайцем. Если охотник поймает, то меняются ролями. Продолжительность игры 5-7 минут.

**«У медведя во бору»**

Цель: приучать детей поочерёдно выполнять разные функции (убегать и ловить).

Описание игры: определяется берлога медведя (на конце площадке) и дом детей на другой. Дети идут в лес гулять и выполняют движения соответственно стиху, который произносят хором:

                              У медведя во бору,

                              Грибы, ягоды беру,

                              А медведь не спит

                              И на нас рычит.

Как только дети закончили говорить стихотворение медведь с рычанием встаёт и ловит детей, они бегут домой.

**Приложение № 6**

**Загадки про спорт и здоровый образ жизни**  
Любого ударишь –  
Он злится и плачет.  
А этого стукнешь –  
От радости скачет!  
То выше, то ниже,  
То низом, то вскачь.  
Кто он, догадался?  
Резиновый ...  
(Мяч)

Он лежать совсем не хочет.  
Если бросить, он подскочит.  
Чуть ударишь, сразу вскачь,  
Ну, конечно – это ...  
(Мяч)

Силачом я стать решил,  
К силачу я поспешил:  
- Расскажите вот о чем,  
Как вы стали силачом?  
Улыбнулся он в ответ:  
- Очень просто. Много лет,  
Ежедневно, встав с постели,  
Поднимаю я ...  
(Гантели)

Зеленый луг,  
Сто скамеек вокруг,  
От ворот до ворот  
Бойко бегает народ.  
На воротах этих  
Рыбацкие сети.  
(Стадион)

Деревянные кони по снегу скачут,  
А в снег не проваливаются.  
(Лыжи)

На снегу две полосы,  
Удивились две лисы.  
Подошла одна поближе:  
Здесь бежали чьи-то ...  
(Лыжи)

На белом просторе  
Две ровные строчки,  
А рядом бегут  
Запятые да точки.  
(Лыжня)

Кто по снегу быстро мчится,  
Провалиться не боится?  
(Лыжник)

Ног от радости не чуя,  
С горки страшной вниз лечу я.  
Стал мне спорт родней и ближе,  
Кто помог мне, дети?  
(Лыжи)

Есть, ребята, у меня  
Два серебряных коня.  
Езжу сразу на обоих  
Что за кони у меня?  
(Коньки)

Кто на льду меня догонит?  
Мы бежим вперегонки.  
А несут меня не кони,  
А блестящие ...  
(Коньки)

Палка в виде запятой  
Гонит шайбу пред собой.  
(Клюшка)

Во дворе с утра игра,  
Разыгралась детвора.  
Крики: «шайбу!», «мимо!», «бей!» -  
Там идёт игра - ...  
(Хоккей)

Этот конь не ест овса,  
Вместо ног – два колеса.  
Сядь верхом и мчись на нем,  
Только лучше правь рулем.  
(Велосипед)

Не похож я на коня,  
Хоть седло есть у меня.  
Спицы есть. Они, признаться,  
Для вязанья не годятся.  
Не будильник, не трамвай,  
Но звонить умею, знай!  
(Велосипед)  
Ранним утром вдоль дороги  
На траве блестит роса,  
По дороге едут ноги  
И бегут два колеса.  
У загадки есть ответ –  
Это мой ...  
(Велосипед)

Эстафета нелегка.  
Жду команду для рывка.  
(Старт)

На квадратиках доски  
Короли свели полки.  
Нет для боя у полков  
Ни патронов, ни штыков.  
(Шахматы)