

# ***Викторина для воспитателей***

## ***«Физическая культура и спорт»***

В рамках проведения педагогических идей.  
Творческая лаборатория физическое развитие  
инструктор по физической культуре Морозова Г.А.  
МАДОУ ДСКН №6 г. Сосновоборска

**Цель:** закрепить знания педагогов о спорте, методике физической культуры в каждой возрастной группе.

### **Правила:**

- педагоги делятся на две команды (младший и средний возраст; старший и подготовительный возраст);
- каждая команда придумывает название и девиз по теме;
- вопросы задаются командам по очереди;
- за каждый правильный ответ дается фишка – очко;
- победитель определяется по количеству заработанных фишек после финального подсчета.

Вопросы для команд. Команды отвечают по возрастным категориям, на каждый вопрос дается одна минута.

### **1. Утренняя гимнастика:**

- назовите длительность утренней зарядки в младшей и средней группах?
- назовите длительность утренней зарядки в старшей и подготовительной к школе группах?

### **Правильный ответ:**

- 1мл.гр.-4-5мин;
- 2мл.гр.-5-6мин;
- средняя гр.- 6-8мин;
- старшая гр.- 8-10мин;
- подгот. гр. – 10-12мин.

### **2.НОД по физической культуре.**

Назовите количество занятий по физической культуре в неделю и длительность занятия:

- в первой младшей группе – 10мин.
- во второй младшей группе – 15мин.
- в средней группе – 20 мин.
- в старшей группе – 25 мин.

- в подготовительной группе – 30 мин.

### **3. Подвижные игры.**

Перечислите по 5 подвижных игр:

- с предметами и без предметов – *младший и средний дошкольного возраста*

*Без предметов младший возраст* – (бегите ко мне; огуречик, огуречик; по ровненькой дорожке; пузырь; угадай чей голосок).

*С предметами младший возраст* – (найди флажок; воробушки и автомобиль; принеси мяч; поймай комара; мой веселый, звонкий мяч).

- *средний возраст с предметами* (цветные автомобили; попади в круг, перебежки; найди себе пару; перелет птиц);

- *без предметов* – (гуси-лебеди; пилоты; лохматый пес; прятки; наседка и цыплята).

- С предметами и без предметов – *старшего и подготовительного возраста*

*С предметом* - (пугало; солнечные зайчики; лапти; хитрая лиса; вокруг домика; космонавты).

*Без предметов* – (мы веселые ребята; море волнуется...; золотые ворота; голова змея; У дядюшки Егора).

### **4. Спортивные упражнения.**

Скажите, с какого возраста мы обучаем детей следующим спортивным упражнениям:

- катанию на велосипеде – можно научить с 3-4 лет на трехколесном велосипеде.

- на самокате –

- на коньках –

- на санках –

- скольжению по ледяным дорожкам –

- ходьбе на лыжах -

#### **2-ая младшая группа**

##### **Спортивные упражнения:**

1. Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, с поворотами, по кругу.

2. Ходить на лыжах ступающим шагом.

3. Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

4. Катать на санках кукол, друг друга, катание с невысоких горок.

#### **Средняя группа**

### **Спортивные упражнения:**

1. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо, налево.

2. Ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты направо, налево переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полуелочкой. Проходить на лыжах до 500м. Участвовать в играх на лыжах «*Карусель в лесу*», «*Чем дальше, тем лучше*», «*Воротца*».

3. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

4. Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору.

### **Старшая группа**

#### **Спортивные упражнения:**

1. Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты на спуске.

2. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

3. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1 – 2 км. Участвовать в играх: «*Кто первый повернется?*», «*Слалом*», «*Подними*», «*Догонялки*».

4. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево, направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

### **Подготовительная группа**

#### **Спортивные упражнения:**

1. Катание на санках: Поднимать во время спуска с горки заранее положенный предмет (*кегля, флажок, снежок*). Выполнять разнообразные игровые задания: проехать в воротца, попасть снежком в цель, сделать поворот. Участвовать в играх – эстафетах с санками.

2. Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки.

3. Ходить скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (*с палками*). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2 - 3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой сойке, тормозить. Участвовать в играх: «*Шире шаг*», «*Кто самый быстрый*», «*Встречная эстафета*», «*Не задень*».

4. Ездить на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

### **5.Физкультминутка.**

Проведите со своей командой физкультминутку для детей:

- среднего дошкольного возраста;

- старшего дошкольного возраста.

## **6. Элементы спортивных игр.**

*(Вопрос задается обеим командам)*

Перечислите, элементам каких спортивных игр обучают в старшем возрасте?

(элементам баскетбола, волейбола, футбола, настольного тенниса, большого тенниса, хоккей на траве).

## **7.Спорт.**

- Какой вид спорта пропагандировал президент РФ Б.Н. Ельцин (*теннис*)

- Какой вид спорта пропагандировал президент РФ В.В. Путин (*дзюдо*).

- Назовите виды спорта, в которых играют с мячом? (Хоккей с мячом, волейбол, футбол, баскетбол и др.)

- Назовите водные виды спорта. (Синхронное плавание, водное поло, академическая гребля на байдарках и др.)

- Какими видами спорта можно заниматься на льду? (Фигурное катание, керлинг, хоккей, конькобежный спорт, бобслей, скелетон и др.)

## **8.Игра «Составь слова»**

Составьте как можно больше слов в именительном падеже из букв, входящих в слово «**ФИЗКУЛЬТУРА**»

Подведение итогов викторины.