

ШКОЛА СЕМИ ГНОМОВ

ДЛЯ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ ОТ **4** ДО **5** ЛЕТ



БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ





Что такое «Школа Семи Гномов»

«Школа Семи Гномов» — это комплексная система развития ребенка от рождения и до поступления в школу. Для каждого года жизни ребенка предусмотрено по 12 пособий, каждое из которых представляет собой полный систематизированный курс занятий по определенному разделу знаний. Пособия написаны в соответствии с современными образовательными стандартами и дают все, что необходимо знать ребенку соответствующего возраста. Комплексное использование серии позволяет подготовить ребенка по всему спектру дошкольного образования и избежать многих затруднений при поступлении в первый класс.

Семи Гномов — семь цветов радуги — семь лет жизни ребенка. Каждый год в «Школе Семи Гномов» имеет свой цвет, своего гномика, своего героя. Например, у всех книжек для четырехлетних детей желтые обложки, а главный герой — пингвиненок Утя-Путя.

Для чего нужна эта книга

Данная книга предназначена для занятий с детьми 4–5 лет и старше. Книга дает первоначальные представления о космосе: звездах, планетах, Солнечной системе, о Луне и Солнце. Основной принцип подачи материала — наглядность и доступность. Благодаря этому большую часть информации читатель получает, просто внимательно разглядывая рисунки. При этом объем воспринимаемых сведений напрямую зависит от возраста ребенка — чем он старше, тем больше способен он увидеть и понять. Мы убеждены, что книга будет интересна не только маленьким детям, но и школьникам, и даже взрослым. Поэтому возрастную рекомендацию, обозначенную на обложке,

следует воспринимать как минимальный возраст, с которого имеет смысл заниматься с ребенком по данной книге. До начала занятий нужно аккуратно вынуть центральный плакат, к нему вы вернетесь после прочтения всей книги.

Вкладка и наклейки

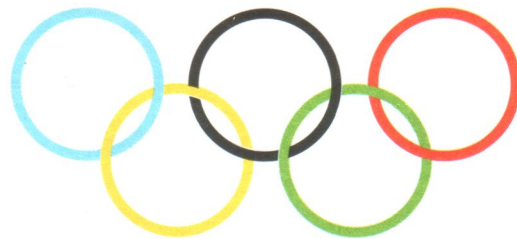
В каждой книге «Школы Семи Гномов» на вкладке вы найдете развивающую игру или дидактический материал для занятий. В данном случае игровое пособие достаточно сложное — это большой двухсторонний плакат, дополненный картонной вставкой и наклейками. На одной из сторон плаката изображены созвездия зодиака, а на другой — планеты Солнечной системы.

«Созвездия зодиака» — на этом плакате изображены зодиакальные созвездия. На листе с наклейками даны знаки зодиака и крупные подписи к ним. Предполагается, что сначала ребенок вместе со взрослым внимательно рассматривает плакат, а взрослый говорит (зачитывает), как называются созвездия. Дети, как правило, с большим интересом отыскивают созвездие, под которым они родились. Вместе с ребенком отыщите созвездия, под которым родились вы, бабушка, дедушка и другие члены семьи. Затем предложите ребенку по названию созвездия найти среди наклеек соответствующий знак зодиака и приклеить его рядом с созвездием. В конце нужно будет разрезать и наклеить подписи (причем лучше сначала разрезать и только потом снимать наклейки с подложки).

Попробуйте вместе с ребенком отыскать созвездия на ночном небосклоне. Даты, указанные возле зодиакальных созвездий, — это лучшее время для наблюдений. В другое время созвездия плохо видны либо не видны вовсе. Такой совместный урок надолго запомнится ребенку.

«Планеты Солнечной системы». Для работы с этим плакатом понадобится картонная вкладка. Предполагается, что сначала ребенок вместе со взрослым внимательно рассматривает плакат, а взрослый читает и рассказывает о планетах. Затем ребенку предлагается вырезать с картонной вкладки все планеты и вклеить их в плакат. Здесь ребенку понадобится ваша помощь, потому что ему будет достаточно сложно определить, какую планету куда нужно приклеивать. Посоветуйте ему ориентироваться в том числе и на размеры планет.

Желаем успехов Вам и Вашему малышу!



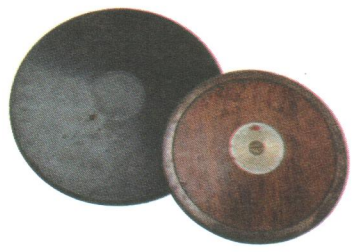
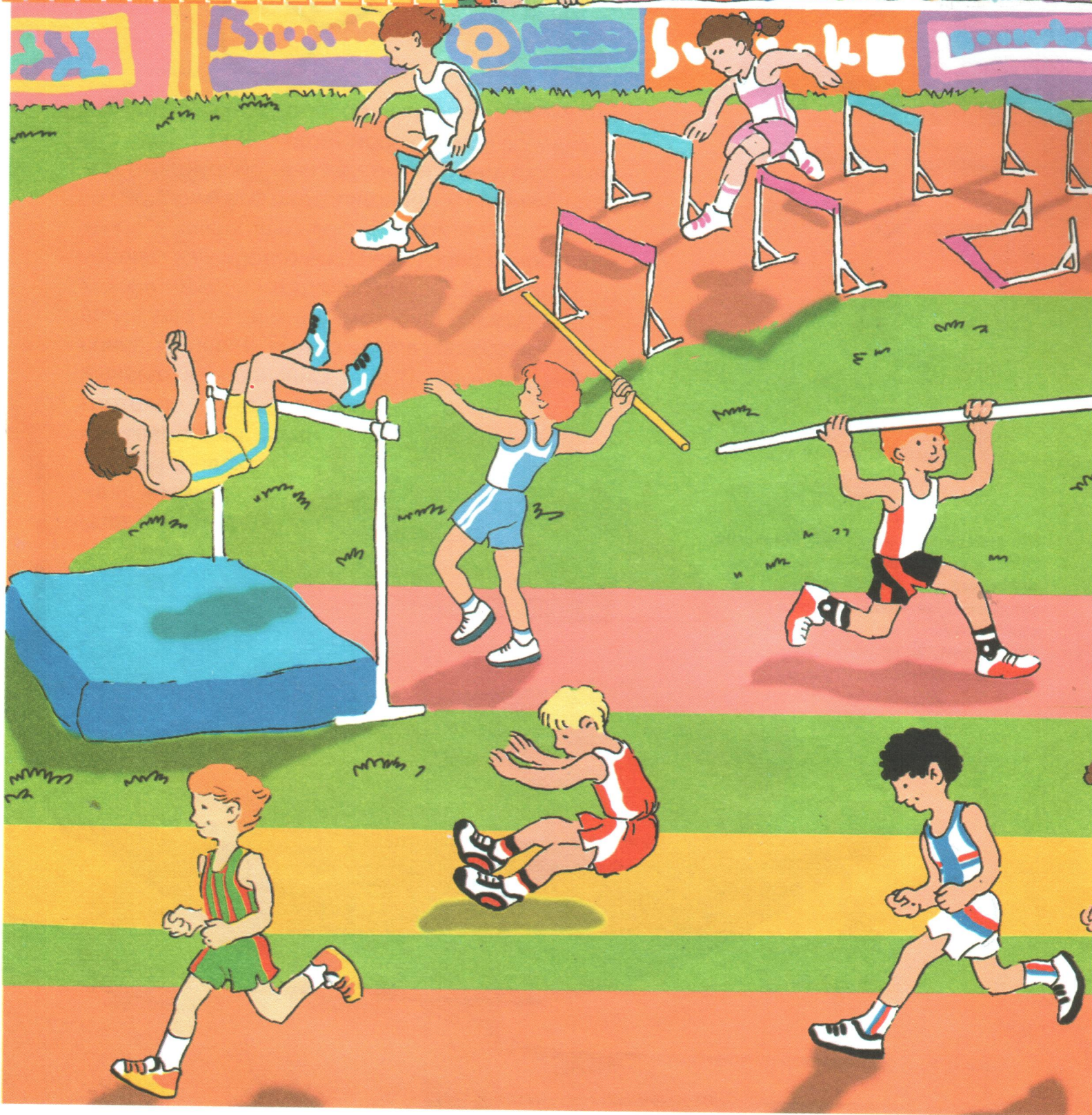
Дискобол — символ древних Олимпийских игр

Олимпийские игры, по преданию, придумал древнегреческий герой Геракл. До сих пор это самые крупные и интересные спортивные соревнования. Их проводят один раз в четыре года. Участие в играх — большая удача и почет для любого спортсмена, не говоря уже о победе. В Древней Греции победитель Олимпийских игр считался полубогом, в его честь слагались гимны и воздвигались статуи. Главный девиз игр — «Быстрее! Выше! Сильнее!», а главный

символ — пять сплетенных разноцветных колец, по числу континентов на планете.

На церемонии открытия Олимпийских игр в огромной чаше светильника, установленного на стадионе, зажигают олимпийский огонь. Этот огонь горит все время, пока продолжаются Олимпийские игры.





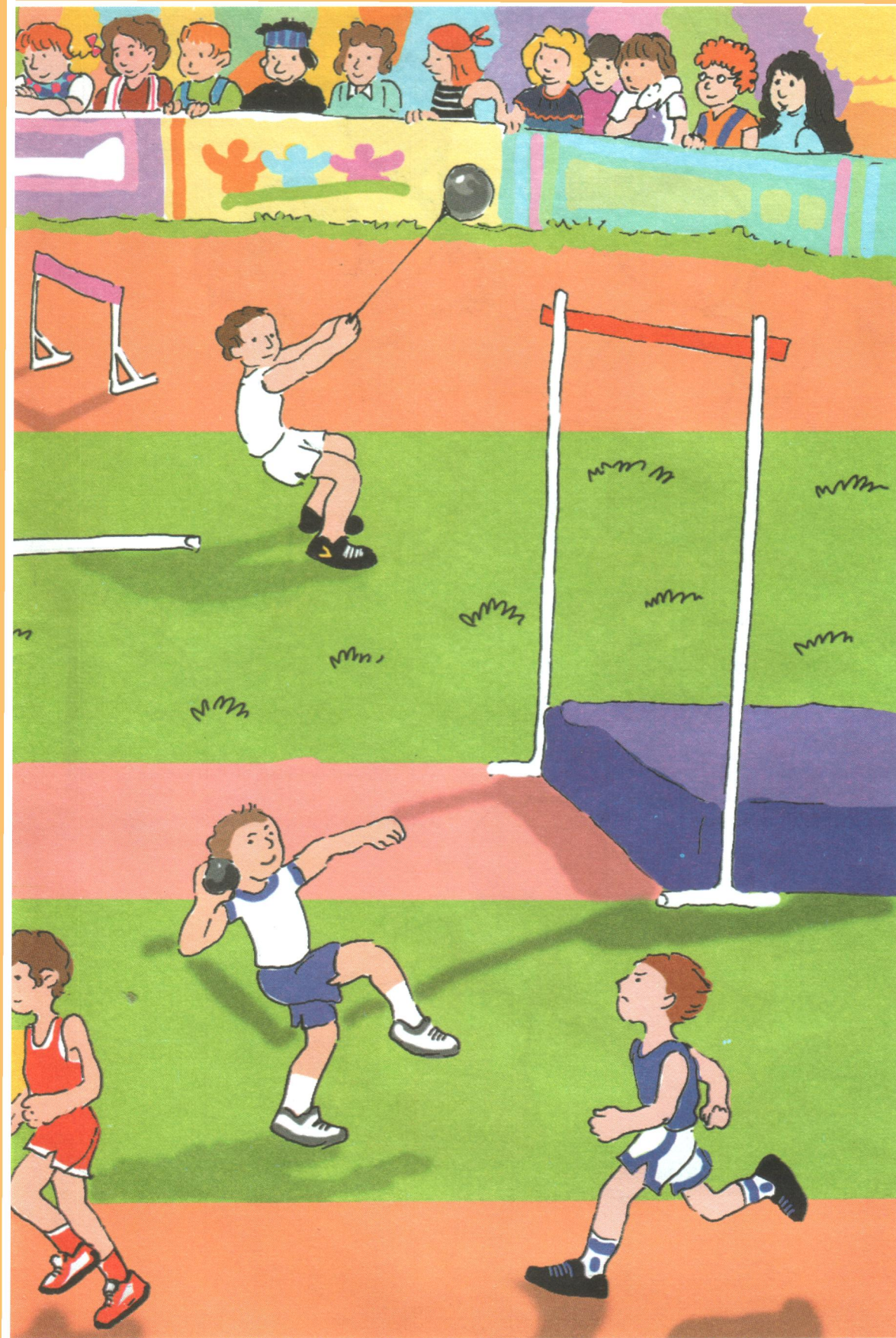
диски



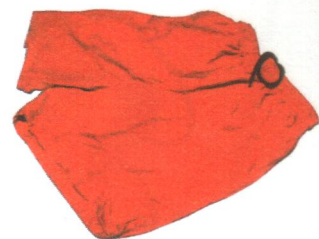
скакалка



кроссовки



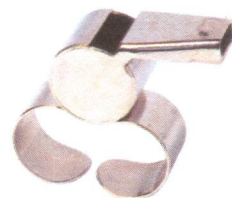
копье



шорты



секундомер



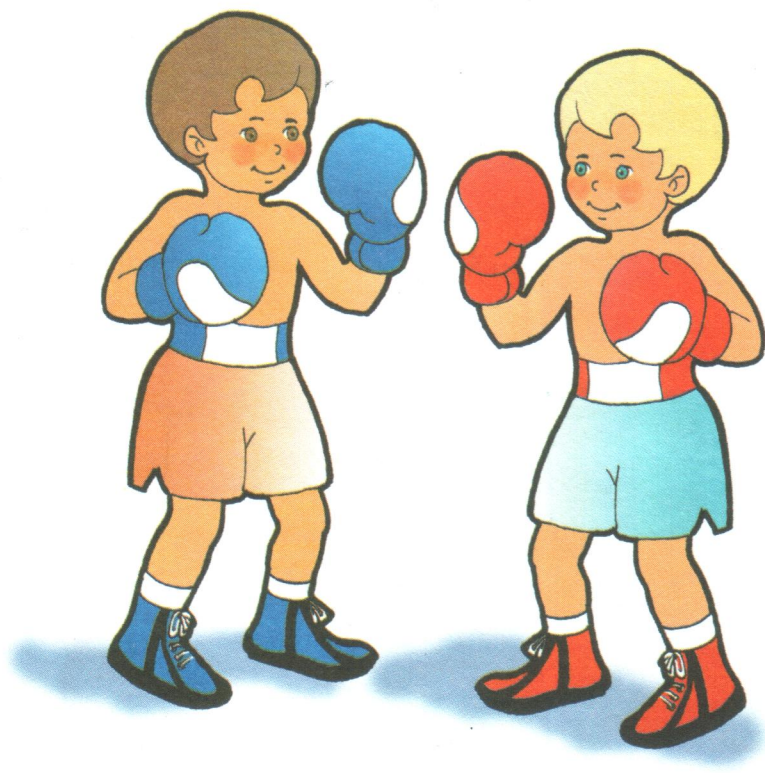
судейский свисток



ядро

Место
для
наклейки

Главные события Олимпиады разворачиваются на стадионе. Тут правит бал королева спорта — легкая атлетика. Это бег на длинные и короткие дистанции, марафонский забег, бег с препятствиями, спортивная ходьба, самые разнообразные прыжки: в высоту, в длину, с шестом и тройные прыжки; а кроме того, метание молота, диска, ядра и копья. Отыщи всех этих спортсменов на картинке и покажи, с какими снарядами они выступают.



БОКС. Англичане первыми превратили популярные во многих странах кулачные бои в бокс — спорт для сильных, ловких и стойких духом людей.



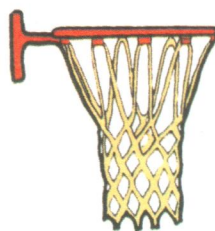
ТЕННИС. Этот вид спорта еще называют «большой теннис», чтобы не путать его с настольным теннисом.



ФУТБОЛ. Это самая популярная игра в мире. В любом дворе можно увидеть мальчишек, играющих в футбол. А на чемпионатах мира и Европы за свою национальную сборную болеет вся страна.



ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА. Это очень красивый вид спорта. Гимнастки выступают под музыку на гимнастическом ковре, и их выступления часто сопровождаются овациями зрителей.



БАСКЕТБОЛ. Это подвижная и азартная игра. В ней участвуют две команды по пять игроков. Баскетболисты, как правило, очень высокие люди. Многим из них приходится даже нагибаться, чтобы войти в обычную дверь.

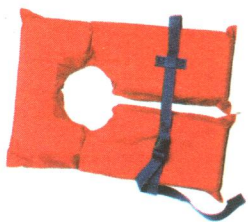


ВЕЛОСПОРТ. Современный велосипедный спорт включает в себя самые разные виды соревнований. Одни из них проводятся на треке, другие — на шоссе, третьи — на пересеченной местности.

Место
для
наклейки

Кроме состязаний на стадионе, соревнования проходят на малых спортивных аренах или площадках. Так, боксеры соревнуются на ринге, теннисисты — на корте, а баскетбол и футбол проходят на специальных игровых площадках. Игры баскетбол и футбол во многом очень похожи: и там команда — и там команда, и там мячик — и там мячик. Но в баскетбол играют руками, а в футбол ногами, и мячи в этих играх совсем разные.

Водный стадион



спасательный жилет



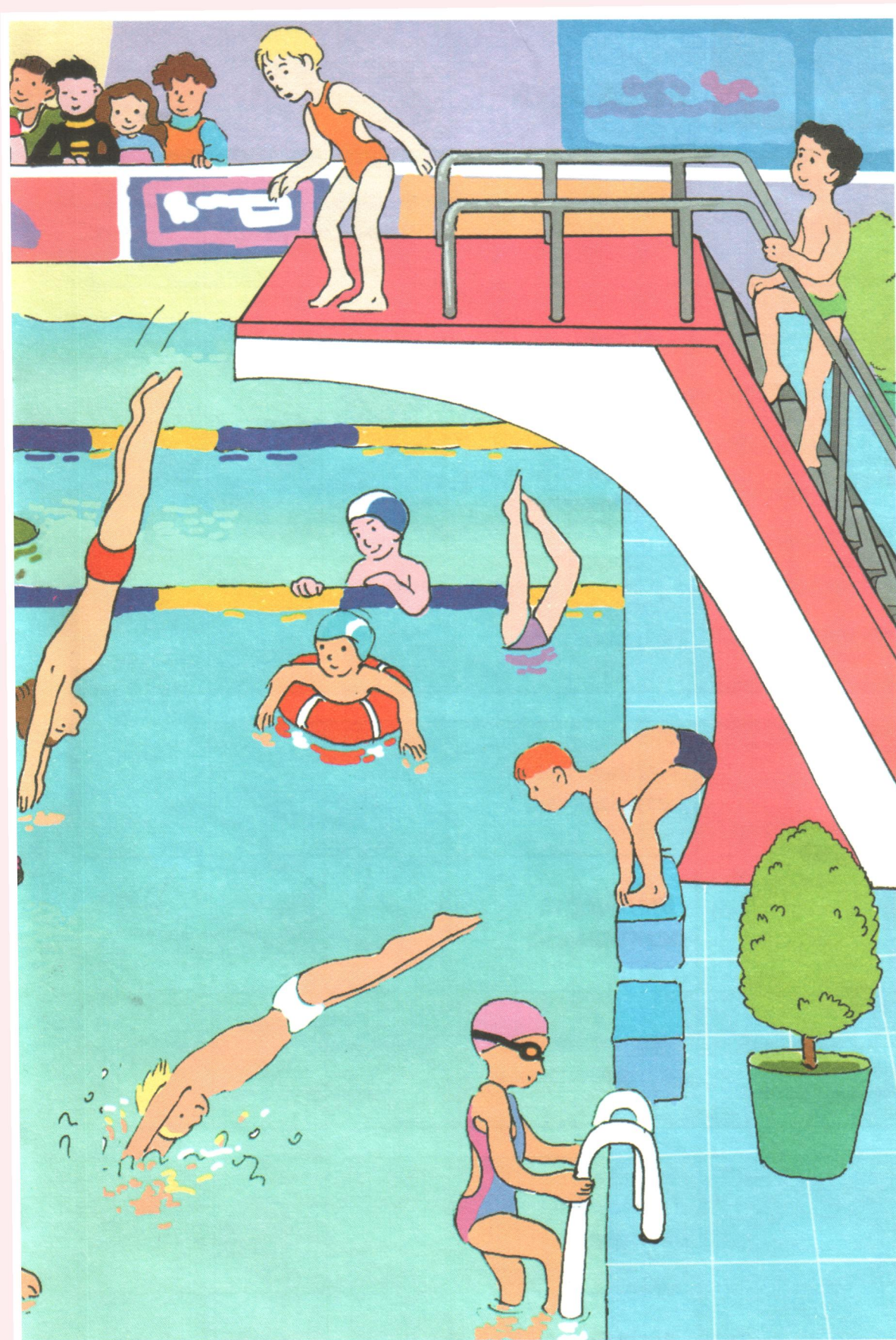
секундомер



медали



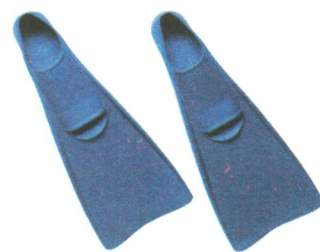
очки



акваланг



гидрокостюм



ласты

Место
для
наклейки

Не менее интересные соревнования проводятся в бассейне. Тут состязаются пловцы. Здесь так же, как в беге, есть заплывы на короткие и длинные дистанции. Кроме того, очень интересны соревнования прыгунов в воду. За те несколько секунд, пока спортсмен летит, в воздухе он успевает совершить столько кульбитов и переворотов, что захватывает дух. А еще есть соревнования по синхронному плаванию и водному поло.

Результат измеряется в секундах	Номер попытки	Я	Мама (папа)	Бабушка (дедушка)	Мои друзья
 <p>Удерживаем равновесие в стойке на одной ноге с закрытыми глазами</p>	Первый результат				
	Второй результат				
	Третий результат				

 <p>Удерживаем в равновесии предмет (пустая пластиковая бутылка или игрушка)</p>	Первый результат				
	Второй результат				
	Третий результат				

 <p>Пройти по прямой линии с закрытыми глазами (нитка на полу)</p> <p>* результат измерять в сантиметрах</p>	Первый результат				
	Второй результат				
	Третий результат				

СИЛА

Результат определяется по количеству повторов за один подход	Номер попытки	я	Мама (папа)	Бабушка (дедушка)	Мои друзья
 <p>Отжимание в упоре лежа на животе</p>	Первый результат				
	Второй результат				
	Третий результат				

 <p>Удерживать хват за стопы, лежа на животе * результат в секундах</p>	Первый результат				
	Второй результат				
	Третий результат				

 <p>Из положения лежа на спине поднимание и опускание туловища</p>	Первый результат				
	Второй результат				
	Третий результат				

Результат измеряется в секундах	Номер попытки	я	Мама (папа)	Бабушка (дедушка)	Мои друзья
 <p>Удерживаем тело, прогнувшись лежа на животе</p>	Первый результат				
	Второй результат				
	Третий результат				

 <p>Удерживаем разведенные в сторону руки</p>	Первый результат				
	Второй результат				
	Третий результат				

 <p>Удерживаться на полусогнутой ноге. Вторая нога вытянута вперед. Вытянутые в стороны руки помогают удерживать равновесие</p>	Первый результат				
	Второй результат				
	Третий результат				

БЫСТРОТА

Результат определяется по количеству повторов за 10 секунд	Номер попытки	я	Мама (папа)	Бабушка (дедушка)	Мои друзья
 <p>Поочередная смена положений: лежа — и группировка с фиксацией ладоней на коленях</p>	Первый результат				
	Второй результат				
	Третий результат				

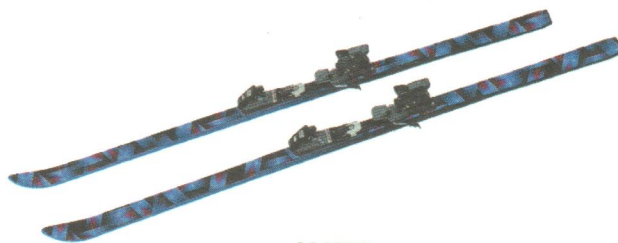
 <p>Поочередная смена положений: упора-присев и упора-лежа</p>	Первый результат				
	Второй результат				
	Третий результат				

 <p>Поднимание на носки</p>	Первый результат				
	Второй результат				
	Третий результат				

Ледовая площадка



ЛЫЖНЫЕ ПАЛКИ



ЛЫЖИ



САНКИ



КОНЬКИ
ХОККЕЙНЫЕ



КЛЮШКА
С ШАЙБОЙ



ВРАТАРСКАЯ
МАСКА



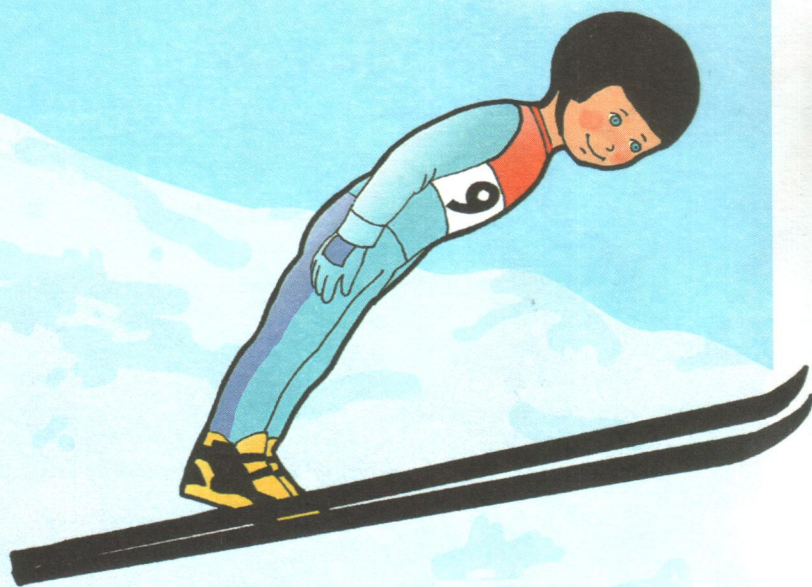
КОНЬКИ
ФИГУРНЫЕ

Место
для
наклейки

Зимние Олимпийские игры называют еще Белыми олимпиадами. Здесь самое интересное происходит на ледовом стадионе. И, конечно, главным командным состязанием на льду является хоккей с шайбой. Как правило, на такие состязания собираются посмотреть много болельщиков. Хоккейные баталии больше по душе мужчинам, а вот женщинам нравится смотреть фигурное катание, особенно соревнования танцевальных пар.



СНОУБОРД. Это скоростной спуск с горы, но не на лыжах, а на специальной доске с загнутыми кверху концами.



ПРЫЖКИ С ТРАМПЛИНА. Спортсмены съезжают с крутой высокой горы, а потом летят по воздуху, как птицы. Это спорт для очень смелых людей.



ХОККЕЙ С МЯЧОМ. Эта игра похожа на хоккей с шайбой, только вместо шайбы хоккеисты играют специальным мячом и количество игроков 11 а не 6, да и игровая площадка больше.



САННЫЙ СПОРТ. Санки наряду с коньками и лыжами — главная зимняя забава во многих странах мира.

ГОРНЫЕ ЛЫЖИ. Катание на горных лыжах нравится всем. Это высокие скорости, бодрящий воздух и удивительные по красоте пейзажи.

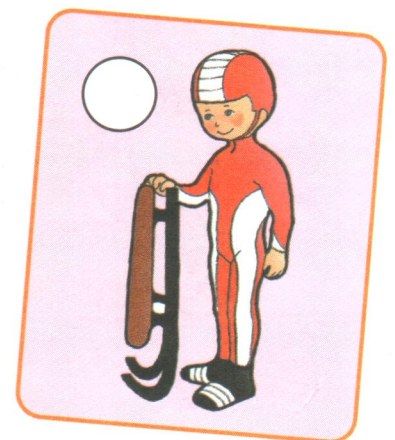
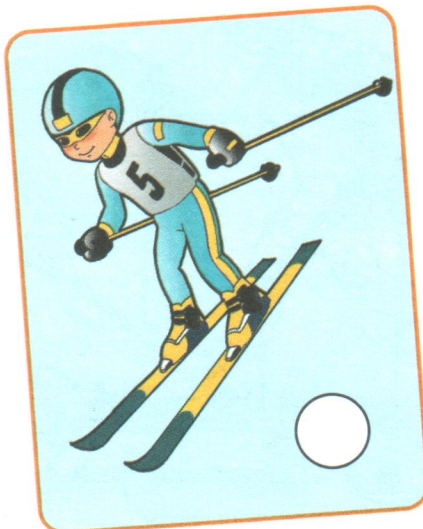
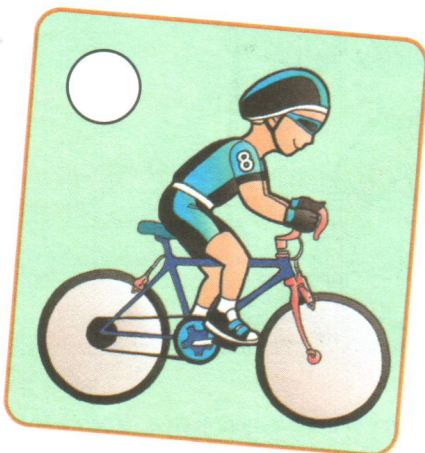
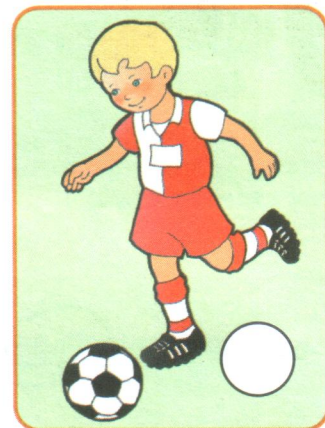


БЕГОВЫЕ ЛЫЖИ. Для лыжных гонок не нужны специальные спортивные сооружения, достаточно проложить лыжню, измерить ее длину, и можно устраивать состязание.

Место
для
наклейки

Много зимних соревнований проходит вне стен дворцов спорта, на открытом воздухе. Кроме тех видов, которые показаны на картинке, есть и другие, не менее интересные. Например: ФРИСТАЙЛ — это, по сути, не что иное, как фигурное катание на горных лыжах; БИАТЛОН — лыжные гонки, совмещенные со стрельбой по мишеням из винтовки; БОБСЛЕЙ — спуск с горы в специальных скоростных санях по длинному ледяному желобу.

Итоговое задание



Если книга внимательно прочитана, то тебе будет не трудно назвать всех изображенных здесь спортсменов и виды спорта, которыми они занимаются. Определи, какие из изображенных здесь видов спорта относятся к летним и включены в летние Олимпийские игры, а какие к зимним. Кружки рядом с летними видами спорта покрась в зеленый цвет, а рядом с зимними — в синий.

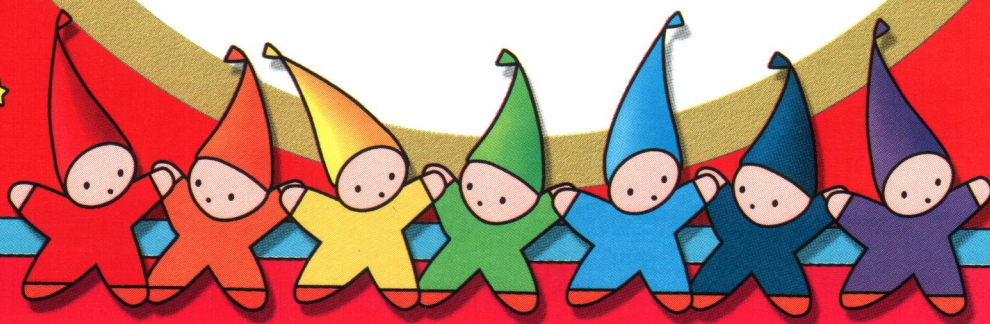
ДИПЛОМ

победителя

НАГРАЖДАЕТСЯ

самый сильный,
самый ловкий и
самый быстрый
участник
домашней олимпиады

Главный судья состязаний





ШКОЛА СЕМИ ГНОМОВ —

это комплексная система занятий с ребенком от рождения до поступления в школу, 12 красочных развивающих пособий на каждый год жизни дошкольника. Семь лет до школы — семь цветов радуги. Для каждого возраста свой цвет, свои задания, свои книги.

Так, например, у всех книжек для детей в возрасте от 4 до 5 лет желтые обложки.

Пособия разработаны в соответствии с современными образовательными стандартами и будут полезны как родителям, так и специалистам: воспитателям, методистам, гувернерам.

ШКОЛА СЕМИ ГНОМОВ

ПЯТЫЙ ГОД

БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ

Для занятий с детьми от 4 до 5 лет

Составитель **Юрий Дорожин**
Художник **Е. Махлина**
Обложка **А. Чукавин**

Т. Чижкова
Редактор **А. Дорофеева**
Компьютерная графика, верстка **Р. Нафиков**
Корректор: **И. Васильева**

Книги этой серии и другие развивающие пособия вы найдете в фирменном магазине «Школа Семи Гномов» при издательстве по адресу: г. Москва, ул. Мневники д.7, к.2 (проезд: м. «Полежаевская», далее авт. 48, 800, 271 до ост. «МЖК Атом») тел.: (499) 728-36-10 и в интернет-магазине www.msbook.ru



Уважаемые читатели! Письма, отзывы, замечания, рисунки и фотографии детей присылайте в издательство «МОЗАИКА-СИНТЕЗ» по адресу: 123308, г.Москва, ул. Мневники, д.7, корп.1, тел. (499) 946-38-05, e-mail: info@msbook.ru

По вопросам оптовых закупок обращайтесь в издательство «МОЗАИКА-СИНТЕЗ» Тел.: (499) 728-36-10; e-mail: info@msbook.ru; www.msbook.ru



Подписано в печать 26.06.09. Тираж 10 000 экз. Заказ №1019
Отпечатано на ОАО «Фабрика офсетной печати №2»
141800, г. Дмитров, Московская обл., ул. Московская, 3.

ISBN 978-5-86775-221-7



© «МОЗАИКА-СИНТЕЗ», 2004