



Осені допомагаємо, разом урожай збираємо

Фізкультурна розвага для дітей старшої групи

Олена ШЛІХТА,
інструкторка з фізкультури,
ЗДО №4 “Снігуронька”, м. Біла Церква, Київська обл.



Використання нетрадиційного обладнання завжди підсилює інтерес дітей до фізичних вправ. А якщо залучити їх до корисної справи — збирання багатого врожаю, ще й додати елемент змагання — позитивні емоції вашим вихованцям забезпечені!

Матеріал: різноколірні стрічки — за кількістю дітей; кубики — 2 шт., поролонові “калюжі” — 8 шт., “доріжки” — 2 шт., поролонові “сліди” — 6 шт., “ходулі” (циліндри з рулонів туалетного паперу, обтягнутого кольоровою самоклеюною плівкою, у які крізь дірки протягнуті мотузки з пластиковими трубками на кінцях) — 4 пари, кошики для змагань — 2 шт., горіхи, мішені з пластикових стаканчиків — 2 шт., фітболи — 2 шт; кошик із помитими фруктами.

Хід розваги

Діти заходять до фізкультурної зали, оформленої в осінньому стилі.

Інструкторка. Рада вітати вас, діти! Подивіться, яка краса навколо! Це тому, що до нашого міста завітала осінь. День сьогодні просто чудовий. Он як лагідно сонечко світить! Виконаймо розминку разом із сонячними промінчиками.

Загальнорозвивальні вправи зі стрічками

▶ Діти виконують вправи під супровід пісні “Сонячний промінчик” (сл. і муз. Н. Май).

1. Я сонячний промінчик
В долоньки покладу.
Я сонячний промінчик
До друзів приведу.

(В. п. — ноги разом, руки зі стрічками зігнуті до плечей.
1–2 — піднімають руки зі стрічками вгору; 3–4 — в. п.)

Приспів:

Світи, світи, промінчик,
Даруй своє тепло,
Щоб хоч на мить тепліше
Усім-усім було.

} 2

(В. п. — ноги нарізно, руки зі стрічками розведені в сторони. 1–3 — схрещують руки зі стрічками і поступово нахиляються вперед; 4 — в. п.)

2. Я і чужих, і рідних,
І всіх, кого люблю,
Промінчиком чарівним
Розраджу й звеселю.

(В. п. — руки зі стрічками розведені в сторони, ноги на ширині плечей. 1–2 — нахили тулуба вліво–вправо з руками, витягнутими в сторони; 3–4 — в. п.)



**Потренуємося трішки.
Влучать у мішень горішки?**

(Фото надане авторкою)



РОЗШИРЬОЙТЕ СВОЇ ГОРИЗОНТИ

Разом із журналами
"Дошкільне виховання",
"Палітра педагога",
"Джміль"!

Передплатіть
КОМПЛЕКТ
на 2022 рік

на сайті
JMIL.COM.UA

зі знижкою
до 11%!

