***Пятая неделя. Тема недели "Спорт".***

**Родителям рекомендуется:** ​

***Фотоконкурс #*сидим дома*»* ​​**

|  |
| --- |
| ​ **Беседа «Виды спорта»**  *Цель:* закрепление знаний детей о различных видах спорта, спортсменах; кругозора детей.  *Задачи:*  - воспитывать интерес к различным видам спорта и спортивным играм,  - формировать осознанное позитивное отношение к занятиям физической культурой и спортом, потребность в целенаправленной развивающей двигательной активности,  - развивать двигательную активность, самоконтроль, координацию движений и моторные навыки.  *Ход беседы:*  Педагог: - Как называются люди, которые свою жизнь посвятили спорту? (ответы детей)  Педагог: - Да, люди, которые посвятили свою жизнь спорту, называются спортсменами. Сегодня мы поговорим о спорте и спортсменах. Давайте с ними познакомимся. (Педагог предлагает вниманию детям карточки, на которых изображены спортсмены в различных видах спорта.)  - Вы знаете, что существуют разные виды спорта – зимние и летние.  Педагог: Чтобы стать настоящим спортсменом, требуется много сил, энергии, здоровья, труда и желания. Настоящий спортсмен, в ходе тренировок приобретает много качеств: выносливость, силу, ловкость, меткость, быстроту, грациозность, стройную фигуру, правильную осанку.  Педагог: Правильно, изо дня в день, с утра до вечера, жизнь спортсмена проходит в тренировках. Спортсмены бегают, прыгают, работают с разным спортивным инвентарем: мячами, скакалками, коньками, лыжами и т.д., но не все могут стать спортсменами. Одним - не хватает упорства, желания, другим - не позволяет здоровье. Но это совсем не означает, что вы не должны дружить со спортом. Пусть вы не станете знаменитыми спортсменами, но вы же хотите быть быстрыми, ловкими, выносливыми?  Педагог: Какой вид спорта вам нравится, и какой спортивный инвентарь используется в этом виде спорта? (Ответы детей.)  - Однако не все знают, чтобы добиться этих качеств, спортсмены много и постоянно тренируются. Дети, а что такое тренировка? Каких качеств, спортсмены добиваются тренировками? (Ответы детей.)  Педагог: - Каким спортом вы хотели бы заниматься? (Показ фотографий спортсменов, того вида спорта, который нравится ребенку.) Дети называют вид спорта, инвентарь, который будет необходим.  Педагог: - Из нашей беседы вы поняли, что спорт – это, прежде всего, физические упражнения, только более сложные и подчиненный строгим правилам. Физические упражнения являются основой физкультуры, но о физкультуре мы поговорим с вами в следующей беседе.    **Физкультминутки**  Отдых наш-физкультминутка.  Отдых наш – физкультминутка.  Занимай свои места:  Шаг на месте левой, правой, Шагаем на месте.  Раз и два, раз и два!  Прямо спину все держите,  Раз и два, раз и два!  И под ноги не смотрите, Движения руками: в стороны,  Раз и два, раз и два! вверх, в стороны, вниз.  *Звериная зарядка*.  Раз — присядка, два — прыжок.  Это заячья зарядка.  А лисята как проснуться (кулачками потереть глаза)  Любят долго потянуться (потянуться)  Обязательно зевнуть (зевнуть, прикрывая рот ладошкой)  Ну и хвостиком вильнуть (движение бедрами в стороны)  А волчата спинку выгнуть (прогнуться в спине вперед)  И легонечко подпрыгнуть (легкий прыжок вверх)  Ну, а мишка косолапый (руки полусогнуты в локтях, ладошки соединены ниже пояса)  Широко расставив лапы (ноги на ширине плеч)  То одну, то две вместе (переступание с ноги на ногу)  Долго топчется на месте (раскачивание туловища в стороны)  А кому зарядки мало — начинает все сначала.  **Стихотворения о спорте**  *«Спорт»*  Мы пока ещё не спортсмены,  Не умеем мы побеждать,  Может быть тренировки мало,  Но мы можем нарисовать!  Буду мчаться на велосипеде!  И на лыжах лететь с горы!  Скоро буду я самым сильным,  Но рисую пока других…  \*\*\*  Чтоб здоровым быть сполна  Физкультура всем нужна.  Для начала по порядку -  Утром сделаем зарядку!  И без всякого сомненья  Есть хорошее решенье -  Бег полезен и игра  Занимайся детвора!  Чтоб успешно развиваться  Нужно спортом заниматься  От занятий физкультурой  Будет стройная фигура  Нам полезно без сомненья  Все, что связано с движеньем.  Вот, поэтому ребятки  Будем делать мы зарядку.  Будем вместе мы играть  Бегать, прыгать и скакать  Чтобы было веселее  Мяч возьмем мы поскорее.  Станем прямо, ноги шире  Мяч поднимем – три-четыре,  Поднимаясь на носки.  Все движения легки.  В руки мы возьмём скакалку  Обруч, кубик или палку.  Все движения разучим  Станем крепче мы и лучше.  Чтобы прыгать научиться  Нам скакалка пригодится  Будем прыгать высоко  Как кузнечики – легко.  Обруч, кубики помогут  Гибкость нам развить немного  Будем чаще наклоняться  Приседать и нагибаться.  Вот отличная картинка  Мы как гибкая пружинка  Пусть не сразу все дается  Поработать нам придется!  Чтоб проворным стать атлетом  Проведем мы эстафету.  Будем бегать быстро, дружно  Победить нам очень нужно!  **Пословицы и поговорки**  **Закаляй свое тело с пользой для дела.**  **Холода не бойся, сам по пояс мойся.**  **Кто спортом занимается, тот силы набирается.**  **Солнце, воздух и вода помогают нам всегда.**  **Кто любит спорт, тот здоров и бодр.**  **И смекалка нужна, и закалка важна.**  **В здоровом теле здоровый дух.**  **Паруса да снасти у спортсмена во власти.**  **Загадки о спорте**  Кинешь в речку – он не тонет.  Бьешь о стенку – он не стонет.  Будешь оземь кидать -  Станет кверху летать. (Мяч)  Мне загадку загадали, это что за чудеса?  Руль, седло и две педали, два блестящих колеса.  У загадки есть ответ: это мой… (Велосипед)  В него воздух надувают  И ногой его пинают. (Футбольный мяч)  По пустому животу  Бьют меня невмоготу;  Метко сыплют игроки  Мне ногами тумаки.  Михаил играл в футбол  И забил в ворота … (Гол)  Когда весна берет свое  И ручейки бегут звеня,  Я прыгаю через нее,  А она через меня. (Скакалка)  Две полоски на снегу  Оставляю на бегу.  Я лечу от них стрелой,  А они опять за мной. (Лыжи)  **Художественное творчество.**  **Рисование «Спорт-это жизнь»**  *Цель:* учить детей сюжетному рисованию, рисованию человека.  *Задачи:*   * Продолжать учить рисовать людей в движении. * Учить создавать композицию. * Продолжать закреплять знания детей о видах спорта. * Развивать композиционные умения (рисовать по всему листу бумаги, передавать пропорциональные и пространственные отношения между объектами).   Необходимо нарисовать те виды спорта, которые нравятся больше всего. Рисовать рекомендуется красками (гуашью), обращая внимание детей на внешний вид, положение тела, положение рук – в стороны, согнуты, подняты в верх.). Очень важно, чтобы рисунок был расположен по всему листу бумаги.  **Дидактическая игра: «Назови вид спорта и спортсмена »**  (Воспитатель (родитель), по очереди, бросает мячик, задает вопрос).  1. В этом виде спорта выполняют различные акробатические упражнения на спортивных снарядах. (Гимнастика)  2. Самый старый вид спорта, в котором победителем становится тот, кто первым пересечет финишную черту. (Бег)  3. В этом виде спорта спортсмен, находясь на волнах, стоит на доске и управляет ею. (Сёрфинг)  4. Спортивное восхождение на гору. (Альпинизм)  5. Спортивная командная игра на ледовом или травяном поле, в которой мяч или шайба специальными клюшками забивается в ворота противника. (Хоккей)  6. Спортивная командная игра с мячом и битой, напоминающая русскую лапту. (Бейсбол)  7. Спортивный поход или экскурсия по определенному маршруту. (Туризм)  8. В этой игре спортсмены с ракетками в руках перемещаются по корту, стараясь забить мяч противнику; самое престижное соревнование в этом виде спорта - Уимблдонский турнир. (Теннис)  9. Игра с мячом, в которой необходимо перебросить мяч через сетку на сторону противника так, чтобы он коснулся земли. (Волейбол)  10. В этой игре необходимо выбить битой как можно большее количество фигур. (Городки) |

Фотоконкурс #сидим дома

Акция #Не ленись, на зарядку становись

Акция #Спорт детям

Акция #Я выбираю спорт

Акция #Спорт – альтернатива пагубным привычкам

Спортивный флэш-моб «Мы выбираем спорт!»

Интерактивная игра «Найди пару (Спортивные игры с мячом)»: <https://learningapps.org/display?v=pssjr5m2j20>

Интерактивная викторина с выбором ответа «Атрибуты спорта»: <https://learningapps.org/display?v=p91tdyt6520>

Зарядка для детей со Словами под Музыку. Разминка. Видео урок по физкультуре:

<https://www.youtube.com/watch?v=a3pMqrjRciI>

**Принимаем участие в акциях:**

**Интернет акция «Я-ответственный гражданин: я соблюдаю режим самоизоляции!»**

**#исследуемдома**

**#домулучше**

**#сидимдомаизучаемПДД**