

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка - детский сад №2 «Светлячок» муниципального
образования город-курорт Геленджик**

**Методическая разработка
«Цикл сценарно-методического материала по физическому развитию для детей
дошкольного возраста»**

Составители:

Борисенко Ольга Витальевна

Мешкова Наталья Александровна

Шевшелева Анастасия Александровна

Геленджик, 2024 год

Содержание

I. Пояснительная записка.....	3
1. Актуальность, цель и задачи методической разработки.....	3
2. Сценарный план спортивного развлечения «День семьи, любви и верности в нашем ДОУ»	7
3. Сценарный план спортивного развлечения «Зимние Олимпийские игры в детском саду»	13
4. Сценарный план физкультурного праздника «Мой папа самый спортивный»	18
5. Сценарный план спортивного праздника «Мама, папа, я спортивная семья»	24
6. Сценарный план спортивного досуга «Наш спортивный Краснодарский край»	31
7. Ожидаемые результаты.....	38
8. Вывод	
II. Список используемых источников	

I. Пояснительная записка

1. Актуальность, цель и задачи методической разработки

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования и ФОП ДОУ отдельной областью выделено «Физическое развитие», в котором особое внимание должно уделяться овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, т.к. именно оно - одна из главных составляющих физического развития ребенка. Дошкольный возраст является решающим периодом в формировании фундамента физического здоровья. Поэтому в этом возрасте важно сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Детский сад и семья призваны заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы.

Проблема взаимодействия детского сада и семьи в последнее время попала в разряд самых актуальных.

Лозунг «Здоровые дети – в здоровой семье» с каждым годом становится всё более значимым.

Большинство взрослых понимают роль спорта в жизни семьи и своего ребенка, но сами порой, почему-то остаются в стороне. В семье родители часто не задумываются над тем, что дети в первую очередь берут пример с них. Родители должны понимать, что воспитывать интерес и любовь к спорту нужно с самого раннего детства.

Практическая часть. По своим наблюдениям хочу отметить, что важнейшим способом взаимодействия педагогов и родителей в вопросе формирования здорового образа жизни является организация совместной деятельности, в которой родители – не пассивные наблюдатели, а активные участники процесса. Одной из эффективных форм пропаганды здоровой и крепкой семьи в ДОУ является проведение совместных спортивных мероприятий.

Основу программы физкультурного мероприятия составляют веселые подвижные игры и разнообразные физические упражнения, отражающие приобретенные детьми двигательные навыки за определенный период времени, они не требуют специальной подготовки и естественно вливаются в праздничную программу, доставляя детям большое удовольствие.

Воспитание интереса к занятиям физическими упражнениями возможно при тесном и плодотворном сотрудничестве детского сада и семьи. Необходимы партнерские взаимоотношения с родителями и их заинтересованность в результатах деятельности детей. В своей работе, при подготовке праздника приходится сталкиваться с рядом трудностей: многие мамы не решаются участвовать в состязании, а папы ссылаются на занятость на работе. Нужно донести до родителей, что спортивные досуги, развлечения дают детям возможность проявлять активность, самостоятельность и инициативность. Участие в эстафетах способствует повышению интереса к физическим упражнениям, формируют ловкость, решительность, выносливость.

А родители, участвуя в совместных мероприятиях, получают возможность видеть, как ребенок ведёт себя в коллективе, какую радость и пользу приносят ему игры, веселые состязания.

Дети, видя, как родители бегают, прыгают, соревнуются, проникают новыми чувствами к ним и испытывают огромную радость от взаимного общения.

Дети особенно восприимчивы к положительному примеру взрослых.

Совместные праздники надолго остаются в памяти взрослых и детей. Мне бы хотелось отметить, что семья и детский сад во взаимодействии друг с другом создают оптимальные условия для вхождения маленького человека в большой мир. И наши спортивные мероприятия, проводимые в детском саду направлены на то что бы сблизить детей и родителей и в первую очередь доставить радость детям от совместного выполнения заданий.

Игры и соревнования – это не только забава, но и одно из важнейших средств воспитания. Такие качества как дисциплинированность, целеустремленность, умение быстро решать поставленные задачи вырабатываются в игре. В командных играх

совершенствуется умение сотрудничать в коллективе, согласовывать свои действия с другими членами команды. Обучение родителей навыкам совместного занятия с детьми подвижными играми является хорошим средством их успешного взаимодействия. Совместные игры родителей с детьми значительно укрепляют их взаимопонимание, разнообразят общение.

Организация спортивных мероприятий требует большой предварительной работы всего педагогического коллектива, родителей и детей: это и беседы о предстоящем событии, и составление сценария праздника, и консультации, определяющие степень участия каждого в процессе организации и проведения праздника. Желательно активное привлечение взрослых и детей к совместной деятельности при подготовке спортивных и концертных выступлений. Они также могут принимать посильное участие в украшении помещения, изготовлении костюмов, атрибутов, пособий и т. п. Такая совместная деятельность способствует воспитанию дружелюбия, товарищеской взаимопомощи и поддерживает желание активно участвовать в мероприятиях, организуемых в дошкольном учреждении.

Успех семейно-спортивного праздника во многом зависит от того, насколько хорошо взрослые смогут его организовать, выбрать время, создать условия, подобрать подходящий реквизит. После проведения мероприятия желательно оформить фото стенд (хроника проведения праздника, завести журнал отзывов и пожеланий, в котором отражаются отзывы и впечатления, как о празднике, так и о работе детского сада в области физического воспитания.)

Целью методической разработки является привлечение детей и их родителей к здоровому образу жизни через совместные спортивные мероприятия.

Данная цель конкретизирована рядом задач –

- формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека;

- умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем;

- совершенствовать психофизические качества (силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость);

-развивать социально-коммуникативные навыки, расширять представления об активном отдыхе.

-В методической разработке представлен сборник методических материалов (спортивных мероприятий).

Любой праздник – это всегда радостное событие. Его ждут, к нему готовятся, он надолго запоминается. Тема праздника может быть посвящена событиям в спортивной жизни, знаменательным датам, отдельным видам спорта, известным спортсменам.



2. Сценарный план спортивного развлечения

(дошкольный возраст)

Тема: «День семьи, любви и верности в нашем ДОУ»

Цель: Создание условий для творческого, совместного сотрудничества детей, родителей и сотрудников детского сада.

Задачи:

- Развивать интерес у детей к совместным двигательным упражнениям с родителями.
- Формировать у детей представление о семье, как о людях, которые живут вместе, любят друг друга, заботятся друг о друге. Развивать умение сопереживать и помогать друг другу.
- Развивать наблюдательность, внимание, память, умение слушать.
- Пропагандировать значение физической культуры как средства достижения физической красоты, силы, ловкости и выносливости.

Предварительная работа: проведение беседы о празднике, повторение песен, разучивание стихотворений о семье, разучивание пальчиковой игры «Семья», подвижной игры. Рассматривание семейных фотографий. Зарисовка «Портрет семьи».

Оборудование: Растяжка букв «День семьи, любви и верности». Плакат «Наша дружная семья». 2 больших жёлтых круга, 2 маленьких жёлтых круга, лепестки маленького и большого размера по количеству участников; 2 совка, 2 ведра, 2 веника, шарики для сухого бассейна двух цветов по количеству участников; 2 широких штанов для эстафет, 2 конуса-ориентира; 2 коляски, 2 куклы, 12 конусов-ориентиров; 2 машинки на верёвке, 2 стакана; 2 обруча с натянутой тканью, части лица.

Ход мероприятия

Под музыку входят болельщики и занимают свои места. Под аплодисменты зрителей и болельщиков входят команды, состоящие из родителей и их детей.

Ведущий: Добрый день наши милые гости, родители, дети! Как приятно видеть вас на нашем празднике посвященному «Дню семьи, любви и верности»!

Ведущий: Какое красивое название праздника – День семьи, любви и верности... На Руси, есть святые покровители влюбленных, брака и семейного счастья.

- Кто знает, как их зовут? Это Пётр и Феврония.

Памяти этих святых и посвящен этот праздник.

Ведущий: Для детей самыми любимыми и дорогими людьми являются их родители. Проходят увлечения, минуют многие привязанности, но любовь к своим родителям, к своей семье остается до конца дней.

А что же такое семья?

Стихи. Читают дети.

1. Что такое семья?

Вы спросите меня.

Я отвечу вам с удовольствием,

Что семья – это дом,

Садик мой за окном,

И семья – это малая Родина!

Под пургой и дождём

Нас согреют теплом

И помогут в любых ситуациях

Мамы милой глаза,

И улыбка отца,

И ватрушки, и булочки бабушки!

(Е.Воронина, из цикла «Сердце отдаю детям»)

2. Семья – это мама, и папа, и дед,

Бабуля готовит нам вкусный обед.

В семье ещё братья и сёстры бывают.

Семья – это Я, и меня называют:

Котёнок и лапочка, зайнька, птичка...

Мне кто – то братишка, а кто – то сестричка.

Семья - где все любят меня и ласкают,

И лучше семьи ничего не бывает!

(Стих. Е.Тарановой)

Ведущий: Приглашаю всех на танец «Дружба». Для этого всем группам перестроиться в круг и выполнять все движения согласно тексту.

Танец «Дружба»

Ведущий: Семья – счастье, любовь и удача,

Семья – летом поездки на дачу.

Семья – это праздник, семейные даты,

Подарки, покупки, приятные траты.

Рождение детей. Первый шаг, первый лепет,

Мечты о хорошем, волнение и трепет.

Семья - это труд, друг о друге забота,

Семья - это много домашней работы.

Семья – это важно!

Семья – сложно!

Но счастливо жить одному невозможно!

Всегда будьте вместе, любовь берегите,

Обиды и ссоры подальше гоните,

Хочу, чтоб про нас говорили друзья

Какая хорошая ваша семья!

Ведущий: Вы хотите поиграть? Свои пальчики размять?

(Проводится пальчиковая игра «Наша семья»)

Этот пальчик большой –

Это папа дорогой.

Рядом с папой - наша мама.

Рядом с мамой брат старшой.

Вслед за ним сестрёнка –

Милая девчонка.

И самый маленький крепыш-
Это славный наш малыш.
Это я, это я, это вся моя семья.

Ведущий: Уважаемые родители, а пословицы вы знаете?

Продолжите мои:

- не родись красивой, а родись (счастливой)
- у семи нянек дитя (без глаза)
- гости на пороге- счастье (в доме)
- дом без хозяйки (сиротка)
- яблоко от яблони (не далеко падает)
- в гостях хорошо, (а дома лучше)

Ведущий: Сегодня мы собрались, чтобы ещё раз убедиться, какие мы крепкие, здоровые, сильные, ловкие. Сегодня у нас необычные соревнования, так как вместе с нами будут соревноваться ваши мамы и папы.

«Быть сильным, здоровым, умелым и смелым считаем главным семейным делом! - это девиз наших соревнований.

Ведущий: В спортивном празднике принимают участие 2 команды. Команда «*Красные*» и команда «*Зеленые*». Сборные команды старших, средних и младших групп.

Командам построиться в колонны для соревнований!

Ведущий: Символом Дня Семьи, любви и верности стал один цветок...

Его желтоглазым цветком называют,

Сорвали цветок – лепестками гадают.

Это

Как вы думаете – почему?

Ромашка - цветок русских полей и лугов. А кроме этого, ромашка самым прямым образом относится к любви. Кто знает почему?

На ромашке гадали – любит – не любит. Поэтому у вас сегодня ромашки на груди.

Ведущий: Первое задание, собери ромашки. Большую ромашку собирают взрослые, а маленькую ромашку - дети.

Эстафета №1 «Собери ромашки»

Оборудование: 2 больших жёлтых круга, 2 маленьких жёлтых круга, лепестки маленького и большого размера по количеству участников.

Команды перестраиваются парами. На противоположной стороне лежат два желтых круга - серединки (большой и маленький). Перед командами лепестки ромашек. Первая пара держится за руки, в свободных руках - лепестки от ромашки. По команде бегут до кругов - серединок, кладут лепестки и бегом возвращаются назад, передают эстафету следующей паре.

Эстафета №2 «Наведи порядок»

Оборудование: 2 совка, 2 ведра, 2 веника, шарики для сухого бассейна двух цветов по количеству участников.

Перед участниками на площадке лежат шарики для сухого бассейна двух цветов: красные и зелёные. Участники встают парами (семьями). Ребенок держит мусорное ведро на линии старта, у родителя веник и совок.

Первый родитель бежит до мячика своего цвета, веником замечает мячик в совок и несёт его в ведро, которое держит ребёнок; передают следующим участникам: ребёнку - ведро, взрослому - совок и веник.

Эстафета №3 «Весёлые штаны» (для взрослых)

Оборудование: 2 широких штанов для эстафет, 2 конуса-ориентира.

Участники стоят парами. Первая пара надевает штаны, бежит до ориентира и обратно, передаёт эстафету следующей паре.

Ведущий: Команды отдохнут, поиграем со зрителями.

Игра со зрителями «Как живёшь»

Ведущий: Командам построиться. В следующей эстафете принимают участие папы с детками.

Эстафета № 4 «Прогулка» для пап

Оборудование: 2 коляски, 2 куклы, 12 конусов-ориентиров

Участники-папы с детьми стоят в колонне по одному. Участник катит коляску, обходя змейкой ориентиры, обходит конус и по прямой возвращается назад. Передаёт коляску следующему участнику.

Ведущий: Папы справились с заданием. Сейчас своё мастерство покажут мамы.

Эстафета №5 «Автогонщики» для мам

Оборудование: 12 конусов-ориентиров, 2 машинки на верёвке, 2 стакана

В кузов грузовой машины ставится стакан с водой (пластиковый, воду можно заменить «лизуном»). По команде участник тянет грузовик за верёвку, преодолевая препятствие (змейку) до ориентира и обратно.

Ведущий: А какое у вас настроение? Мы узнаем, когда выполним, еще одно задание.

Эстафета № 6 «Собери мордочку»

Оборудование: 2 обруча с натянутой тканью, части лица.

Команды подходят к обручу. И приклеивают части лица на обруч и поднимают высоко вверх.

Ведущий: Спасибо! А сейчас предоставляется слово Отцу Михаилу.

Отец Михаил

Ведущий: Наш праздник подошёл к концу.

Спасибо большое, что приняли участие в празднике, до новых встреч!



3. Сценарный план спортивного развлечения

(старший дошкольный возраст)

Тема: «Зимние Олимпийские игры в детском саду»

Цель: привлечение детей и родителей к занятиям физической культурой и спортом.

Задачи: упражнять детей в беге с изменением направления движения;

упражнять в метании с энергичным взмахом одной рукой;

развивать быстроту, ловкость, силу, выносливость посредством проведения эстафет;

доставить детям и родителям удовольствие от совместных занятий физической культурой;

способствовать развитию положительных эмоций, чувств взаимопомощи.

Оборудование: разноцветные цветные жетоны, ориентиры, гимнастические палки, клюшки, шайбы, скейт доска, мячи, швабры, ворота, винтовки, мишень, снежки.

Место проведения: спортивная площадка, территория детского сада.

Время проведения: 8 февраля 2019 года 16.00.

Оформление площадки: символика олимпийских игр, зимние виды спорта (*плакаты*).

Предварительная работа: беседа с детьми об Олимпийских играх;

знакомство с эмблемой Олимпиады и обозначением цвета в Олимпийских кольцах;

нахождение и рассматривание на глобусе континентов, относящихся к эмблеме Олимпийских игр.

Ход мероприятия:

Проходя на спортивную площадку, родители получают жетон определённого цвета, встают в шеренгу у ориентира с таким цветом.

Дети с родителями построены в шеренги на большой спортивной площадке.

Ребёнок. Всех ребят и всех знакомых

Мы позвали в детский сад,

Мы сегодня здесь устроим

Праздник спорта, дошколят.

Ведущий. Здравствуйте, уважаемые взрослые и дети. Приглашаем вас в зимнюю сказку, страну зимних олимпийских игр и развлечений.

Ребёнок. Олимпийские игры, что это такое?

Ведущий. Это состязания лучших спортсменов.

По легенде правитель Древней Греции обратился к мудрецу с вопросом: «*Что надо сделать, чтобы уберечь наш народ от войн?*». И мудрец посоветовал основать спортивные игры, которые сдружили бы всех греков. В Греции любили спорт и обрадовались такому решению.

С той поры, раз в четыре года, между жатвой и сбором винограда, по дорогам страны отправлялись во все стороны послы, они несли весть о предстоящих спортивных соревнованиях, которые пройдут у священной горы Олимп. И поэтому решили назвать соревнования – Олимпийские игры.

На время игр прекращались все войны. Запрещалось приходить на соревнования с оружием. Вот так зародились Олимпийские игры.

Ребёнок. До сих пор, как и много веков назад, раз в четыре года, в Олимпии зажигается олимпийский огонь, чтобы открыть очередные Олимпийские игры в одной из стран нашей планеты.

Ведущий. В соответствии с приказом Олимпийского комитета Российской Федерации 10 февраля 2019 года проводится Всероссийский день зимних видов спорта, посвящённый 5-ой годовщине проведения XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпийских игр зимних игр 2014 года в г. Сочи.

Ведущий. Существует 15 зимних Олимпийских видов спорта.

Ребёнок. А вы знаете какие?

биатлон, керлинг, конькобежный спорт, шорт трек, фигурное катание, горнолыжный спорт, лыжное двоеборье, лыжные гонки, прыжки с трамплина, сноуборд, фристайл, бобслей, скелетон, санный спорт, хоккей.

Ведущий. Молодцы, справились с заданием!

Сегодня мы вас пригласили для того, чтобы провести свои малые зимние Олимпийские игры. Для их открытия приглашается заведующий детского сада №5 «Морячок»

Заведующий. Нашим олимпийцам предстоят интересные испытания. И мы уверены, что они пройдут их достойно, с радостью и улыбкой. Желаем успехов!

Ведущий. А чтобы наши спортсмены были веселыми и бодрыми нужно провести разминку.

Под музыку проводится разминку.

Ведущий. Считаю малые зимние Олимпийские игры открытыми!

По цвету жетона, сформируйте команды и выберите капитана.

Прошу капитанов команд, подойти для проведения жеребьёвки!

На шею капитана повязывается галстук (такого же цвета как жетон), капитан вытягивает карточку, на которой изображён вид спорта (с которого надо начинать) и карту-маршрут по которому пойдут дальше.

Ведущий. Эстафеты разбили на станции по зимним видам спорта: лыжные гонки, хоккей, бобслей, кёрлинг, биатлон, а на одной из станций вы поиграете в снежки.

Во время жеребьёвки, капитан получил карточку, на которой изображён вид спорта, с этого вида спорта вы начнёте, и будете двигаться по карте от одного вида спорта к другому, вокруг детского сада. Пока, звучит музыка вы выполняете задание. Когда музыка перестает играть, команды по карте-маршруту переходят на другую станцию. Пройдя весь маршрут, выполнив все задания, команды строятся на спортивной площадке.

Заведующий. Мы начинаем малые зимние Олимпийские игры 2019 года в детском саду №5 «Морячок».

Ребёнок. Мне пора присоединиться к своей команде, чтобы поучаствовать в малых Олимпийских играх (*уходит*).

Заведующий + Ведущий. На старт! Внимания! Марш!

Участники расходятся по станциям.

1. Станция «Лыжные гонки»

Эстафета: по сигналу первый участник с палками в руках, идёт вперёд на «лыжах», обходит змейкой препятствия, стараясь их не задеть, доходит до ориентира, обходит его и по прямой возвращается назад.

2. Станция «Хоккей»

Эстафета: хоккейной клюшкой провести мяч между фишками, забросить в ворота, по прямой вернуться назад, передать клюшку следующему.

3. Станция «Бобслей»

Эстафета: встаём парами, ребёнок садится на доску, а взрослый катит его до фишки и обратно, затем передает доску другой паре.

4. Станция «Керлинг»

Эстафета: команда выстраивается друг за другом. На расстоянии 3 метров стоят ворота. Игрок катит мяч по полу, толкая шваброй в ворота. Если мяч выкатится, то гол все равно засчитывается. Затем подводим итог, считаем количество мячей.

5. Станция «Биатлон»

Эстафета: первые участники команд надевает «винтовку», берут палки в руки и идут до корзины с «патронами» мячами, бросают мяч в мишень, берут палки возвращаются обратно, передают палки и винтовку следующему.

6. Станция «Игра в снежки»

Поиграем в снежки. Встаём в две шеренги (взрослые в одну, дети в другую), лицом друг к другу. Бросаем друг в друга снежками, и пока звучит музыка.

Когда команды прошли все станции, они строятся в шеренги на большой спортивной площадке.

Ведущий. Очень долго мы гадали
Самых лучших выбирали
Но не знали, как нам быть
Как вас всех нам наградить?
Этот смел, а тот удал,
Этот ловкость показал.
И по этому по чести
Наградить решили всех
Вас вместе!

Ведущий. Для награждения приглашается заведующий детского сада №5 «Морячок» Судакова Елена Александровна.

Награждение всех участников грамотами.

Ведущий. Вот настал момент прощанья,
Будет краткой наша речь.
Говорим всем – до свиданья,
До счастливых новых встреч!

Звучит песня: «**Физкульт – ура!**» (Слова З. Петровой, музыка Ю. Чичкова) все фотографируются на память и покидают зал.

4. Сценарный план физкультурного праздника

(старший дошкольный возраст)

Тема: «Мой папа самый спортивный»

Цель. Привлечение детей и родителей к занятиям физической культурой и спортом.

Задачи. Доставить детям и родителям удовольствие от совместных занятий физической культурой.

Способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи.

Формировать волевые качества, целеустремлённость, выдержку.

Воспитание дошкольников в духе готовности к защите Родины.

Предварительная работа. Придумать название команды, выбрать капитана, беседа о празднике «День Защитника Отечества», выучить девиз, нарисовать эмблему команды.

Место проведения: музыкальный зал

Участники: дети подготовительной к школе группы, папы.

Оборудование: 2 конуса, 20 дисков, 2 модуля, 6 розовых мячей, 2 ракетки, 2 маленьких мячика, 2 кольца, конверт с загадками, 2 разрезанные эмблемы, 2 маленьких стола.

Мероприятие проводится с использованием мультимедийной презентации.

Ход праздника.

Гости и участники сидят на скамейках в зрительном зале.

На экране слайд №1 «Моя армия»

Дети подготовительной группы заходят в зал, выполняют перестроение.

Исполняют песню _____

Выходит ведущий с девочками.

Ведущий: Здравствуйте, гости и участники соревнований! 23 февраля страна отмечает(дети хором день защитника Отечества). Солдаты охраняют нашу мирную жизнь. Лёгкой их жизнь не назовёшь. Надо быть сильным – чтобы не уставать, смелым – чтобы не бояться врага, умелым – чтобы знать, как с оружием обращаться.

1ребёнок: Армии Российской

Сильней на свете нет
Защитникам Отечества
Мы шлём большой привет!

2ребёнок: Поздравить славных воинов

Сегодня нам пора

Давайте громко крикнем: Ура! Ура! Ура!

Слайд№2 «Древняя Русь», на котором изображён древний русский город.

Ведущий: Наша Российская армия «родилась» очень давно. Она существует с тех пор, как образовалась Древняя Русь. Это было небольшое государство и на него часто нападали соседние племена. Чтобы защитить себя, люди стали собирать отряды богатырей.

Слайд№3 «Богатыри»

Ведущий: Давайте вспомним, какое оружие было у богатырей?

Слайд№4 (Меч, боевой нож, булава, палица, лук, стрелы)

Ведущий: Меч, боевой нож, булава, палица, лук, стрелы.

Слайд№5 «Битва русских богатырей»

Слайд№6 «Портрет Петра Первого»

Ведущий: При царе Петре первом появилась в России постоянная Армия. Служили солдаты долгие годы. Вся их жизнь проходила в ученье, походах и битвах. Есть много хороших пословиц, крылатых выражений про смелость и про то, что важно для солдата уметь дружить и воинской дружбой дорожить.

Давайте вспомним пословицы я начну, а вы закончите.(Ответы детей)

- Нет друга – так ищи, ... (а нашёл береги)
- Старый друг лучше... (новых двух)
- Смелого пуля боится, ... (смелого штык не берёт)
- Где смелость –...(там и победа)
- Один в поле... (не воин)
- Герои рождаются... (в бою)

Слайд №7 (О великой Отечественной войне)

Ведущий: А когда началась ВОВ, весь народ встал на защиту нашей Родины. Нет в России ни одной семьи, которой бы не коснулась война. Для многих, это величайший подвиг народа за всю мировую историю, которая ни в коем случае не должна повториться.

Слайды (О разных родах войск 4)

Ведущий: В России много различных родов Войск и каждый из них имеет свою эмблему

1. Пограничные войска *Слайд №8*
2. Танковые войска *Слайд №9*
3. Воздушно-десантные войска *Слайд №10*
4. Сухопутные войска *Слайд №11*

Дети читают стихи

Ведущий: Мы рады Вас приветствовать на игровой программе «Папа может все на свете», наше соревнование посвящаем «Дню защитника Отечества»

Разрешите представить строгое, но справедливое жюри:

Команды, готовы для соревнований? (Ответы детей)

Командам построится и приготовиться для приветствия.

(Команды по очереди произносят название и девиз)

Ведущий: Но прежде чем играть и соревноваться

Вы скорей должны размяться

Упражненья выполняйте,

За нами дружно повторяйте.

(Проводится разминка со всеми присутствующими под музыку «Солнышко лучистое»).

Ведущий: Итак, начнем наше соревнование! Командам занять свои места!

1. конкурс «Пограничники»

Инструктор: Папа идет большими шагами, а ребенок проползает на четвереньках «змейкой» между ног папы до ориентира, обратно бегут, взявшись за руки по прямой.

2. конкурс «Разминируй поле»

Инструктор: Участники стоят в колонне, перед капитаном лежат врассыпную диски. Капитан передаёт диски с боку, последний складывает диски в стопку, когда поле разминировано, команда за капитаном друг за другом, бегут к ориентиру, оббегают его и бегом возвращаются на исходную линию.

Ведущий: Командам предлагаем отдохнуть. *Музыкальная пауза*

Ведущий: Командам встать у скамеек, мы переходим к следующему конкурсу...

3. конкурс «Зарядка для ума»

Ведущий: Папы достают листок с загадкой и загадывают команде соперников.

1. Железная рыба плывёт под водой,
Врагу, угрожая огнём и бедой,
Железная рыба ныряет до дна,
Врагу, угрожая огнём и бедой. (Подводная лодка)
2. Ползёт черепаха – стальная рубаха,
Не знает ни боли она и ни страха
Враг в овраг, и она, где враг,
Что это за черепаха? (Танк)
3. Без разгона ввысь взлетает
Стрекозу напоминает,
Отправляется в полёт
Наш российский ... (Вертолёт)
4. Самолёт летит как птица,
Там воздушная граница.
На посту и днём, и ночью
Наш солдат – военный ... (Лётчик)
5. И на суше, и на море
Он всегда стоит в дозоре.
Он страну не подведёт –

Нарушитель не пройдёт. (Пограничник)

6. Как называется руль

Корабля и самолёта. (Штурвал)

4. конкурс «Пронеси гранату»

Инструктор: Аккуратно на ракетке пронести мячик, перешагнуть через препятствие, обойти «змейкой» розовые мячики, дойти до ориентира, обойти ориентир, и по прямой вернуться обратно, передать ракетку следующему, если граната упала, бал не засчитывается.

5. конкурс «Весёлые штаны»

Инструктор: Команды перестраиваются парами (папа-ребёнок). В одну штанину встаёт папа в другую ребёнок. Бегом бегут до ориентира, оббегают его и возвращаются назад, передают штаны следующей паре.

Ведущий. Команды отдохнут. Проведём игру для болельщиков «Да и Нет», я буду задавать шуточные вопросы, а вы отвечаете «Да или Нет». Будьте внимательны!

1. Наша Армия сильна!
2. Защищает мир она?
3. Мальчишки в Армию пойдут?
4. И девчонок с собой возьмут?
5. У Буратино длинный нос?
6. На корабле он был матрос?
7. Его не любит Карабас?
8. Попал ему гранатой в глаз?
9. Илья Муромец – герой?
10. Автомат носил с собой?
11. Сегодня праздник отмечаем?
12. Мам и девочек поздравляем?

13. Мир важней всего на свете?

14. Знают это даже дети?

6. конкурс «Переправа»

Инструктор: Папы перестраиваются парами, скрещивают руки, ребёнок садится на руки, бегут до ориентира и обратно, бежит следующая пара.

7. конкурс «Шифровка»

Инструктор: Каждая команда получает по конверту. В конверте разрезанная на части картинка. По команде надо собрать пазлы, чья команда быстрее соберёт, та и победит.

Наше соревнование подошло к концу, пока жюри подводит итоги, девочки приготовили для наших пап и мальчишек музыкальный номер

Ведущий: Слово предоставляется председателю жюри (*объявляются итоги, награждение участников*)

Ведущий: Мы с праздником Вас поздравляем солдатским,
Но видеть всегда Вас хотим только в штатском!
А если уж в форме, то только в спортивной –
Для бега, футбола и жизни активной!

Мы завершаем нашу игровую программу. До свидания!



5. Сценарный план спортивного праздника

(старший дошкольный возраст)

Тема: «Мама, папа, я спортивная семья».

Цель: осуществление преемственности в физическом воспитании детей между ДОО и семьей.

Задачи:

1. Развивать ловкость, выносливость, волевые качества в достижении цели, умение ориентироваться в пространстве.
2. Вызвать положительные эмоции к занятиям физкультурой.
3. Создать доброжелательную атмосферу, веселое спортивное настроение у детей и их родителей.
4. Способствовать приобщению детей и родителей к здоровому образу жизни.

Участники: дети средней группы с родителями.

Место проведения: спортивная площадка.

Оформление: спортивная площадка оформлена шарами, плакатами, «Олимпийскими кольцами».

Оборудование: (для одной команды) гимнастическая палка, веник, совок, швабра, обруч, шарики для сухого бассейна, кубики, косынка, большой мяч, косичка, косынка, шапочка волка, колокольчики по количеству детей.

Ход праздника

(Звучит веселая музыка «Неразлучные друзья – взрослые и дети. Болельщики рассаживаются, в центр зала выходит ведущий.)

Ведущий: Здравствуйте, дорогие гости – уважаемые мамы и папы, дети! Мы рады видеть вас на нашем празднике – «Папа, мама, я – спортивная семья!» Мы собрались здесь, не только для того, чтобы соревноваться в силе, ловкости, скорости и выносливости, а ещё для того чтобы поближе познакомиться и подружиться друг с другом.

Пусть слова «Неразлучные друзья – взрослые и дети» будут девизом нашего праздника!

Дети: Этой встрече все мы рады!

Собрались не для наград,
Нам встречаться чаще нужно,
Чтобы все мы жили дружно.

Рядом - папы, мамы.

Папы - бросили диваны,

Мамы – бросили кастрюли

И костюмы натянули!

Ведущий: Давайте поближе познакомимся с нашими командами (*Представление семей*).

Ведущий: А сейчас мы хотим представить наших смелых и сильных пап.

Папы – сделайте шаг вперед.

Вот они перед нами – слегка бодрые, местами подтянутые и даже в чем-то непобедимые, а в чем именно – мы узнаем позже.

Ведущий: А теперь, наши замечательные мамы.

Мамы– сделайте шаг вперед.

Они всегда в форме. Дают о себе знать постоянные тренировки: плита, бег по магазинам, стирка, уборка. И мы уверены, что сегодня именно они будут задавать тон своим командам.

Ведущий: И, наконец, самые маленькие участники соревнований - наши дети!

Ребята, сделайте шаг вперед.

Это они еще с пеленок долгие годы закаляли постоянными тренировками и объединяли своих родителей в дружескую команду, ставя перед собой все новые задачи: тяжело в учении, легко в бою.

Сегодня на ваших глазах пройдут соревнования самых смелых и решительных, самых находчивых и веселых. Но неважно, кто станет победителем в нашем, скорее

шуточном состязании, а победитель обязательно будет, главное, чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника, атмосферу доброжелательности, взаимного уважения и понимания.

Ведущий: Давай те подбодрим наши команды!

А раз у нас соревнования, значит должно быть и жюри, строгое и справедливое.

Оценивать наши успехи будет жюри в составе:

Ведущий: Ребята каждое соревнование начинается с зарядки. Перед любыми соревнованиями необходимо провести разминку, подготовить свое тело к физическим нагрузкам, размять все мышцы.

Упражненья выполняйте,

За нами дружно повторяйте!

(Под музыку проводится разминка со всеми присутствующими в зале)

Ведущий:

Любят сказки все на свете,

Любят взрослые и дети.

Любят слушать и смотреть.

Сказки могут душу греть.

Не только душу, но и тело,

В сказках, я для вас

Эстафеты подсмотрела.

Ведущий: Кто путешествовал на прутике?

1.Эстафета «Лягушка – путешественница»

Оборудование: гимнастическая палка.

Папа с мамой держат гимнастическую палку. Ребенок берётся двумя руками за палку. Родители на гимнастической палке переносят ребёнка на противоположную сторону, оставляют ребёнка. Бегом возвращаются назад, передают палку следующей паре.

Ведущий:

Из танцзала короля
Девочка домой бежала,
Туфельку из хрусталя
На ступеньках потеряла
Тыквой стала вновь карета....
Кто, скажи, девчушка эта?

2.Эстафета «Золушка»

Оборудование: веник, совок, швабра, обруч, шарики для сухого бассейна, кубики, корзина.

Родители выстраиваются в колонну по одному. Дети на противоположной стороне в обруче раскладывают мячи и кубики. Мама с папой, бегут к обручу, мама веником на совок замечает кубик, бегом возвращается назад, кладёт кубик в корзину, передаёт веник следующей маме; папа – добегают до обруча, шваброй катит мяч до корзины.

Ведущий: В следующей эстафете принимают участие взрослые.

Ведущий:

В этой сказочке есть парочка.

Он слепой, она хитра.

В них ни капли нет добра.

3.Эстафета «Лиса Алиса и Кот Базилио»

Оборудование: косынка, конус ориентир.

Папа с завязанными глазами, мама - на одной ноге, держа папу под руку, допрыгивают до ориентира, назад, взявшись за руки, возвращаются назад.

Ведущий: Нашим спортсменам надо отдохнуть. А пока они набираются сил, проведем конкурс для болельщиков (зрителей). Команды садятся на скамейки.

Конкурс для болельщиков «Угадай сказку»

Ведущий: Я читаю отрывок из сказки, а вы должны сказать, как она называется.

- «Я от дедушки ушел, я от бабушки ушел...» (Колобок);
- «Не садись на пенек, не ешь пирожок...» (Маша и медведь);
- «Не пей, братец, этой водицы – козленочком станешь...» (Сестрица Аленушка и братец Иванушка);
- «Яблоня, Яблоня, спрячь нас...» (Гуси-лебеди);
- «Спи, глазок, спи, дугой...» (Хаврошечка);
- «Чего тебе надобно, старче?» (Сказка о золотой рыбке);
- «По щучьему веленью, по моему хотенью...» (По щучьему веленью);
- «Сивка-бурка, вещая каурка, стань передо мной, как лист перед травой...» (Сивка-бурка).

Ведущий: Наши команды отдохнули, набрались сил?! И мы приглашаем спортсменов, занять свои места на линии старта.

(Команды занимают свои места на линии старта.)

Ведущий: Продолжаем наши соревнования. Команды, приготовились к старту?

Ведущий: Отгадываем следующую сказку: «Лягушечка, лягушечка, отдай мою стрелу...» (Царевна-лягушка);

4. Эстафета «Лягушка – царевна»

Оборудование: большой мяч, косичка.

Папы с ребёнком стоят на линии старта, мамы стоят в колонне на противоположной стороне. Папа берёт ребёнка на руки, у ребёнка в руках мяч. Папа, с ребёнком на руках, добегают до ориентира, останавливаются, ребёнок бросает мяч маме; берутся за руки и втроём, возвращаются назад, передают мяч следующему ребёнку.

Ведущий: «Козлятушки, ребяташки, отопритесь, отворитесь...» (Волк и семеро козлят);

5.Эстафета «Волк и семеро козлят»

Оборудование: косынка, шапочка волка, колокольчики по количеству детей.

Один папа в шапочке волка, мамы с остальными папами встают в круг, строят «домик», дети внутри круга с колокольчиками. «Волк» из команды соперников, с завязанными глазами ловит «козлят» внутри круга. «Козлёнок», которого поймали, выходит из круга.

Ведущий:

Зайка в нём жил и лягушка-квакушка,
Волк, и лисичка, и мышка-норушка,
Только медведь поместиться не смог,
С треском разрушил наш..... (теремок)

6.Эстафета «Теремок»

Оборудование: обруч.

Капитан команды в обруче переправляет каждую семью на противоположную сторону площадки. Когда все семьи будут переправлены. Папы строят «дом», берутся за руки, а мамы с детьми внутри круга.

Ведущий:

Последний вид соревнований,
Мы завершили и сейчас
Итог всех наших состязаний,
Пусть судьбы доведут до нас.
Жюри подводит итоги, предлагаю поиграть в игру «У бабушки Маланьи»
Участники идут хороводом, приговаривая:
«У Маланьи, у старушки,
Жили в маленькой избушке
Семь сыновей, семь дочерей,
Все без бровей, с вот такими вот носами, (показывают жестами)

С вот такими бородами,

Все они сидели, ничего не ели,

Делали вот так... *(воспроизводят действия, показанные ведущим)*

Ведущий: Пожалуй, пора дать слово жюри. Сейчас мы узнаем, какая команда сегодня стала самой лучшей, дружной, быстрой и спортивной.

Предоставляется слово _____

(Жюри объявляет итоги соревнований. Вручаются грамоты, медали и призы.)

Ведущий:

Сегодня проигравших нет,

Есть просто лучшие из лучших.

Пусть в каждом сердце дружбы свет,

Зажжет поступков добрых лучик.

Наш спортивный праздник подошёл к концу. До новых встреч!



**6. Сценарный план спортивного досуга
(старший дошкольный возраст)
«Наш спортивный Краснодарский край»**

Цель: Приобщение родителей к жизни детского сада

Задачи:

1. Формирование здорового образа жизни семей.
2. Воспитание физической культуры и нравственной сплочённости семьи.
3. Развитие спортивных и двигательных навыков у детей и взрослых.
4. Профилактика и предупреждение заболеваний детей.

Место: Спортивная площадка

Предварительная работа: спортивная площадка украшена шарами и пословицами о маме, о спорте.

Оборудование (на одну команду):

веники; совочки; вёдра; шарики для сухого бассейна; стойки; верёвка; шары; ленточки; столы; и стулья; посуда; скатерти; самокаты; дощечка; скамейка; кегли; листы бумаги с буквами; прищепки.

Действующие лица: Карлсон

Ход мероприятия:

/Под музыку на площадку входят команды детей и родителей/

Ведущий: На спортивную площадку

Приглашаем всех мы вас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас.

Если хочешь быть умелым

Сильным, стройным, умным, смелым

Научись любить скакалки,

Мячи, обручи и палки.

Ведущий: Мы с вами живём в великой огромной стране России. Все мы очень любим нашу страну, и, конечно мы любим наш Краснодарский край, которому в этом году исполняется ____ лет. Как известно, Кубань славится семейными традициями, праздниками и угощениями и сегодня наши мамы покажут, как надо подготовиться к празднику.

1-й ребёнок: Родители такой народ.
На занятость спешат сослаться.
Они наверно забывают
Всем надо спортом заниматься!

2-й ребёнок: И вот чтоб ставить всем рекорды
И о болезнях забывать –
Над мамами в вопросах спорта
Решили дети шефство взять.

/Под музыку влетает Карлсон./

Карлсон: Вот Карлсон к вам пришёл, друзья
Поздравить вас с бездельем!
Успехов вам желаю я
И всякого веселья.
Знаю праздник здесь у вас,
С мамами играете,
А как праздник отмечать
Точно вы не знаете.
Ой, какие мамы у вас красивые.

Карлсон: Непорядок: зал не украшен, стол не накрыт, веселиться рано, а ужас как хочется!

Ведущий: Карлсон, ты хочешь, веселиться и играть с нами?

Карлсон: Да. Я специально слетел с крыши. Чтобы вместе побездельничать и пошалить, но вижу, придётся потрудиться.

Ведущий: Хорошо, чтобы работа (дело) спорилась – надо бы вначале размяться. На разминку становись!

Команды выстраиваются в шеренги по периметру площадки (мамы с детьми).

Разминка под музыку с лентами.

1. И.п. – основная стойка.

2- правая рука с лентой в сторону, наклон головы влево;

и.п.;

левая рука с лентой в сторону, наклон головы вправо;

и.п. (6 раз).

2. И.п. – основная стойка.

1- руки с лентами вверх, правая нога на носок назад;

2- и.п.;

3- руки с лентами вверх, левая нога на носок назад;

4- и.п. (6 раз).

3. И.п. – ноги на ширине плеч.

1- 2 поворот туловища вправо, руки с лентами вытянуть перед собой;

3 – 4 и.п.;

Тоже в левую сторону. (6 раз).

4. И.п. – ноги на ширине плеч.

1,3 руки с лентами вверх;

2 – наклон туловища вправо;

4 – и.п.

Тоже с наклоном влево. (6 раз).

5. И.п. – сидя на пятках, руки с лентами на коленях.

1-2 подняться на колени, руки с лентами вверх, помахать ими вверх;

3-4 – и.п. (6 раз).

6. И.п. – основная стойка.

Прыжки: ноги и руки с лентами, в стороны в чередовании с ходьбой. (6 раз).

7. Упражнение на дыхание «Подуем на ленточки». (6 раз).

Ведущий: Командам приготовится для приветствия!

/Приветствие команд/

Карлсон: Ну, вот, все познакомились. Начинаем подготовку к празднику.

Ведущий: Командам построится у исходной линии.

Карлсон: Для начала наведём порядок в доме.

1. Конкурс – эстафета: «Убираем квартиру».

Оборудование: мячики для сухого бассейна, веники, совки, маленькие вёдра по количеству команд.

(Шарики рассыпаны по площадке, пока звучит музыка, участники команд собирают шарики).

Участник веником, обходя кегли, ведёт мяч, дойдя до финиша, веником кладёт мяч на совочек, а затем мяч кладёт в ведро, возвращается назад, передаёт веник и совок следующему. Команда «_____» собирает красные мячи; команда «_____» - синие мячи; команда «_____» - зелёные мячи.

2. Конкурс – эстафета «Украшаем квартиру»

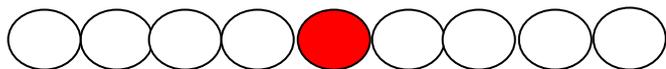
Оборудование: стойка с верёвкой, воздушные шары, ленточки, обручи.

В конкурсе принимают участие дети.

На финише между двумя стойками натянута верёвка.

На линии старта мама надувает воздушный шар, привязывает к нему ленточку. Ребёнок с шариком бежит к обручам, прыгает на одной ноге из обруча в

обруч, в красном обруче меняет ногу, прыгает на другой ноге, привязывает шар к верёвке. И бегом по прямой возвращается назад, передаёт эстафету следующему.



Ведущий: Команды отдохнут. Присаживайтесь.

Карлсон: (*подходит к зрителям*) Что засиделись? Хотите поиграть!

Игра со зрителями. **«Как живёшь?»**

- Как живешь? - Вот так!

(показать большим пальцы обе их рук, направленных вверх.)

- Как идешь? – Вот так!

(Маршировать)

- Как бежишь? – Вот так!

(Бег на месте)

- Ночью спишь? – Вот так!

(Ладони соединить поло жить на них голову)

- Как берешь? – Вот так!

(Прижать ладонь к себе)

- А даешь? – Вот так!

(Выставить ладошку вперед)

- Как шалишь? – Вот так!

(Надуть щеки и кулачками мягко ударить по ним)

- Как грозишь? – Вот так!

(Погрозить пальцем вперед)

3. Конкурс «Наряжаемся».

Оборудование: разноцветные ленты, галстуки, колпачки, самокаты по количеству команд.

Мамы стоят по пути следования детей (от линии старта до финиша)

Ребёнок на самокате подъезжает к маме. Первая мама завязывает ребёнку ленточку на руку, вторая – завязывает галстук, третья – колпачок. Ребёнок возвращается назад, передаёт самокат следующему.

Побеждает команда, которая первая соберётся на праздник.

4. Конкурс – эстафета «Накрываем стол к чаепитию»

Оборудование: для каждой команды: 2 стола, посуда, различные предметы.

Командам перестроиться: первыми стоят дети затем мамы.

(На финише стоят два стола, один с посудой для сервировки стола и ненужными предметами, другой – пустой.) Первыми выполняют задание дети.

Ребёнок бежит к столу, берёт чайную пару – накрывает стол к празднику. Возвращается назад, передает эстафету следующему. Следующий продолжает накрывать стол к чаепитию. Когда стол будет накрыт. Переносим стулья к столу, первый ребёнок несёт стул, ставит у стола, возвращается назад, передаёт эстафету следующему. Когда все стулья будут стоять у стола, ребёнок берёт за руку маму и бегут к столу, мама садится на стул за стол, а ребёнок бежит назад, передаёт эстафету следующей паре.

5. Большая эстафета.

Оборудование: стойки с верёвкой; листы бумаги в корзинке, прищепки по количеству участников; доски, кегли, обручи.

Команды перестраиваются в колонну по одному. Рядом с командой стоит корзинка с листами бумаги, с буквой. На противоположной стороне стоят стойки с верёвкой. Первый участник:

Берёт лист с буквой;

Прыгает двумя ногами из обруча в обруч;

Проходит по доске приставным шагом;

Бежит змейкой, оббегая кегли;

Подбегает к верёвке, прищепляет лист прищепкой к верёвке;

Бегом по прямой возвращается назад, передаёт эстафету следующему.

Когда все листы будут повешены, команда берётся за руки, бежит по прямой, добегают до верёвки. Все дети-участники встают полукругом за стойкой, а мамы собирают из букв предложение: «С днём рождения Краснодарский край»

Карлсон: Ура! Вот это приготовились к празднику!

Как здорово! А теперь давайте веселиться!

/Звучит музыка, все участники танцуют/

7.Ожидаемые результаты

Данная методическая разработка пополняет арсенал методических средств, необходимых в работе педагога. Педагог сможет работать результативнее при подготовке к спортивному мероприятию (празднику) с наименьшими затратами времени. Эта разработка предусматривает взаимодействие старшего воспитателя, инструктора по физической культуре с воспитателями, музыкальным руководителем, родителями.

8.Выводы

Данная форма физкультурно-оздоровительной работы обеспечивает высокую активность педагогов, детей и их родителей. Она способствует созданию в дошкольном учреждении спортивных традиций, что положительно влияет на воспитание интереса к физической культуре всех участников воспитательно-образовательного процесса. Такие мероприятия демонстрируют здоровый образ жизни, представляют достижения в формировании двигательных навыков и психофизических качеств дошкольников.

II. Список используемых источников

1. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. /электронный ресурс <https://fgos.ru/fgos/fgos-do/>
2. Федеральная образовательная программа дошкольного образования /электронный ресурс/
https://files.oprf.ru/storage/image_store/docs2022/programma15122022.pdf
3. Кириллова Ю. А. Навстречу Олимпиаде. Физкультурные досуги для детей старшего дошкольного возраста. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2014. – 80 с.
4. Николаева Е. И. «Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада» - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2015. – 240 с.
5. Олимпийское образование дошкольников: Метод. Пособие \ О543 Под ред. С. О. Филипповой, Т. В. Волосниковой. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2017. – 128 с.
6. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2016. – 112 с.
7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2016. – 112 с.
8. Пензулаева Л.П. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2016. – 112 с.
9. Пензулаева Л.П. Физическая культура в детском саду: Младшая группа М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2016. – 112 с.
10. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр: для занятий с детьми 2 – 7 лет. – М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2014. - 142 с.
11. Харченко Т. Е. «Спортивные праздники в детском саду» - 2-е изд. – М.: ТЦ Сфера, 2017. 128 с. (Будь здоров, дошкольник!).

