

Веселая физкультура  
для детей



*Полобуйтесь, поглядите  
На весёлых дошколят,  
Олимпийские надежды  
Нынче ходят в детский сад!*

## «ДОРОГА К ОЛИМПУ»

Из опыта работы инструкторов по физической культуре  
муниципальных бюджетных дошкольных  
образовательных учреждений Советского района г. Красноярска



*Очень скоро, очень скоро  
Все рекорды мы побьем.  
И на смену чемпионам  
Обязательно придем.*

Веселые игры для детей

## Сборник подвижных игр и игровых упражнений для детей дошкольного возраста

Из опыта работы инструкторов по физической культуре  
муниципальных бюджетных дошкольных образовательных учреждений  
г. Красноярска



*Чтобы сделать ребенка умным и расуниженным,  
сделайте его крепким и здоровым:  
пусть он играет, бежит,  
кричит, пусть он находится  
в постоянном движении.*

Мартин Зигер

**Ответственный за выпуск:** Якимова Лариса Васильевна – ведущий специалист территориального отдела главного управления образования администрации города по Советскому району города.

**Леоненко Елена Васильевна** – инструктор по физической культуре

МБДОУ № 315, руководитель районного методического объединения инструкторов по физической культуре.

В методическом пособии, представлены сценарии развлечений, досугов, конспекты непосредственно образовательной деятельности. Собира многолетний опыт деятельности инструкторов по физической культуре по обучению и воспитанию детей – дошкольников.

Методическое пособие будет полезно инструкторам по физическому воспитанию, молодым специалистам в области физического воспитания детей, педагогам дополнительного образования, воспитателям ДОУ.

Методическое пособие составлено с учетом возрастных особенностей детей.

Над составлением методического пособия работала творческая группа из числа инструкторов по физическому воспитанию ДОУ Советского района г. Красноярска:

Дорохова Е. В., МБДОУ № 309; Леоненко Е.В., МБДОУ № 315; Черноусова Е.А., МБДОУ №333; Блинова С. А., МБДОУ № 152; Ширкина О. Н., МБДОУ №163; Ракчеева Н. Ю., МБДОУ № 227; Федулова Н. Ю., МБДОУ № 328; Ризберг Н. А, МБДОУ № 292; Чагодаева О. С, МБДОУ № 51; Целикова Г.В., МБДОУ № 25; Ерохова С.А., МБДОУ № 45; Ткачук Е.В., МБДОУ № 247; Гусарова Е. А., МБДОУ № 326;

Михайлова И. А. заместитель заведующего по учебно-воспитательной работе МБДОУ № 163; Олышанская Л. Н. музыкальный руководитель МБДОУ № 227.

## ВВЕДЕНИЕ

В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, долголетия, всесторонней двигательной подготовленности и гармоничного физического развития. Здоровье для детей то же, что и фундамент для здания. Чем прочнее заложен фундамент, тем выше может быть возведена постройка; чем крепче здоровье ребенка, тем больше успехов он достигнет в общем развитии, в науке, в умении работать и быть полезным для общества человеком. От того, как проведет ребенок этот отрезок своей жизни, будет в дальнейшем зависеть состояние общества в нашей стране.

Вырастить здоровых, красиво сложенных детей - непростая задача. Человечество имеет опыт создания приоритета здоровья в обществе. Прекрасный пример того - Древняя Греция, воспитательная система в которой была основана на идее гармоничного развития человека. Каждый равноправный гражданин в этой стране должен был заниматься спортом, если он рассчитывал играть какую-либо роль в своем государстве.

Дошкольный возраст - наилучшее время для «запуска» человеческих способностей, в это время формирование личности ребенка происходит наиболее быстро. Пьер де Кубертен, инициатор проведения Олимпийских игр, говорил: «В современном мире, имеющим огромные возможности, а одновременно и опасные слабости, олимпийские идеи могут стать школой благородных принципов и моральной чистоты, а также физической силы и духовной энергии». Олимпийское движение - важная часть культуры человечества, и изучение его истории, несомненно, должно стать частью образования любого культурного человека.

Физическое воспитание в современном дошкольном учреждении должно опираться на создание предпосылок для интегративного развития средствами физической культуры интеллектуальных способностей. Привлечь интерес к занятиям физкультурой и спортом нужно с дошкольного возраста.

Включение олимпийского образования в процесс обучения будет способствовать формированию у детей интереса к физическому совершенствованию. При этом будут решаться следующие задачи:

1. Создание у детей представление об Олимпийских играх как мировых соревнованиях.
2. Знакомление детей с доступными для детей этого возраста сведениями из истории древнего и современного Олимпийского движения.
3. Формирование у детей интереса к занятиям физическими упражнениями.
4. Развитие у детей представление о своем теле, своих физических способностях.
5. Развитие у детей интерес к различным видам спорта.

Формирование представлений об Олимпийском движении может стать частью не только физического, но и эстетического и нравственного воспитания