



ДО ДУШІ МАЛЯТАМ ІЗ М'ЯЧИКОМ ГРАТИ



Заняття з фізкультури для дітей старшої групи
(за методикою М. Єфименка)



Лідія ДАРІЙ,

інструкторка з фізкультури,
ЗДО № 17 “Журавушка”, м. Миколаїв



Цікаво, що можуть зробити зі старим, потертим м'ячем щире співчуття дітей та веселі розваги? На цьому занятті на малят чекають захопливі пригоди, долання перешкод, активні ігри і справжні казкові перетворення!

Тип заняття: з переважанням основного рухового режиму — стрибки.

Мета. Вчити дітей стрибати на двох ногах із просуванням уперед з предметом, затиснутим між ногами. Удосконалювати вміння перестрибувати предмет заввишки 15 см на двох ногах із м'яким приземленням. Розвивати опорно-руховий апарат дітей, рухові вміння та навички під час стрибків. Зміцнювати м'язи нижньої частини тулуба, таза, нижніх кінцівок. Заохочувати до рухової діяльності.

Матеріал: м'ячі за кількістю дітей; гімнастична лава; 4 кеглі; по 2 гімнастичні палиці для кожного хлопчика; 8 напівсфер; гімнастична драбина; 4 мати; 4 гімнастичні лави; 4 обручі, з'єднані між собою; мотуззяна драбина; доріжка зі слідами.

Хід заняття

Діти заходять до зали, шикуються в шеренгу. На підлозі в центрі зали лежить старий пошарпаний м'яч.

Інструкторка. Ви помітили, що в нас сьогодні незвичайний гість? (Бере м'яч у руки.) Як гадаєте, який у нього настрій? (Відповіді дітей.) А чому, може, він сам розповість...

Звучить “голос м'яча” в аудіозаписі.

М'яч. Колись у мене був друг — хлопчик такого віку, як ви. Щодня він виходив на прогулянку і брав мене із собою. Ми гралися, бігали, стриба-ли. І я завжди радо підтримував будь-яку гру! Але час спливав, і я збляк, утратив яскраві кольори, а боки мої потерлися. І хлопчик перестав зі мною грати, а одного дня просто залишив на вулиці. Тепер я кочуся куди очі світять, сумую, згадуючи ті веселі часи, коли ми з другом були разом... Так хочеться знову відчути себе потрібним!

Інструкторка. Дуже сумна історія. Негарно вчинив друг нашого гостя. Пропоную взяти м'ячик із собою на веселу прогулянку, щоб він пригадав щасливі часи.

Діти беруть м'ячі. Інструкторка тримає в руках старий м'яч і показує зразок рухів.

Вправа “Весела прогулянка”

Діти йдуть звичайною ходьбою, підкидаючи і ловлячи м'ячі.

Інструкторка. Високо піднімемо м'ячик угору, щоб він побачив дивні хмаринки.

Вправа “До хмаринок”

Діти йдуть по гімнастичній лаві, руки з м'ячем угорі.

Інструкторка. Обведемо м'яч, як футболісти.

Вправа “Футболісти”

Діти прокочують м'яч між кеглями правою і лівою ногою.

Інструкторка. Подолаємо перешкоди в парку.

Вправа “Долаємо перешкоди”

Діти йдуть по лаві з переступанням через предмети-перешкоди; руки з м'ячем попереду. У зворотному напрямку хлопчики йдуть схресним кроком по доріжці зі слідами, складають м'ячі й беруть по дві гімнастичні палиці.

Інструкторка. На нас чекає ще багато цікавих ігор і вправ.

Вправа “Перенеси м'ячик на палицях”

Діти в парах переносять м'ячі на двох гімнастичних палицях, просуваючись боком приставним кроком.

Інструкторка. Під час прогулянки дівчатка та хлопчики розважаються по-різному.

Як не заплутатися в розмаїтті освітніх технологій?

Обирайте журнали
"Дошкільне виховання",
"Палітра педагога" та "Джміль"

- Щономера – нова актуальна тема
- Ефективні освітні технології
- Методичні рекомендації фахівців
- Цікаві заняття, сценарії, ігри, посібники
- Додаткові е-матеріали передплатникам



Читайте
та надихайтесь!



Передплатіть журнали
на II півріччя онлайн:
jmil.com.ua/peredplata

**Комплект
зі знижкою!**



- Швидко
- Зручно
- Вигідно