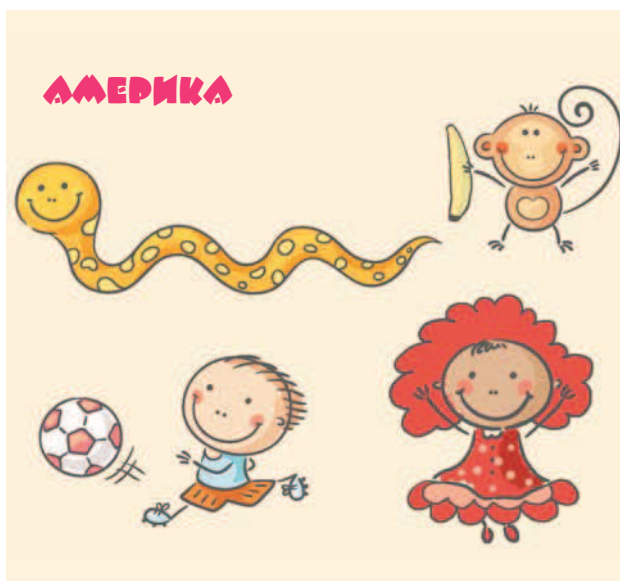


Откуда игры к нам пришли

Для детей 6–8 лет

Окончание.

Начало см.: Дошкольное воспитание. 2016. № 8.



Н. СТРЕЛЬНИКОВА,
инструктор
по физической
культуре,
МДОУ – детский сад
комбинированного
вида № 6,
г. Липецк

WWW
dovosp.ru
«Дошкольное
воспитание»

Январь

Физическая культура

Ходьба: с притопыванием, скрестным шагом, врассыпную, в парах, тройках.

Бег: с преодолением препятствий, с захлестом голени назад, «змейкой», с высоким подниманием бедра.

ОРУ на гимнастических скамейках.

ОВД: легкий бег по гимнастическому буму; впрыгивание с разбега на предметы высотой до 40 см, прыжки в длину с места; метание в вертикальную и горизонтальную цели; лазанье по веревочной лест-

нице чередующимся шагом; ползание по-пластунски.

Комплекс 1. Степ-танс с фитомячами.

Подвижные игры: «Отбери у противника мяч ногами», «Сумей изобразить спортсмена», «Попрыгунчики-воробышки», «Попади в кольцо».

Здоровье

Упражнения на профилактику нарушений осанки и плоскостопия; психогимнастика, дыхательные упражнения.

Игра «Путешествие по Северной Америке».

Февраль

Физическая культура

Перестроение: в колонны, из одного круга в два, из двух шеренг в два круга.

Ходьба: комплексы степ-танс «Яблоки-веники», «В небе облака»; с выпадами, с перекатом с пятки на носок.

Бег: в чередовании с прыжками; мелким и широким шагом, «змейкой» с заданиями.

ОРУ с большим мячом.

ОВД: на кольцах вис, раскачивание, соскок; бег по гимнастическому буму; прыжки через короткую скалку разными способами; метание малого мяча в вертикальную цель из разных и.п.; отбивание волана бадминтонной ракеткой; лазанье по гимнастической стенке с пролета на пролет; подлезание под дуги.

Комплекс 2. Степ-танс с футболами.

Подвижные игры: «Перелет птиц», «Кого назвали, тот и ловит», «Совушка».

Здоровье

Упражнения на профилактику нарушений осанки и плоскостопия; артикуляционные движения.

Игра «В дебрях Амазонки».

Беседа к игре «В дебрях Амазонки» (с показом иллюстраций)

Открытие Америки

Более пятисот лет назад к берегам Южной Америки прибыли корабли из Испании. Командовал ими Христофор Колумб. Он надеялся, переплыв Атлантический океан, попасть в страну сокровищ – Индию. Поэтому сначала испанцы решили, что доплыли до Индии, и местных жителей назвали индейцами. Потом поняли, что это не Индия и что они открыли неизвестные земли, но слово «индейцы» так и осталось. Чтобы не путать, о ком идет речь, жителей Индии называют *индийцами* или *индусами*, а представителей коренных народов Америки – *индейцами*.

Индейцы выращивали кукурузу и картофель, которые до открытия Америки нигде в мире не были известны. Также в Южной Америке есть удивительные деревья. Например, *каучуковое дерево*. Его сок загустевает на воздухе и становится твердым – получается резина. Из нее индейцы делали мячи для игры, похожей на известный всем футбол. *Шоколадное дерево*, или *какао*, тоже росло только в Южной Америке, и испанцы научились у индейцев готовить из его плодов напиток, который многие из вас, наверно, любят, – какао.

Все больше испанцев стало приплывать в Южную Америку. Они захватывали земли индейцев, продвигаясь все дальше в глубь материка.

Река Амазонка

Когда отряды испанцев добрались до очень большой реки, они вступили в сражение с племенем воинственных женщин. Испанцы назвали их амазонками. В мифах Древней Греции так называли женщин-воинов. Поэтому испанцы реку назвали *Амазонка*. Она широкая и глубокая, как море. Все земли, через которые течет река, называют Амазонией. Течет Амазонка

в джунглях, где человека на каждом шагу подстерегают опасности: пауки, лягушки, кровососущие насекомые, дикие звери, ядовитые змеи. Но в джунглях много и красивого. Там живут *колибри* – самые маленькие птички с очень яркой окраской, которая делает их похожими на цветы, и огромные бабочки самых разных расцветок.

Воды самой реки тоже очень опасны – там водятся крокодилы, а еще рыбы *пираньи*, у которых трехгранные зубы. Живут эти хищные рыбы стаями, стаями и нападают. Даже раненый крокодил спешит убраться подальше от пираний, которые, почуяв кровь, преследуют его, и через минуту от животного остается только один скелет.

У этой рыбешки зубки
Почище любой мясорубки!
И только такая прелесть,
Зевая, открывает челюсть,
С криком «Спасайтесь, пираньи!»
Бежит все живое с купанья.

А вот *анаконду* – гигантского удава, который большую часть времени проводит в воде, – жители Амазонии часто держат у себя в жилище, чтобы она уничтожала мышей, крыс и даже других змей.

(Так же воспитатель может рассказать о других обитателях Амазонии: обезьянах, ленивцах и др.)

Карнавал

В Южной Америке сейчас вместе живут потомки испанцев и индейцев. Они любят веселые праздники, и самый известный праздник на континенте – карнавал. Все желающие надевают красивые костюмы и танцуют.

Игра «В дебрях Амазонки»

Материалы и оборудование. Мячи (по количеству детей), кегли, «ворота», скамейки, кубики, плоскостные круги, дуги для туннеля, «змейка», веревки с кольцом и палочкой на конце (2 шт. по 2 м); по 2 шт. – «удавы», тарелки, блюда, игрушечные обезьянки; муляжи бана-

нов (6 шт.), атрибуты для танца индейцев и карнавала. Аудиозаписи.

Оформление зала. На стене (на ватмане) нарисованы шоколадное и каучуковое деревья, попугаи разного цвета, колибри, пауки, рыбки, растения. На полу – большие листья кувшинок, на которых расположены огромные бабочки, цветы (муляжи).

Дети объединены в две команды.

Содержание игры

Инструктор. Мы – испанцы-путешественники и сейчас поплывем через Атлантический океан к берегам, которые открыл Колумб.

(Дети садятся на скамейки «верхом», выполняют движения руками – «гребут веслами». Затем «выходят на берег».)

Приплыли испанцы и, сойдя на берег, увидели индейцев.

(Дети исполняют танец индейцев.)

Индейцы любят играть с мячом, который от ударов высоко подскакивает в воздух. Сделан он из каучука. «Слезы дерева» – так называют сок этого дерева. Мы сейчас сделаем разминку с мячами.

Комплекс ОРУ с большим мячом

Упражнение 1

И.п. – о.с., мяч в руках внизу.

1. Подняться на носки, мяч вверх.
2. Опуститься, мяч за голову.
3. Подняться на носки, мяч вверх.
4. И.п.

(Повторить 8 раз.)

Упражнение 2

И.п. – о.с. – ноги расставлены, мяч в руках сверху.

1. Наклон к левой ноге.
2. Прокатить мяч левой рукой к правой ноге.

3. Взять мяч.

4. И.п.

5–8. То же к другой ноге.

(Повторить по 4 раза.)

Упражнение 3

И.п. – сидя, ноги врозь, мяч в руках сверху.

1. Наклон вперед, зажать мяч между лоджками.

2. Перекат на спину, руки согнуты около туловища.

3. Ноги в стороны, постараться поймать мяч руками.

4. И.п.

(Повторить 4 раза.)

Упражнение 4

И.п. – сидя, согнуть ноги, мяч зажать между коленями, руками обхватить колени.

1. Перекат на спину, мяч зажат между коленями.

2. И.п.

(Повторить 8 раз.)

Упражнение 5

И.п. – лежа на спине, мяч зажат между лоджками, руки сверху.

1. Перекат на живот в левую сторону.

2. Перекат на спину в правую сторону.

3. Перекат на живот в правую сторону.

4. Перекат в и.п. в левую сторону.

(Повторить 4 раза.)

Упражнение 6

И.п. – о.с., мяч в руках внизу.

1. Выпад вправо, мяч отбить об пол около правой ноги двумя руками и поймать.

2. И.п.

3–4. То же влево.

(Повторить по 4 раза.)

Упражнение 7

И.п. – о.с., мяч в руках внизу.

1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно.

2. То же с поворотом кругом.

(Повторить 2 раза по 10 отбиваний.)

Упражнение 8

И.п. – о.с., мяч в руках внизу.

1. Броски вверх и ловля мяча с хлопком руками.

2. То же с тремя хлопками.

(Повторить 2 раза по 10 бросков.)

Упражнение 9

И.п. – о.с., мяч в руках впереди.

1. Мяч к груди, вдох, выдох.

2. И.п.

(Повторить 8 раз.)

«Ведение мяча»

Команды выстраиваются в колонны по одному на линии старта. В руках у каждого по мячу. Между стартовой и финишной линиями расставлены кегли, в конце – ворота. По сигналу ведущего первый игрок ведет мяч ногой, огибая кегли, и забивает его в ворота, а сам остается за финишной чертой. Затем (по очереди) это делают остальные участники. Оценивается быстрота и количество забитых мячей.

Инструктор. Сейчас мы пойдем через джунгли, и нас на каждом шагу будут подстерегать опасности: ядовитые змеи, дикие звери, пауки. Нам нужно найти поляну, где мы сделаем привал.

«Через джунгли»

Участники хором проговаривают слова и выполняют движения под музыку.

Чтоб поляну нам найти,
Джунгли надо нам пройти.
(Ходьба обычным шагом.)
Ноги выше поднимаем,
По траве густой шагаем.
(Ходьба с перешагиванием через кубики.)
Спинки мы свои согнем,
Под кустами проползем.
(Подлезают под дугами.)
Впереди лежит змея,
Она спит, шуметь нельзя!
На носочках мы пойдем,
Через змею перешагнем.
(Ходьба на носках через «змейку».)
Впереди журчит ручей,
Идем по камешкам скорей.
(Быстрая ходьба по плоскостным кругам.)
В пещере темной мы ползем,
За ней поляну мы найдем.
(Проползают по «туннелю».)

Инструктор. Какой удав живет в водах реки Амазонки? (Анаконда.) Правильно!

«Анаконда»

Инструктор. Каждая команда строится в колонну по одному. Садимся на пол спиной друг к другу. На вытянутых руках – «удав». По моему сигналу передвигаемся. Вот так, посмотрите (показывает на примере одного ребенка). Команда, «удав» которой первым пересечет полностью финишную линию, считается победителем.

Инструктор. В Южной Америке живет крошечная птичка с красивым оперением. Как она называется? (Колибри.) А кто же является грозой обитателей всех тропических рек? Что это за рыба? (Пиранья.) Верно. Даже крокодилы ее боятся. Огромные бабочки (размером с больших птиц) порхают на берегах Амазонки! А кто еще обитает здесь? (Ревуны, ленивцы, капуцины.)

«Накорми обезьянку»

Участвуют две команды по шесть человек, в каждой две подгруппы. Трое играющих встают около тарелки с «бананами», остальные находятся на расстоянии двух метров от них. Первый участник бросает игроку напротив кольцо на веревочке. Тот ловит его, кладет на пол и бросает в него банан. Первый игрок накручивает веревку на палочку, подтягивает кольцо к себе, вынимает банан, кладет его на большое блюдо, стоящее перед обезьянкой, и передает кольцо следующему игроку. Побеждает команда, которая первой доставит бананы на блюдо обезьянке.

Подводятся итоги соревнований, участники команд награждаются.

Инструктор. Какой праздник в Южной Америке самый известный и веселый? (Карнавал.) Давайте и мы потанцуем на карнавале!

(Дети наряжаются в карнавальные костюмы, маски и танцуют.)

