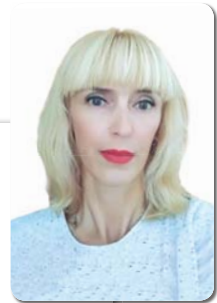




# ІГРАШКОВІ ЗАЙЧЕНЯТА ПРОПОНУЮТЬ ПОСТРИБАТИ

Заняття з фізкультури для дітей молодшої групи

**Оксана ТКАЧЕНКО,**  
інструкторка з фізкультури,  
ЗДО №12 “Кораблик”, м. Миколаїв



Як зацікавити малят виконанням загальнорозвивальних вправ і основних рухів? Можна запропонувати їм замість фізкультурного інвентарю улюблені іграшки. Разом з милими пухнастими зайченятами дітлахи радо вправлятимуться і гратимуться.

**Мета.** Вправляти дітей у зістрибуванні та перестрибуванні через перешкоди; повзання під дугами. Закріплювати вміння стрибати на обох ногах із просуванням уперед під час гри “Зайці та вовк”. Розвивати спритність, швидкість, координацію, орієнтацію в просторі. Прищеплювати бажання займатися фізкультурою.

**Матеріал:** іграшкові зайчики, килимки — за кількістю дітей; лава висотою 15–20 см, гімнастичні мати — 2 шт., гімнастичні дуги — 4 шт.; перешкоди — цеглинки висотою 8–10 см — 4 шт., доріжки зі слідами — 2 шт.

## Хід заняття

### Сюрпризний момент “Що в коробці?”

У центрі фізкультурної зали стоїть яскрава коробка. Діти під музику заходять до зали і шикуються в шеренгу.

**Інструкторка.** Вам цікаво, що в цій коробці? Підходьте до мене, відкриємо її разом.

Діти підходять до інструкторки і заглядають у коробку, у якій лежать іграшкові зайчики. Беруть іграшки.

**Інструкторка.** Ці іграшкові зайченята сьогодні будуть тренуватися разом з нами. Шикуйтеся за мною і почнемо.

Діти шикуються за інструкторкою в колону одне за одним, зайчиків тримають в одній руці, притиснувши до тулуба.

### Вправи з ходьби та бігу “Прогулянка із зайчиками”

- ♦ Ходьба в середньому темпі (зайчика тримають в одній руці біля себе).
- ♦ Ходьба на носках (зайчика тримають у піднятих руках).
- ♦ Ходьба на п'ятах (зайчика притискають обома руками до грудей).
- ♦ Біг “змійкою” в повільному темпі (зайчика тримають в одній руці біля себе).
- ♦ Звичайна ходьба (зайчика тримають в одній руці біля себе).

Інструкторка пропонує дітям підійти до своїх килимків і сісти на коліна. Коли діти сядуть, зауважує, що зайчиків треба тримати так, аби вони бачили, як малята виконують вправи.

### Комплекс загальнорозвивальних вправ на килимках з іграшковими зайчиками

Кожну вправу діти повторюють 6 разів.

- ♦ **“Підніmemo зайчика вгору”.** В. п. — сидючи на колінах, зайчика тримають у двох руках унизу. 1 — піднімаються на коліна, зайчика піднімають угору; 2 — в. п.; 3-4 — те саме.
- ♦ **“Ось який зайчик!”** В. п. — стоячи на колінах, зайчика тримають у двох руках біля грудей. 1 — повертаються вліво, зайчика витягують уперед; 2 — в. п.; 3-4 — те саме вправо.
- ♦ **“Допитливий зайчик”.** В. п. — сидючи на килимку, ноги витягнуті вперед, зайчика тримають обома руками перед собою. 1 — нахиляються вперед, торкаються зайчиком пальчиків ніг; 2 — в. п.; 3-4 — те саме.
- ♦ **“Вертяливий зайчик”.** В. п. — лежачи на животі, зайчика тримають у прямих руках перед собою. 1 — перевертаються на спину; 2 — піднімають зайчика вперед-угору на рівень очей; 3 — опускають; 4 — в. п.
- ♦ **“Грайливий зайчик”.** В. п. — о. с., зайчика тримають у двох руках унизу. 1 — присідають, зайчика піднімають уперед прямими руками; 2 — в. п.; 3-4 — те саме.
- ♦ **“Зайчики-побігачики”.** Діти саджають зайчиків на індивідуальні килимки і виконують біг урозтіч так, щоб не зачепити зайчиків.  
Заспокійлива ходьба.

**Інструкторка.** Хлопчики й дівчатка, візьміть зайчиків і подивіться на них уважно, щоб запам'ятати їхні кольори. Запам'ятали? А тепер посадіть наших вуханів на поличку і складіть килимки. А потім шикуйтеся одне біля одного.



**Поспішайте:**

**річна передплата  
закінчується!**



Передплатіть сьогодні комплект журналів  
**“Дошкільне виховання”, “Палітра педагога” і “Джміль”**  
і отримуйте сучасні методичні й практичні матеріали весь 2020 рік



**Для фахового зростання педагогів**

- Ефективні освітні технології
- Кращий досвід
- Методичні рекомендації



**Для співпраці з батьками**

- Тренінги
- Родинні свята
- Інтерактивні заходи

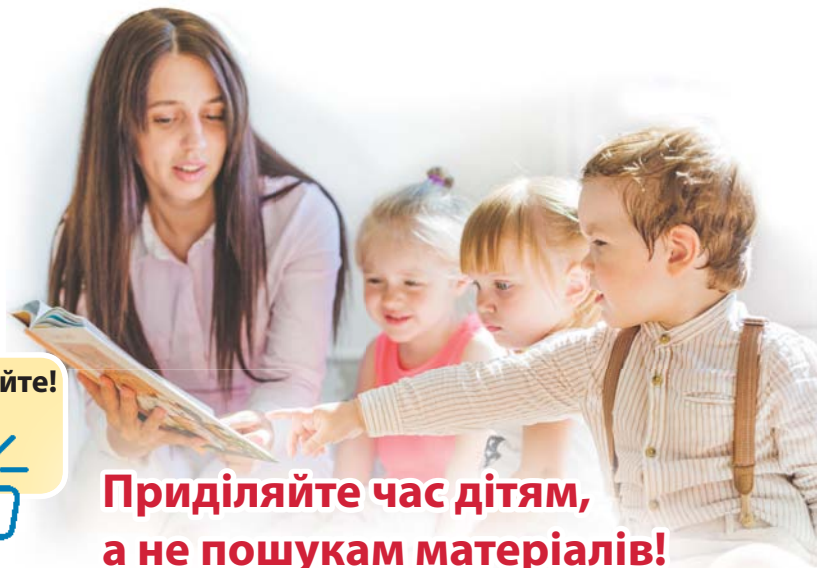


**Для цікавої роботи з дітьми**

- Конспекти занять
- Добірки ігор і вправ
- Сценарії свят і розваг

**БОНУС до кожного видання —  
БЕЗОПЛАТНІ Е-ДОДАТКИ!**

- ➔ Аудіозаписи
- ➔ Картки до дидактичних ігор
- ➔ Репродукції картин
- ➔ Коректурні таблиці
- ➔ Пам'ятки для батьків



**Приділяйте час дітям,  
а не пошукам матеріалів!**

Скануйте



Завантажуйте



Працюйте!



**Найвигідніше передплатити комплект одразу на весь рік:**

➔ на сайті [jmil.com.ua/peredplata](http://jmil.com.ua/peredplata)  
оберіть зручний варіант передплати

➔ у будь-якому відділенні Укрпошти  
індекс комплекту 95989