



Вогнегривий коник

**Заняття з фізкультури для дітей середньої групи
за мотивами однойменного твору В. Сухомлинського**

Надія СЛЄБА,

інструктор з фізкультури, ЗДО № 428, м. Київ



Художні твори можуть підказати сюжети не лише для морально-етичних та літературних бесід, а й для занять з фізкультури. Чудовий приклад — подана розробка, яка пропонує дітям поринути в казковий сон — уявити себе спритними кониками і вершниками, повправлятися у виконанні основних рухів і вільній руховій імпровізації.

Мета. Активізувати рухову діяльність дітей. Продовжувати ознайомлювати малят з правильною посадкою на фітболах (сідниці на м'ячі, ноги зігнуті в колінах, стопи на підлозі, голіжки не торкаються м'яча, спина пряма, плечі опущені й розвернуті, живіт підтягнутий, руки вниз або тримаються за ручки фітбола). Навчати дітей виконувати образні рухи з фітболами в комплексі. Удосконалювати навички самострахування під час виконання вправ на фітболах. Сприяти подоланню дітьми психологічного бар'єру (боязні, невпевненості в собі тощо); виразній, пластичній передачі сюжету казки через образні рухи з фітболами. Створити умови для отримання ними морального, естетичного задоволення під час виконання фізичних вправ.

Матеріал: фітбол-м'ячі, обручі — для кожної дитини; 2 гімнастичні лави, канат; невисокі предмети (куби, об'ємні квіти, піраміди тощо) — 8 шт.; довга мотузка, на яку підвішені повітряні кульки; іграшковий коник-гойдалка.

Хід заняття

Діти заходять до фізкультурної зали, посеред якої стоїть коник-гойдалка.

Інструктор. Доброго дня, діти! Гляньте-но, хто до нас сьогодні завітав у гості! Це — коник-гойдалка, улюблена іграшка малечі. Сядьмо кругом нього і пригадаймо казочку Василя Сухомлинського, яка називається "Вогнегривий коник". (Діти пригадують зміст твору).

Подивіться, нас з вами зачекалися наші фізкультурні коники — фітбол-м'ячі. (Діти підходять до м'ячів, беруть їх за ручки двома руками і виконують рухи з ними).

Вправи з фітболами

"Коник виходить на прогулянку" — звичайна ходьба.

"Коник ноги розминає" — ходьба з високим підніманням колін.

"Коник гарцює" — ходьба приставним боковим кроком.

"Ми коників осіддали і весело поскакали" — стрибки на фітболах по прямій один за одним. (У цей час вихователь розкладає на килимі обручі).

"До стайні!" — діти застрибують кожен у свій обруч.

Загальнорозвивальні вправи на фітболах в обручах

Кожну вправу діти повторюють 6–8 разів.

Розкішні гриви

В. п. — сидячи на фітболі, ноги в упорі на підлозі на ширині плечей, руки на колінах. 1 — повернути голову вправо, 2 — в.п.; 3-4 — те саме вліво.

Розминка

В. п. — сидячи на фітболі, ноги в упорі на підлозі на ширині плечей, руки на поясі. 1 — нахилити тулуб уліво, 2 — в.п.; 3-4 — те саме вправо.

На водопої

В. п. — стоячи на колінах, з опорою руками на м'яч. 1 — прокотити м'яч уперед, грудьми лягти на нього, голову опустити вниз, 2 — в.п.

Цокають копита

В. п. — сидячи на фітболі, тримаючись за його ручки, ноги прямі, витягнуті вперед. 1 — підняти пряму праву ногу вгору і, опустивши, п'яткою вдарити об підлогу чотири рази, 2 — те саме лівою ногою.

Стрибунці

В. п. — сидячи, тримаючись за ручки фітбола. Довільні стрибки на фітболах. (Нагадати дітям про необхідність самострахування).

Вихователь прибирає обручі.

 ЗАПРОШУЄМО НА САЙТ ЖУРНАЛУ
ДЖМІЛЬ
Дослідження, Живопис, Музика і Література



jmil.com.ua



Підпишіться на розсилку
і будьте в курсі всіх новин: jmil@dvsvit.com.ua