***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 сполнаФизкультура всем нужна.Для начала по порядку -Утром сделаем зарядку!И без всякого сомненьяЕсть хорошее решенье -Бег полезен и играЗанимайся детвора! Чтоб успешно развиватьсяНужно спортом заниматьсяОт занятий физкультуройБудет стройная фигураНам полезно без сомненьяВсе, что связано с движеньем.Вот, поэтому ребяткиБудем делать мы зарядку.Будем вместе мы игратьБегать, прыгать и скакатьЧтобы было веселееМяч возьмем мы поскорее.Станем прямо, ноги ширеМяч поднимем – три-четыре,Поднимаясь на носки.Все движения легки.В руки мы возьмём скакалкуОбруч, кубик или палку.Все движения разучимСтанем крепче мы и лучше.Чтобы прыгать научитьсяНам скакалка пригодитсяБудем прыгать высокоКак кузнечики – легко.Обруч, кубики помогутГибкость нам развить немногоБудем чаще наклонятьсяПриседать и нагибаться.Вот отличная картинкаМы как гибкая пружинкаПусть не сразу все даетсяПоработать нам придется!Чтоб проворным стать атлетомПроведем мы эстафету.Будем бегать быстро, дружноПобедить 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 животуБьют меня невмоготу;Метко сыплют игрокиМне ногами тумаки.Михаил играл в футболИ забил в ворота … (Гол)Когда весна берет своеИ ручейки бегут звеня,Я прыгаю через нее,А она через меня. (Скакалка)Две полоски на снегуОставляю 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**