

КОРАБЛИК

№ 38

Электронный журнал для дошкольников

Здравствуйте, уважаемые читатели!

Я рад, что вы обратили внимание на это информационное издание.

В бесплатном электронном журнале «Кораблик» вы найдёте качественный и нужный материал, который поможет вашим детям достойно подготовиться к поступлению в школу, сделать полезным времяпрепровождение дошкольников, обогатить домашнее общение совместным решением творческих заданий.

С уважением Валерий Саченко,
редактор электронного журнала «Кораблик»



Бесплатный электронный журнал «Кораблик» защищён законом об авторском праве и смежных правах. Воспроизведение бесплатного электронного журнала «Кораблик» или любой его части в какой-либо форме и какими-либо средствами (электронные или механические, включая печатные формы, фотокопирование, запись на магнитный, оптический носители) или обращение любым способом в иную форму хранения информации запрещается без письменного согласия издателя данного бесплатного электронного журнала.

Бесплатный электронный журнал «Кораблик» предназначен для личного использования и поставляется в виде «как есть».

Автор и издатель не несут никакой юридической или финансовой ответственности за действия третьих сторон.

Мнение издателя может кардинально отличаться от мнения читателя. Ни издатель, ни авторы материалов не несут любой ответственности за действия, которые будут выполнены читателем после прочтения бесплатного электронного журнала «Кораблик», а также за неверную интерпретацию его содержания.

Читатель бесплатного электронного журнала «Кораблик» принимает ответственность за использование всех его материалов на себя.

Вы МОЖЕТЕ свободно распространять бесплатный электронный журнал «Кораблик» при соблюдении следующих условий:

- распространять бесплатный электронный журнал «Кораблик» бесплатно!
- размещать его на своем сайте для бесплатного доступа к нему, рекомендовать бесплатный электронный журнал «Кораблик» своим друзьям и знакомым, подписчикам вашей рассылки.

ЗАТЕЙНИКИ

Задачи: учить детей придумывать движения, находить средства и способы их выразительности, активно использовать приобретенные навыки в выполнении разных двигательных заданий, побуждать к активному творческому самовыражению.

Оборудование: скамейки, обручи и мячи — по числу детей.

I. Построение в шеренгу.

В. Дети, мы продолжаем придумывать упражнения. Сейчас вы пойдете врассыпную, а по сигналу «строиться», быстро станете в колонну или шеренгу за тем, кого я назову.

Ходьба врассыпную (10 — 15 с). Построение в колонну (в шеренгу) за Наташей (Колей, Ваней, (3 — 4 раза).

Бег колонной (25 с), ходьба, разбирая обручи, построение в круг.

II. Общеразвивающие упражнения.

1. В. Придумайте упражнения с обручем.

Подсказываю: обруч можно поднимать, вращать, перекидывать из руки в руку. Туловище держите прямо (8 раз).

2. Упражнения для туловища — наклоны, повороты — можно делать не только стоя, но и сидя, лежа. Но ноги не поднимайте! Обруч можно все время держать в руках или класть на пол и поднимать (8 раз).

3. А теперь сидя, стоя или лежа, поднимайте ноги, чтобы достать обруч (8 раз).

4. Приседание.

И.п. — основная стойка, обруч внизу.

Приседая, поднимать обруч вперед или вверх.

1 — присесть, подняв пятки;

2 — и.п. (6 раз).

5. Прыжки.

И.п. — ноги вместе, руки произвольно, обруч на полу.

1 — 8 — прыжки на двух ногах вокруг обруча;

1 — 8 — шаги в обратном направлении (6 раз).

Основные движения.

Организация групповая.

Первая подгруппа: продвижение по скамейке танцевальными шагами (по выбору) и соскок прямо, боком или спиной вперед (3 — 4 раза).

Вторая подгруппа: «Не выпусти мяч из круга» — ведение мяча на месте, не выпуская из обруча или начерченного круга (30 с).

Ползание по-пластунски поперек зала, отползание назад, не разворачиваясь, активное выпрямление (3 — 4 раза).

III. Игра «Затейники».

ТУРИСТЫ

Задачи: формировать стремление к самостоятельному поиску способов и средств воплощения двигательного замысла, быстроту и ловкость ориентировки в игровых ситуациях, двигательной реакции.

Оборудование: гимнастические палки, мячи, веревка.

I. В. Наше сегодняшнее физкультурное занятие — подготовка к туристическому походу. Возьмите палки истройтесь в шеренгу. С построения группы начинается любой поход. Я — инструктор. Объясню для чего мы взяли палки — в пути нам придется перепрыгивать через канавы, ручьи. Поможет вам в этом палка. Показываю: палку надо поставить впереди себя — в середину «ручья», держа ее двумя руками. Затем сильно оттолкнуться и прыгать с ноги на ногу. Давайте попробуем! (Ходьба в чередовании с опорными прыжками.)

II. В. Привал! Туристы отдыхают и играют в смешные и веселые игры.

1. «Пешком по стене» — это смешное задание покажет, чьи ноги поднимутся выше.

Подойдите к стене и ложитесь на спину. Топайте по стене, поднимая ноги все выше! Я сделаю отметку мелом, кто выше поднялся (6 раз).

2. «Перекасти-поле» — есть такое растение. Его листья похожи на мячики, когда их гоняет по полю ветер. Лягте на пол, прижмите руки к туловищу и катитесь на другую сторону площадки (2 раза).

3. «Через речку вплавь на спине». Руки держите прижатыми к туловищу и только ногами отталкивайтесь. Поплыли! (25 — 30 с).

4. А сейчас проверим, кто самый выносливый. Прыгайте на месте, пока вертится юла (20 — 25 с).

5. Лучший друг на привале — мяч. Будем играть в волейбол. Перебрасывая мяч друг другу, не ловите его, а отбивайте ладошками (3 — 4 мин).

Эстафета **«Чья команда быстрее зажжет костер».** Нам нужны палки. Будем складывать их «колодцем» (показывает). Играть три команды по 5 человек. Последний в команде «зажигает костер» — бросает в колодец красный лоскут (3 — 4 раза).

III. В. В походе нельзя без песен. Станьте в круг, положите руки на плечи друг другу, раскачиваясь в такт песни «Вместе весело шагать».

Я, ТЫ, ОН, ОНА...

Задачи: совершенствовать согласованность движений, умение входить в воображаемую ситуацию.

Оборудование: мячи среднего размера на половину детей группы.

I. В. Постройтесь парами врассыпную по залу (один впереди, другой на шаг сзади). Поиграем в игру **«Тень».** Во время ходьбы (бега) один ребенок придумывает движение, второй его повторяет.

II. Общеразвивающие упражнения в кругу.

1. «Выше руки».

И.п. — стоя лицом в круг, взявшись за руки внизу.

1 — не отпуская рук рядом стоящих, поднять руки вверх;

2 — и.п. (10 раз).

2. «Достань носки ног».

И.п. — стоя лицом в круг, взявшись за руки вверху.

1 — наклониться вперед, руками достать носки ног;

2 — и.п. (12 раз).

3. «Выше колено».

И.п. — стоя лицом в круг, взявшись за руки внизу.

1 — согнуть и поднять правую ногу, носок вниз;

2 — и.п.

То же левой ногой (10 раз).

4. «Отдыхаем».

И.п. — сидя на полу, ноги прямые вместе, взявшись за руки внизу.

1 — лечь на спину без помощи рук;

2 — и.п. (10 раз).

5. «Сделаем так».

И.п. — лежа на животе, взявшись за руки над головой.

1 — поднять руки вверх, прогнуться;

2 — и.п. (12 раз).

6. «Прыжки по кругу».

И.п. — стоя в кругу в затылок друг другу, руки на поясе впереди стоящего.

8 прыжков на двух ногах, продвигаясь вперед, поворот кругом, 8 прыжков в обратном направлении (3 раза).

Основные движения (выполняются попарно).

1. **«Ручеек и мостик»** — один ребенок наклоняется вперед и, прогибаясь, до-

стает руками пол, другой проползает под ним.

2. Держась за руки, в низком приседе, дети прыжками передвигаются в правую, затем левую стороны.

3. Перебрасывание мяча друг другу обманными движениями.

Подвижная игра «Салки в два круга».

III. В. Кто устойчивее? Сохранять равновесие, стоя на одной ноге.

ОБРУЧ — ВЕСЕЛЫЙ ПОМОЩНИК И ДРУГ

Задачи: совершенствовать умение манипулировать обручем в различных двигательных заданиях; развивать двигательную самостоятельность.

Оборудование: обручи по числу детей.

I. В. Ребята! Обруч можно держать по-разному, но главное так, чтобы было удобно. Ходьба врассыпную, по сигналу — остановиться, поднять согнутую ногу и поставить на нее обруч, держа руками (3 — 4 раза). То же — в беге.

II. Общеразвивающие упражнения, стоя по кругу.

1. «Выпрями спину».

И.п. — ноги на ширине плеч, обруч впереди, хват снаружи.

- 1 — обруч вверх;
- 2 — за спину, держа вертикально;
- 3 — вверх;
- 4 — и.п. (6 раз).

2. «Наклонись пониже».

И.п. — ноги на ширине плеч, руки за спиной, обруч на шее.

- 1 — наклон вперед, до касания обручем пола, руки назад — вверх;
- 2 — и.п. (10 раз).

3. «Повернись».

И.п. — лежа на спине, руки с обручем вверху.

1 — перевернуться на живот, не касаясь обручем пола;

2 — и.п. (8 раз, меняя направление).

4. «Качели».

И.п. — сидя, опираясь ногами в обод изнутри, хват руками снаружи.

1 — наклониться назад до положения лежа на спине;

2 — и.п. (8 раз).

5. «Потянись».

И.п. — ноги вместе, обруч внизу, хват снаружи.

1 — поднять обруч вверх, отставляя (поочередно) ногу назад на носок, прогнувшись;

2 — и.п. (8 раз).

Основные движения.

1. Игровое задание «Прокати прямо!» — прокатывание обручей друг другу.

Толкнув свой обруч, каждый ребенок подхватывает катящийся к нему обруч партнера (10 — 12 раз).

2. Игровое задание «Не опоздай!» — прыжки, продвигаясь вперед по кругу, образованному обручами, лежащими на полу (их на 3 — 4 меньше числа играющих). По сигналу — стать в обруч. Опоздавшие поднимают руку (4 — 6 раз).

Игра-эстафета «Перенеси обруч!»

Дети с обручами в руках стоят колоннами с одинаковым числом играющих; по сигналу стоящие впереди бегут на противоположную сторону, надевают обруч на стульчик (у каждой команды — свой), возвращаются назад, касаются рукой следующего в своей команде и становятся в конец колонны (3 — 4 раза).

III. Подвижная игра «Фигура с обручем» (типа «Придумай фигуру»). Движение врассыпную выполняется соответствующим танцевальным шагом в зависимости от ритма мелодии. По сигналу зафиксировать позу с обручем (3 — 4 раза).

КРАСНЫЙ, ЖЕЛТЫЙ, ГОЛУБОЙ, НЕ УГНАТЬСЯ ЗА ТОБОЙ

Задачи: накапливать опыт двигательной деятельности и творческого самовыражения, обогащать жизненными впечатлениями.

Оборудование: большие мячи — по числу детей, ориентиры для эстафеты, колпак или повязка для Жмурки.

I. Построение в шеренгу. Поворот направо-налево от середины шеренги. Ходьба расходящимися колоннами в обход с заданием: при встрече по сигналу повернуться в прыжке кругом и двигаться в обратном направлении подскоками (4 раза).

Бег врассыпную (20 — 25 с), ходьба, построение в пары.

II. В. Ребята, мы будем придумывать и показывать фигуры в парах в разных положениях. Подумайте, посоветуйтесь друг с другом, что можно показать, и мы начнем. Напоминаю: фигуры надо сохранять, пока я считаю до трех...

— Фигура стоя! Раз, два, три!

— Фигура сидя! Раз, два, три!

Аналогично: на животе, на спине и др. Всего 10 — 12 заданий.

«Раки-забияки».

Ползание в опоре на всю ступню и ладони, ходьба в глубоком приседе (колени разведены широко в стороны), задом наперед (в сторону глухой стены), активное выпрямление, прогнувшись, энергичные прыжки с ноги на ногу в обратном направлении — кто сделает меньше прыжков? (4 — 5 раз).

«Добрось мяч отскоком до стены».

Сильные броски двумя руками сверху по касательной на линию в середине зала в сторону глухой стены (10 — 12 раз).

Игра-эстафета «Ловкие и быстрые».

Туда — бег спиной вперед, обратно — обычный быстрый бег. (Соревнуются 3 — 4

команды с одинаковым числом участников, 3 — 4 раза).

III. Игра «Жмурки» (любой вариант).

ВМЕСТЕ НАМ НИКОГДА НЕ БЫВАЕТ СКУЧНО

Задачи: учить детей согласовывать движения при выполнении совместных двигательных действий, способствовать развитию двигательной самостоятельности.

Оборудование: 2 — 3 скамейки, мячи и скакалки — на половину занимающихся.

I. Построение в шеренгу.

Игра «Найди себе пару». (Движение врассыпную каждый раз меняется ходьба, бег, подскоки.)

II. В. Постройтесь парами в колонну на середине зала.

1. «Пила».

И.п. — стоя лицом друг к другу, выставить вперед правую (левую) ногу, руки встык, согнуты в локтях.

На каждый счет попеременно выпрямлять и сгибать руки (16 раз).

2. «Окошко».

И.п. — стоя спиной друг к другу на расстоянии одного шага, ноги шире плеч, руки на поясе.

1 — наклон вперед, посмотреть в «окошко» на партнера;

2 — и.п. (6 — 8 раз).

3. «Качели».

И.п. — стоя лицом друг к другу, держаться за руки.

На каждый счет шеренги поочередно приседают на высоких полупальцах, держа спину прямо, колени в стороны (8 раз).

4. «Сильные руки».

И.п. — сидя на полу, ноги — встык, крепко держаться руками.

Упираясь ногами, одновременно приподняться (4 — 5 раз).

5. «Домик».

И.п. — лежа на спине, голова к голове, на удобном расстоянии, взяты за руки.

1 — поднять ноги до касания ступнями друг друга;

2 — и.п. (5 — 6 раз).

6. «Прыжки».

И.п. — стоя лицом друг к другу, ноги вместе, руки произвольно.

1 — 4 — прыжки на месте; 5 — 8 — с поворотом кругом друг от друга (4 раза).

Основные движения.

Первая подгруппа: «По узенькому мостику навстречу». Ходьба по скамейке навстречу друг другу, на середине разминуться, помогая друг другу. Придумать, как обойти друг друга, чтобы не сослупить со скамейки (3 — 4 раза).

Вторая подгруппа: «Повтори!» — прыжки со скакалками.

В. Ребята, поучите друг друга прыгать: один покажет, второй должен повторить это движение столько же раз.

Организация фронтальная. Ведение мяча на месте с «перехватом». Стоя лицом друг к другу (расположение хаотичное), один из пары отбивает мяч установленное количество раз, например, 4; пятый удар по мячу делает второй ребенок. Воспитатель громко считает: «Раз, два, три, четыре!» (2 — 3 раза).

Подвижная игра «Догони свою пару» (4 — 6 раз).

III. Знакомый танец в парах.

ПОИГРАЕМ В УПРАЖНЕНИЯ

Задачи: учить детей создавать новые формы движений, развивать творческое воображение.

Оборудование: мячи и скакалки на половину группы.

И. В. Ребята,стройтесь в колонну парами на середине зала. Будем учиться по-новому перестраиваться в звенья.

Ходьба в колонне налево, направо, в обход, через середину. Пара — налево, пара — направо, через середину четверками.

II. В. Ребята, придумайте и быстро покажите интересную фигуру в том положении, которое я буду называть. Сохраняйте фигуру, пока я считаю до трех. Внимание!

Фигура стоя! Раз, два, три!

Фигура сидя! Раз, два, три!

Аналогично выполняются: на спине, животе, на боку, сидя, стоя (10 — 12 раз).

Основные движения.

Организация групповая.

Первая подгруппа: ползание попластунски, ходьба с закрытыми глазами спиной вперед в обратном направлении, в сторону глухой стены (4 — 5 раз).

Вторая подгруппа: прыжки со скакалками.

Фронтально: перебрасывание мяча партнеру «обманными» движениями с ловлей.

Шеренга бросает, вторая ловит (10 — 12 раз).

Подвижная игра «Ловишки с ленточками».

III. Покажи отгадку:

Он всегда по лесу рыщет,

За кустом зайчаток ищет.

Он зубами щелк да щелк,

Угадали? Это... (волк)

Мордочка усатая,

Шубка полосатая,

Часто умывается,

А с водой не знается. (Кошка)

Он в дупло засунул лапу

И давай рычать, реветь,

Ой, какой же ты сластена,

Косолапенький... (медведь)

ПОСОРЕВНУЕМСЯ

Задачи: учить детей быстроте и легкости ориентировки в двигательных ситуациях, стремлению находить способы воплощения двигательного замысла.

Оборудование: обручи на половину группы.

I. Подвижная игра «Найди себе пару».

Вариант: движение врассыпную выполнять танцевальными шагами; при каждом повторе менять музыкальную мелодию и соот-ветственно ей — танцевальный шаг (3 раза).

Бег в колонне парами (20 с), ходьба через середину парами.

II. Упражнения в парах с одним обручем.

1. «Передай обруч вверх».

И.п. — стоя спиной друг к другу, ноги на ширине плеч, обруч внизу.

1 — руки вверх, передать обруч партнеру;

2 — и.п. (8 раз).

2. «Передай обруч сбоку».

И.п. — то же, расстояние между партнерами — один шаг.

1 — поворот: одна шеренга — налево, вторая — направо (на воспитателя), передать (взять) обруч;

2 — и.п. (8 раз).

3. «Ванька-Встанька».

И.п. — сидя лицом друг к другу, ноги калачиком, держаться за обруч хватом сверху.

1 — одна шеренга, отклоняясь, ложится на спину; другая, наклоняясь вперед, держит обруч;

2 — и.п.;

3 — отклоняясь, ложится вторая шеренга;

4 — и.п. (8 раз).

4. «Приседание».

И.п. — стоя лицом друг к другу на удобном расстоянии, держась за обруч хватом сверху, руки прямые.

1 — присесть на носках, спину держать прямо, колени в стороны;

2 — и.п. (8 раз)

5. «Прыжки».

И.п. — ноги вместе, руки на поясе, обруч на полу между партнерами.

1 — 4 — прыжками на двух ногах поменяться местами, продвигаясь вокруг обруча вправо;

5 — 8 — шаги на месте (4 раза).

Основные движения.

1. Прокатывание обруча друг другу с расстояния 3 метров (5 — 6 раз).

2. Упражнение в равновесии — кружение в парах, держась прямыми руками, остановка по сигналу на одной ноге (5 — 6 раз).

Подвижная игра «Медведи и пчелы» (4 раза).

III. Игровое упражнение «Узнай по описанию физкультурные пособия».

КТО ПРИДУМАЕТ

ЛУЧШИЕ ДВИЖЕНИЯ?

Задачи: учить детей самостоятельно придумывать движения, стимулировать осознанность выбора, выразительность двигательных действий.

Оборудование: мячи, обручи, палки, флажки — для общеразвивающих упражнений, 3 скамейки.

I. В. Ребята! Представьте, что вы выступаете на сцене, и на вас все смотрят. Я буду подавать вам разные сигналы: птицы! Звери! Рыбы! Дети! Нужно сразу придумать интересное движение и не останавливаться, а двигаться так, как придумали, до следующего сигнала.

Каждые 6 — 8 с. менять сигналы; бег врассыпную (20 — 25 с.), ходьба врассыпную, остановка в любом месте.

II. Общеразвивающие упражнения с разными предметами.

Дети, возьмите палки, обручи, флажки или мячи — кто что хочет и станьте подальше друг от друга.

1. Придумайте упражнение, которое нужно выполнять только руками. Спину держите прямо (8—10 раз).

2. Пусть предмет, который вы держите, поможет вашему туловищу быть гибким. Упражнение можно выполнять стоя или сидя, но не сдвигайте ноги! (8—10 раз).

3. А теперь будем работать ногами. Можно стоять, но лучше сесть или лечь (8—10 раз).

4. Придумаем, что можно делать с предметами, лежа на животе (6—8 раз).

5. Для прыжков на месте освободите руки от предметов, и прыгайте вокруг них (32 раза).

Основные движения.

1. На скамейку надо сесть либо боком, либо как на коня и передвигаться, не помогая себе руками. В конце надо сделать боковой кувырок на мате (3—4 раза).

2. Перебрасывание мяча друг другу «обманными» движениями с ловлей (3—4 мин).

3. Упражнение в равновесии — бег в рассыпную с кружением и остановкой по сигналу на двух и одной ноге, а также с закрытыми глазами (3—4 раза).

Подвижная игра «Ловишка с ленточками» (3—4 раза).

III. «Отгадай».

Любит петь и драться,

И в пыли купаться,

Носит красный гребешок,

Забияка... (петушок)

ПРИДУМАЕМ ВМЕСТЕ

Задачи: развить двигательное творчество, инициативу и сообразительность.

Оборудование: физкультурно-раздаточный материал, маски-шапочки.

I. В. Ребята! Сегодня на занятии мы будем играть в знакомые вам игры, но вы должны придумать, как сыграть в знакомую игру по-новому. Например, в «Ловишках» мы всегда бегали. Но может быть, как-то иначе можно догонять играющих? Или игра «Охотники», в которой охотники стояли в конце площадки, когда «зайцы» прыгали. Ведь они могут находиться и в другом месте? А стрелять можно не только стоя? И в природе настоящие зайцы убегают от настоящих волков не только по чистому полю.

В игре «Совушка» есть жуки и бабочки. Но сова питается не только этими насекомыми.

Вот сколько разных вариантов я вам подсказала. Кто придумает для игры лучшее движение, тот сам будет назначать ведущего.

Первая игра «**Чье звено быстрее построится?**» После движения в рассыпную каждое звено должно построиться в колонну. Кто может предложить новый вариант этой игры?

(Опираясь на структуру типового физкультурного занятия, воспитатель подбирает игры, отличающиеся по двигательному содержанию и двигательным характеристикам. Предлагая детям знакомую игру, необходимо напомнить ее замысел.)

Примерный подбор игр для занятия

I. «Чье звено быстрее построится?»

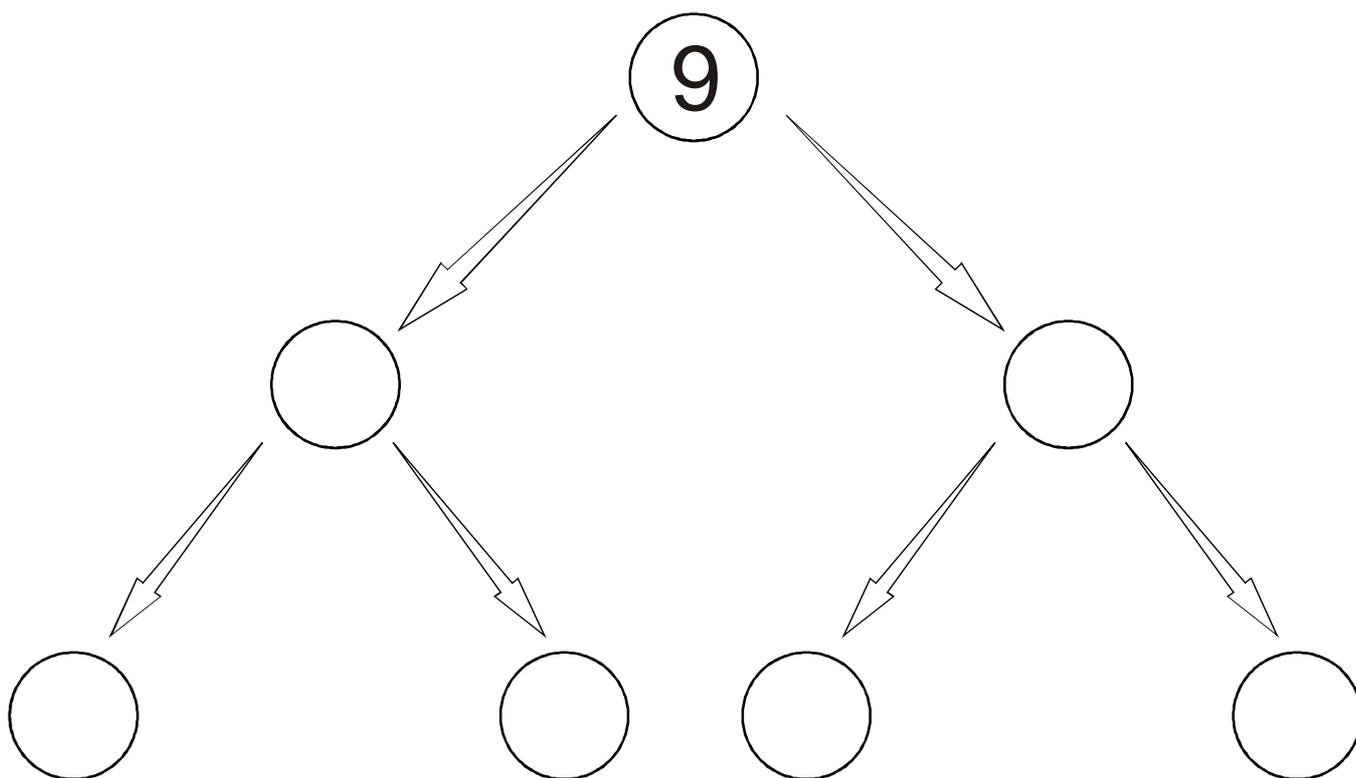
II. «Придумай фигуру».

1. «Лягушки и цапля».

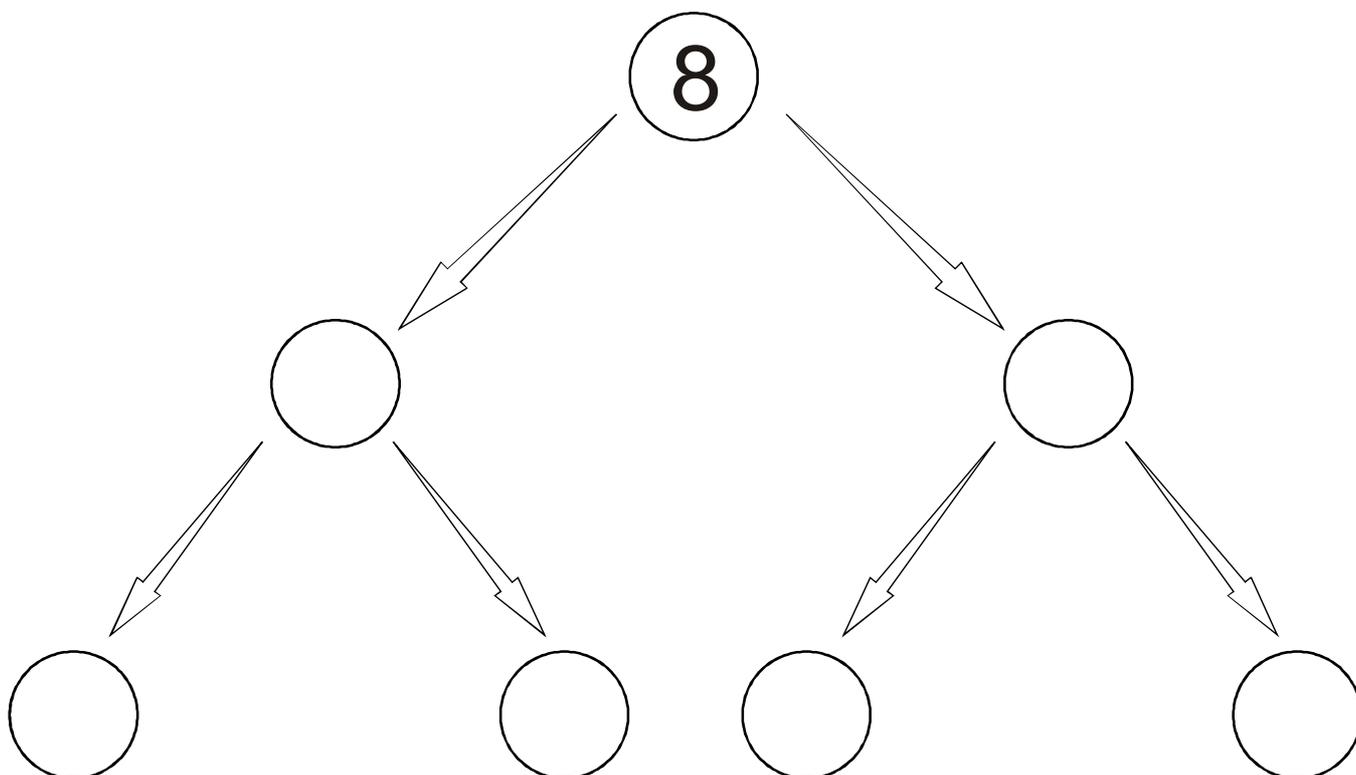
2. «Перелет птиц».

III. Хоровод «Ходит Ваня».

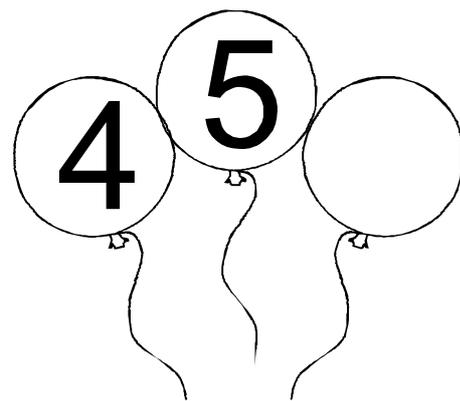
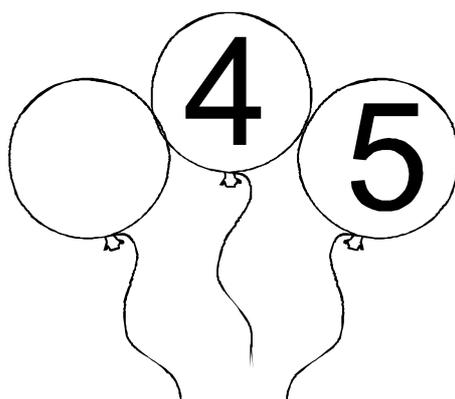
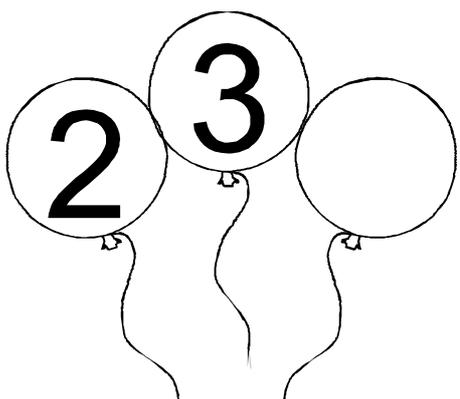
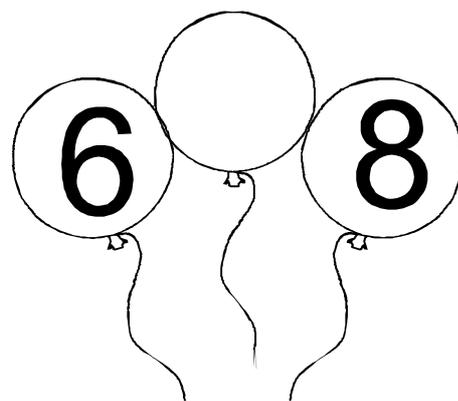
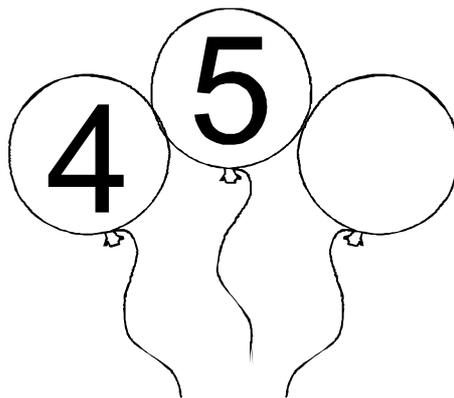
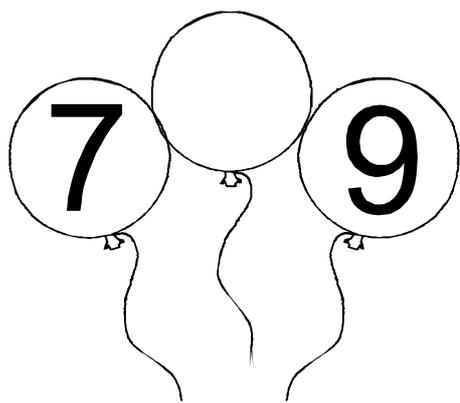
Разложи число на два любых числа.
Каждое из новых чисел разложи еще на два числа



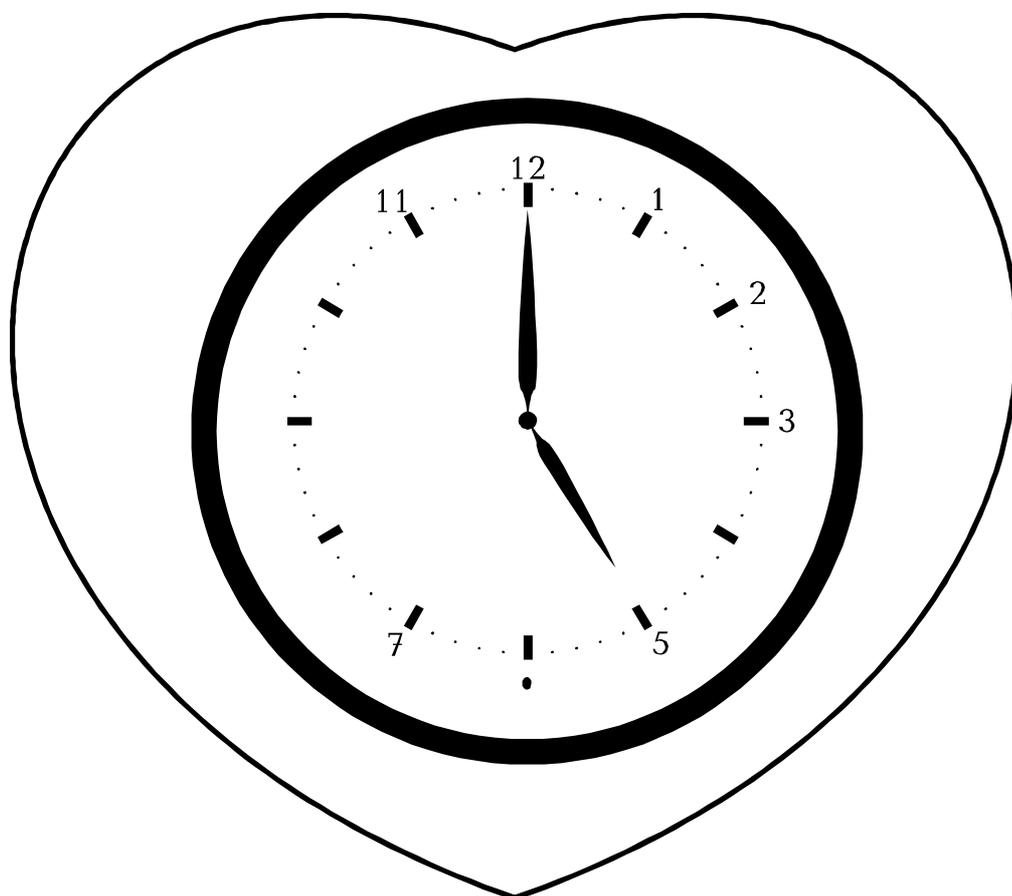
Разложи число на два любых числа.
Каждое из новых чисел разложи еще на два числа



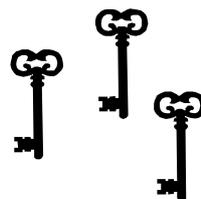
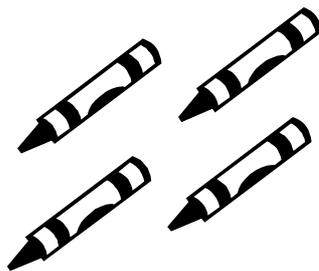
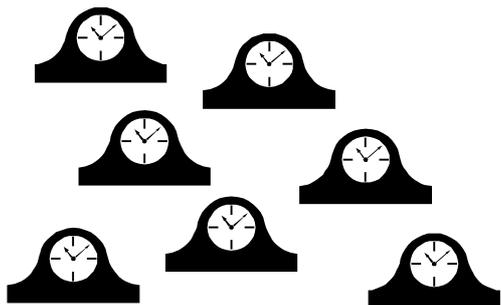
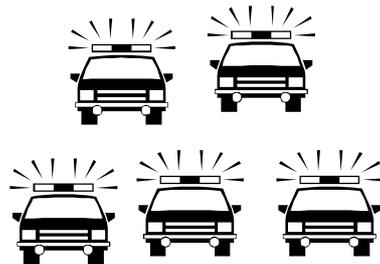
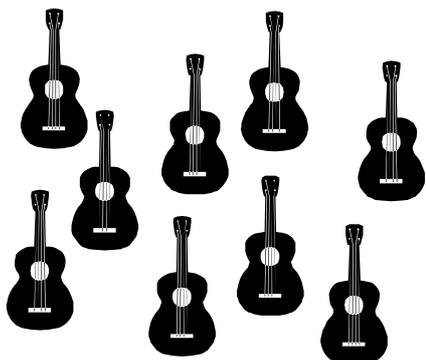
Запиши соседей чисел



Запиши недостающие числа на циферблате часов



Соедини цифру с группой предметов



7

4

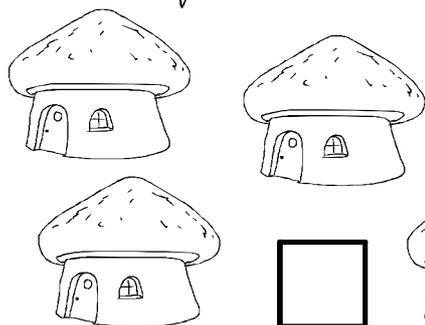
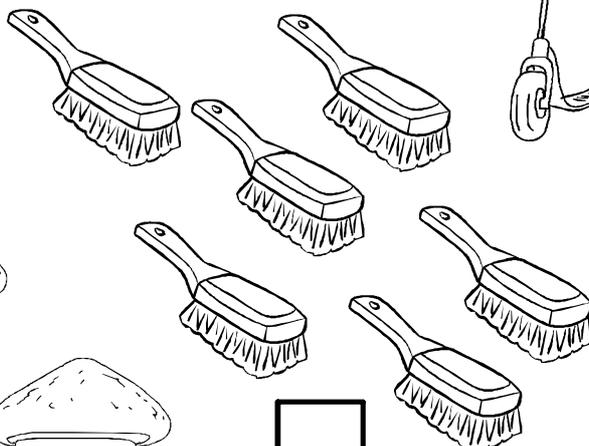
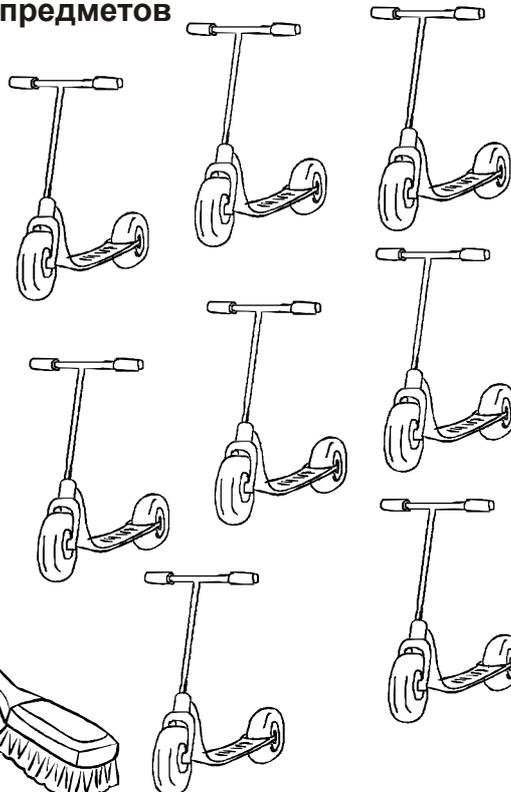
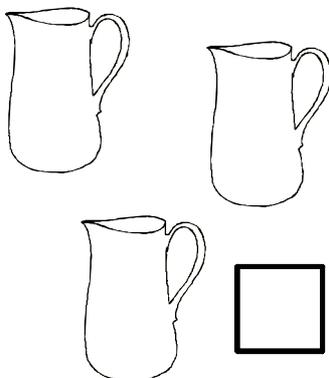
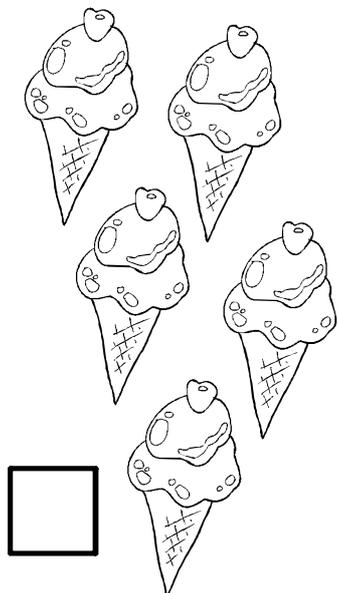
6

3

5

9

Запиши числом количество предметов



Соедини примеры с их ответами

$3 + 4$

$6 + 2$

$2 + 5$

$3 + 5$

8 7

$1 + 4$

$1 + 6$

5

$4 + 4$

$7 + 1$

$2 + 3$

$1 + 7$

$6 - 4$

$3 - 2$

$8 - 5$

$9 - 7$

1 3

$5 - 4$

$6 - 3$

2

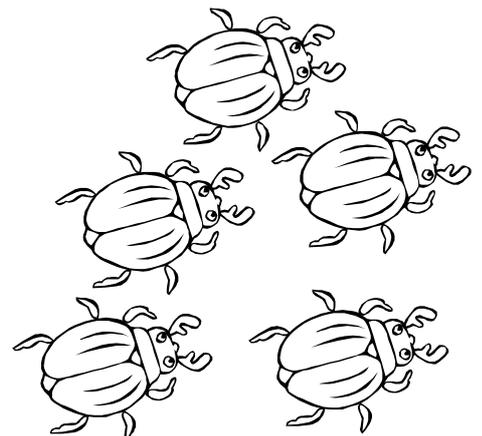
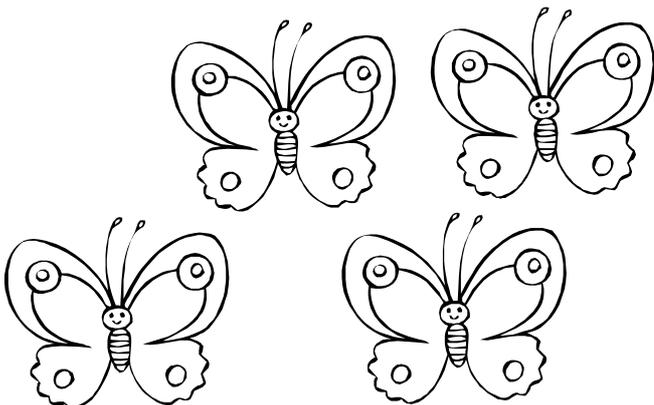
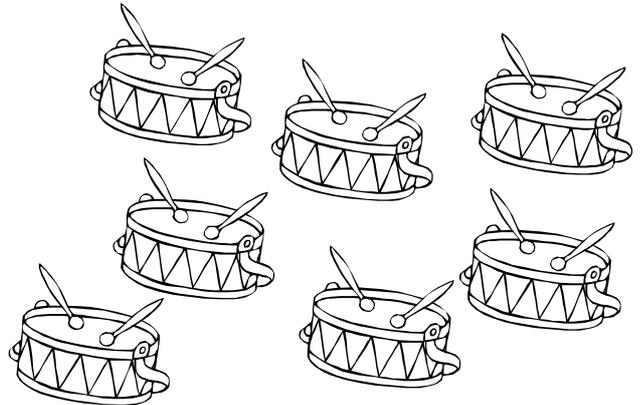
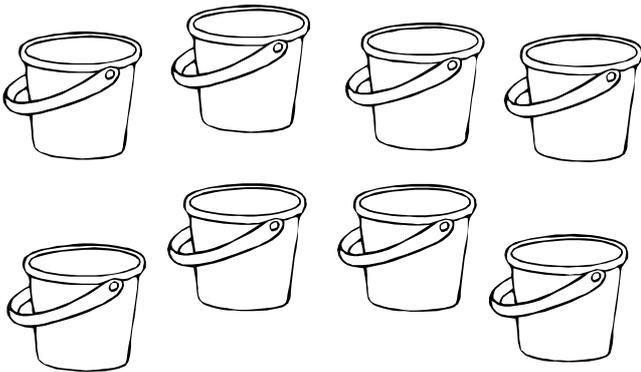
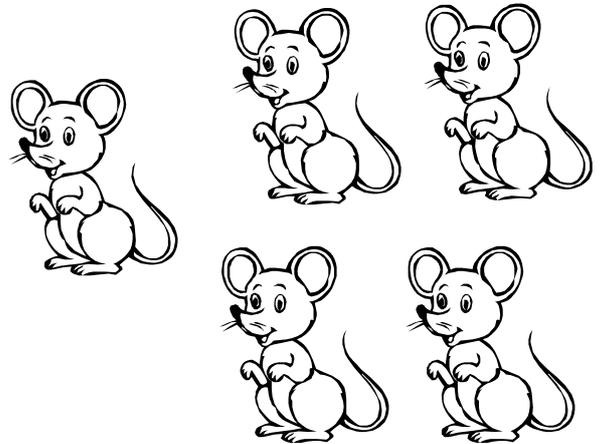
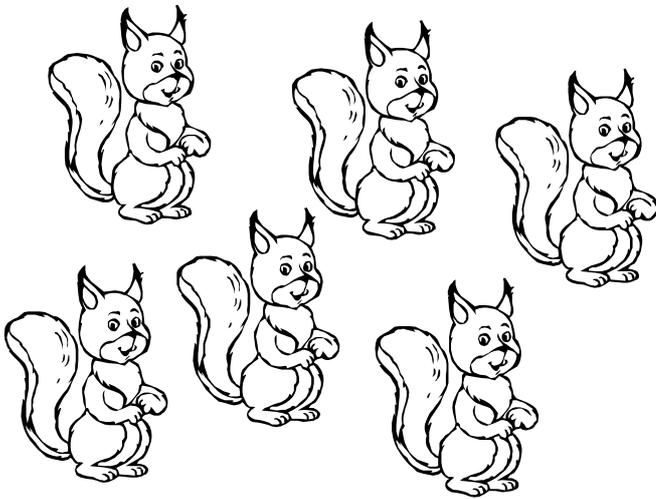
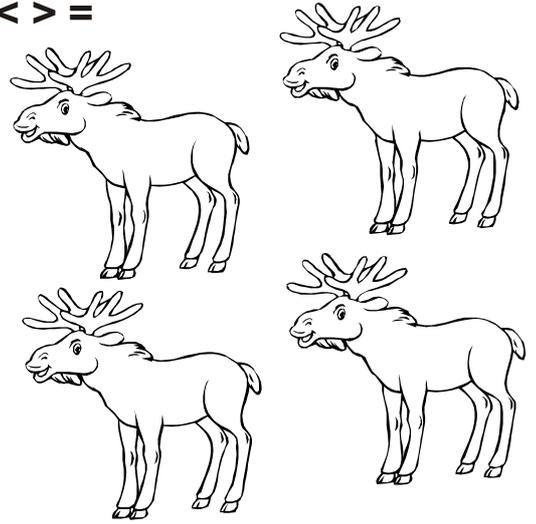
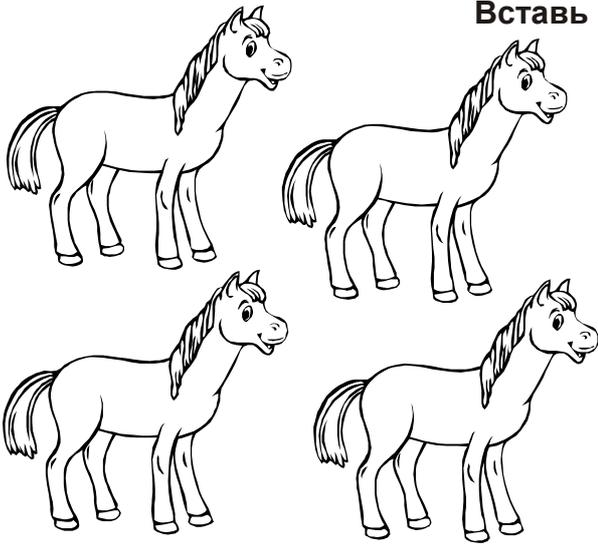
$5 - 3$

$3 - 1$

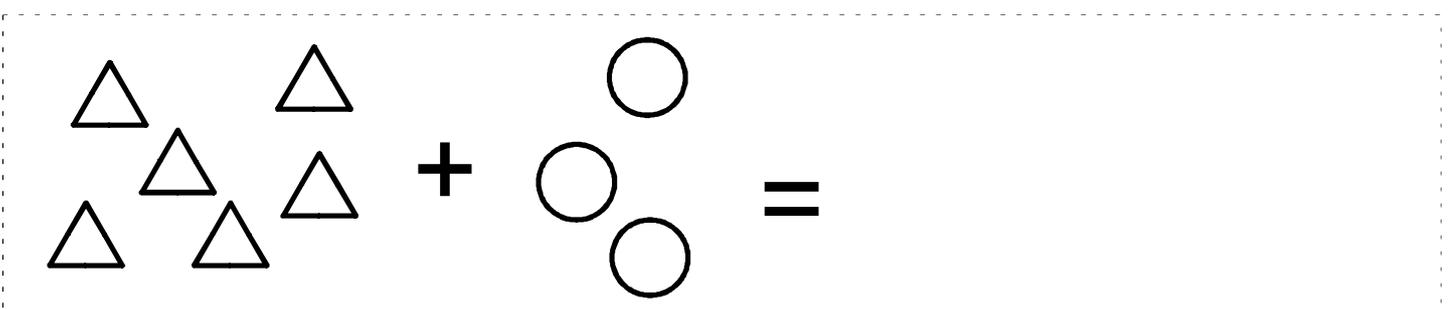
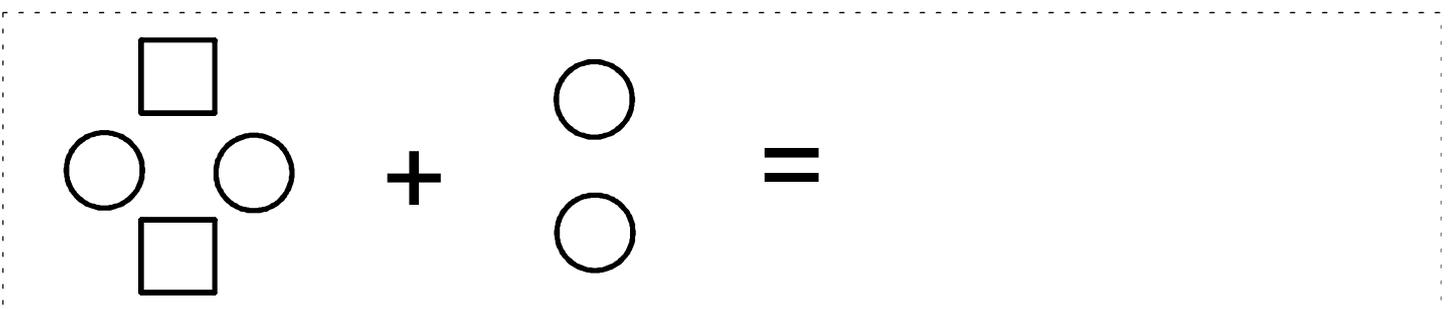
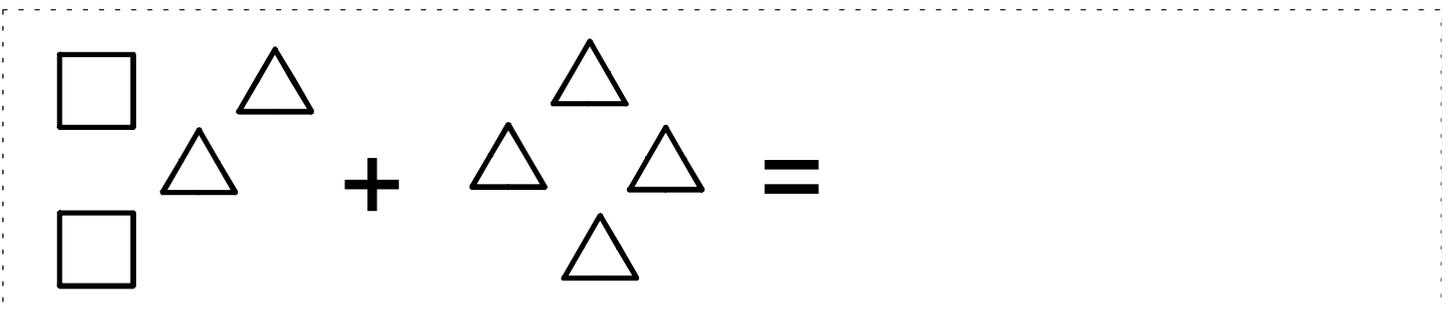
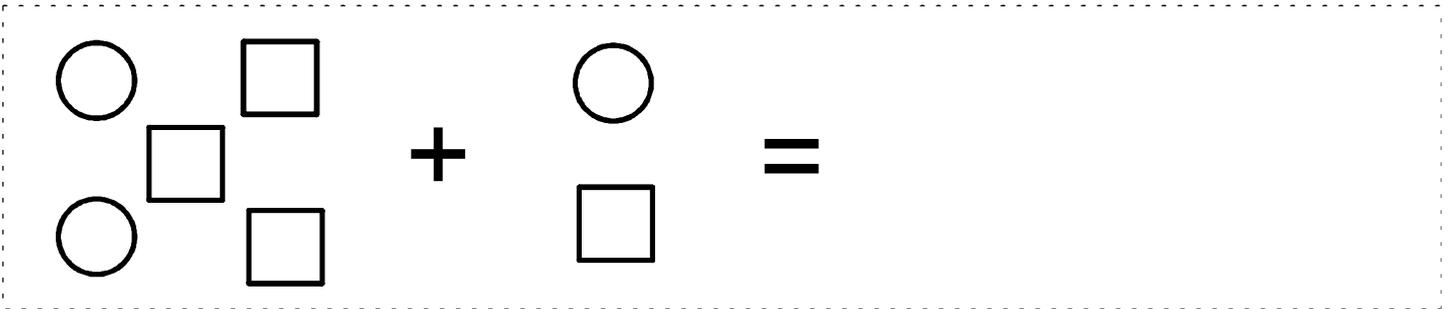
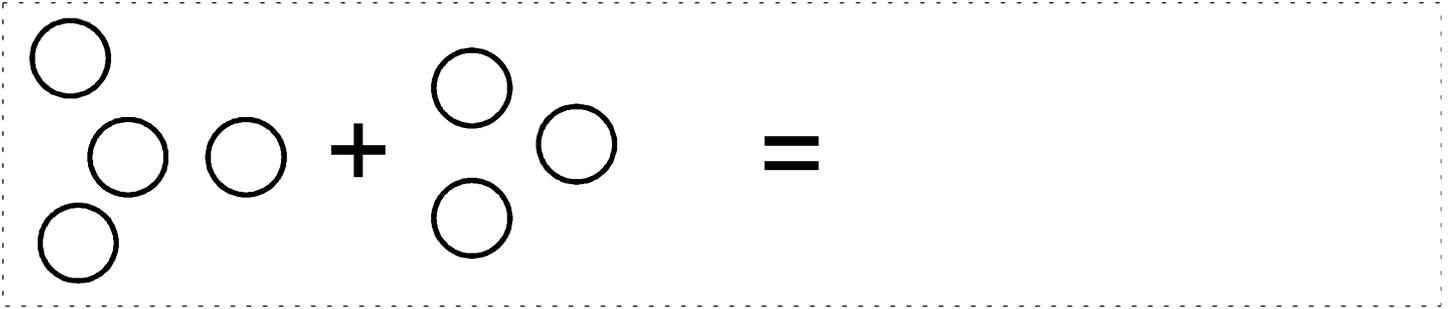
$4 - 2$

$7 - 4$

Вставь подходящий знак < > =



Реши примеры, нарисуй ответы



Реши примеры, нарисуй ответы

