

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение №405  
«Родничок»

**Семинар-практикум для педагогов  
«Организация работы по физическому  
воспитанию в зимний период»**

Инструктор ФИЗО: Петровых А.А.

Екатеринбург 2021г.

**Цель.** Закрепить знания педагогов о содержании и особенностях организации работы по физическому воспитанию в зимний период. Сформировать навыки планирования этой работы с учётом реализации комплексно-тематического принципа и составления технологических карт по организующим темам. Развить творческий потенциал педагогов.

**Оборудование.** Жетоны для жеребьевки, карточки с заданиями, листы бумаги, ручки, иллюстрации с зимними видами спорта, кроссворды, магнитофон, фонограммы спортивных песен, памятки для воспитателей.

### **Ход мероприятия.**

#### **Вступительное слово.**

Реализуя комплексно-тематическое планирование и составляя технологические карты, вы уже коснулись организующей темы «Зима», которая условно делится:

- НОД,
- образовательная деятельность в режимные моменты,
- создание условий для самостоятельной деятельности (развивающая среда,
- взаимодействие с семьями воспитанников.

Сегодня мы более подробно поговорим об организации деятельности в режимные моменты, а именно о создании условий и организации деятельности детей на прогулке.

Не секрет, что для физического развития, укрепления организма детям необходимо как можно больше времени проводить на свежем воздухе. И зима — не исключение из этого правила! А чтобы холод принес пользу и не помешал малышам получить удовольствие от прогулки, они должны быть заняты интересным делом. Необходимо лишь следить за тем, чтобы интенсивные движения сменялись более спокойными.

Необходимо умело подбирать специальные игры, задания, забавы, подходящие для зимних условий. Ведь только зимой есть снег, лед, ледяные дорожки! Не упускайте возможности использовать постройки из снега — горки, ледяные дорожки, валы, лыжные трассы и специальный инвентарь для игр со снегом — лопаты, санки с ящиками, листы фанеры и пластика для построек. Нужно следить, чтобы все дети были вовлечены в игру: она не только развивает и воспитывает, но и согревает в холодный зимний день. Для зимних игр и забав необходимы следующие условия:

- в деятельности должны принимать участие все дети;
- не предлагайте игр, в которых нужно долго и интенсивно бегать, чтобы дети не вспотели (для бега следует ограничивать пространство) ;
- в игре не должно быть трудновыполнимых движений (например, прыжков через скакалку, препятствия, в высоту, гимнастических упражнений) ;
- игры со снегом следует проводить в теплую погоду, когда снег мягкий;

- для игр со снегом у детей должны быть непромокаемые варежки;
- зимние игры, забавы, развлечения приводятся на площадке с утрамбованным снегом.

На прогулке можно заняться не только подвижными играми, но и развитием интегративных качеств: внимания, наблюдательности, умения ориентироваться. Кроме игр со снегом, занимательных упражнений и забав большим успехом у детей пользуются эстафеты, аттракционы. Такие развлечения помогают педагогам содержательно и весело провести с детьми прогулку, спортивные состязания.

На морозе необходимо постоянно двигаться. Для этого можно использовать разные способы:

- ходьба и бег спинами друг к другу;
- парный бег (взявшись за руки) ;
- быстрая ходьба с подниманием предметов;
- бег спиной вперёд;
- ходьба «след в след» - по следам воспитателя;
- скольжение и ходьба по линиям на скользкой площадке (для старшего дошкольного возраста).

После активного движения необходим небольшой отдых. В это время можно предложить детям отгадать загадки о зиме, прочитать стихи на зимнюю тему.

Сегодняшняя деловая игра поможет вам систематизировать имеющиеся знания по данной проблеме, и возможно узнать что-то новое для себя.

*Распределение на две команды с помощью жеребьевки. Представление жюри.*

### **Содержание заданий по станциям.**

#### **1. Станция «Приветствие».**

Придумать название и девиз команды в соответствии с темой (1-2 мин.).

#### **2. Станция «Мозговая атака».**

Команды получают карточки с заданиями, на подготовку 3-5 минут, ответы зачитывают.

#### ***Вопрос 1 команде.***

Какие физические упражнения составляют двигательное содержание прогулок в зимний период?

#### ***Ответ:***

- спортивные упражнения (ходьба на лыжах, катание на санках, ледяных дорожках, коньках);
- спортивные игры (хоккей);
- подвижные игры и игровые упражнения.

#### ***Вопрос 2 команде.***

Назовите основные задачи, которые решаются в процессе ежедневного проведения подвижных игр и физических упражнений на прогулке.

**Ответ:**

Образовательные задачи:

- расширение двигательного опыта детей, обогащение его новыми, более сложными движениями;
- совершенствование навыков в основных движениях путем применения их в изменяющихся игровых ситуациях;
- развитие двигательных качеств: ловкости, быстроты, выносливости.

Воспитательные задачи:

- воспитание самостоятельности, активности, положительных взаимоотношений со сверстниками.

Оздоровительные задачи:

- создание условий для удовлетворения биологической потребности детей в движении в зимний период, закаливание детского организма.

### **3. Станция «Физкультурный калейдоскоп».**

*Вопрос 1 команде.*

Какова общая продолжительность двигательной активности детей в течение дня? Сколько по времени занимает организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей?

**Ответ.**

Ребёнок должен двигаться не менее 50-60% времени бодрствования. При 12 часовом пребывании в детском саду это должно составить примерно 5 часов (12-2 ч сна = 10 ч; 50 % от 10 ч = 5 ч). Организованная двигательная деятельность занимает 1/3 всей двигательной активности детей (примерно 1ч 40 мин.). Самостоятельная двигательная деятельность занимает 2/3 всей двигательной активности детей (примерно 3ч 20 мин.) .

*Вопрос 2 команде.*

В дошкольных учреждениях прогулка должна проводиться ежедневно, если нет сильного ветра, мороза, метели.

Какова продолжительность прогулки в ДОУ? Назовите допустимый температурный предел прогулки?

**Ответ:**

4-4, 5 часа. Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 градусов и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 градусов и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет при температуре воздуха ниже минус 20 градусов и скорости ветра более 15 м/с.

#### **4. Станция «Раздумье».**

##### ***Задание 1 команде.***

Один из видов спортивных упражнений, используемых на прогулках, - скольжение по ледяным дорожкам. Как можно разнообразить внешний вид дорожек? Какие материалы можно для этого использовать?

Придумайте 2-3 варианта игровых упражнений на ледяных дорожках с использованием дополнительного оборудования.

##### ***Задание 2 команде.***

Одним из средств повышения двигательной активности детей на прогулке является использование снежных построек. Какие снежные постройки можно использовать на участке для развития основных видов движений (метание, прыжки, лазание, развитие равновесия и т. д.)? Придумайте 2-3 варианта игр или упражнений с использованием снежных построек.

#### **5. Станция «Живые картинки».**

Команды получают иллюстрации зимних видов спорта (хоккей, фигурное катание, конькобежный спорт, санный спорт, прыжки с трамплина, лыжный спорт). Команды по очереди средствами пантомимы показывают их, соперники отгадывают.

#### **6. Станция «Кроссворд».**

Необходимо как можно быстрее назвать зашифрованное в кроссворде слово.

#### **7. Станция «Игра».**

Каждой команде провести по одной подвижной игре, которую можно использовать на зимней прогулке.

#### **8. Станция «Спортивная песня» - домашнее задание.**

Назвать как можно больше песен, связанных с зимними видами спорта.

Прослушать фрагменты этих песен (например, «Трус не играет в хоккей», «Песня юной фигуристки», «Песенка про коньки» из м/ф «Маша и медведь», «Лёд и пламя» О. Газманова, «Лыжники» И. Грибулиной, «Песня конькобежца» В. Высоцкого, «Биатлон»).

#### ***Подведение итогов.***

## Приложение

При правильном заполнении кроссвордов по горизонтали в выделенных клетках вы сможете прочитать слово, все слова располагаются вертикально.

### *Кроссворд 1*

1. В таких башмаках  
Неудобно ходить,  
Но очень удобно  
По льду в них скользить!
2. Человек, а не живой,  
Хоть не дворник, а с метлой.  
Во дворе стоит без дела,  
С головы до ног весь белый.
3. Меня хлопали лопатой,  
Меня сделали горбатой,  
Меня били, колотили,  
Ледяной водой облили.  
И скатились все потом  
С моего горба гуртом.
4. Спортивный инвентарь хоккеиста.

*Ответы:*

1. Коньки. 2. Снеговик. 3. Горка. 4. Ключка.
- Зашифрованное слово - ИГРА.

### *Кроссворд 2*

1. Одна из подготовительных фаз скольжения по льду.
2. Две курносые подружки  
Не отстали друг от дружки.  
Обе по снегу бегут,  
Обе песенки поют,  
Обе ленты на снегу  
Оставляют на бегу.
3. Без рук рисует, без зубов кусает.
4. Всё лето стояли,  
Зимы ожидали.  
Дождались поры –  
Помчались с горы.

*Ответы:*

1. Разбег. 2. Лыжи. 3. Мороз. 4. Санки.
- Зашифрованное слово - ЗИМА.