



КАЗКА ПРО ЗАГУБЛЕНИЙ ЧЕРЕВИЧОК

Фізкультурна розвага для дітей старшої групи

Олена РОЖАНСЬКА,
інструкторка з фізкультури,
ЗДО № 34, м. Луцьк



Те, що потреба в русі є базовою для дошкільнят, відомо всім. А що наші непосиди люблять не менше, ніж рух? Авжеж, казки! Тож залучити малечу до створення осінньої казки за допомогою рухів — чудова ідея! Скористайтеся нагодою і подаруйте своїм вихованцям можливість не тільки ретельно розім'ятися та зміцнити здоров'я, а й відчути себе справжніми чарівниками.

Матеріал: каремати, фітболи — за кількістю дітей; “ворота” — 2 шт.; гімнастична стінка; осінні листочки, вирізані з кольорового картону; обручі — 8–10 шт.; “черевичок Осені”.

Хід заняття

Діти заходять до фізкультурної зали, декорованої в осінньому стилі.

Інструкторка. Вітаю вас, любі діти! Дуже рада бачити всіх здоровими та усміхненими. Відгадайте, будь ласка, загадку.

У садах, гаях блукає,
Жовті шати одягає,
Золотисту стелить постіль,
Жде сестрицю білу в гості.

(Осінь.)

Ви в групі читали багато цікавих оповідань та казок про осінь. А сьогодні разом за допомогою рухів створимо власну казку про осінь — фізкультурну! Згодні?

ЗОЛОТОКОСА ОСІНЬ ТА ЇЇ ЧАРІВНІ ЧЕРЕВИЧКИ

Вправи за методикою М. Єфименка

Діти займають місця на індивідуальних килимках і приймають “позу ембріона”.

Інструкторка. Давно це було. В одній казковій країні у прегарному палаці жила золотокоса королева-чарівниця Осінь. Дивна була ця королева. Не подобалося їй на золотому троні сидіти, а подобалося... мандрувати. Вийде Осінь на ганок, сплесне в долоні — і з'явиться перед нею Осінній вітер. Підхопить він красуню-королеву і понесе ген-ген над землею...

Вправа “Чарівний політ”

З в. п. лежачи на боці в позі згруппування (“поза ембріона”) діти повільно перевертаються з боку на бік.

Інструкторка. Ось летить Осінь над полями із золотим колоссям, над лісами, вбраними у багряно-жовті шати, над садами, у яких дерева аж

угинаються під стиглими плодами... Дивиться золотокоса мандрівниця згори на цю красу — і радісно стає в неї на душі.

Вправа “Мандри Осені”

З в. п. лежачи на спині, згруппувавшись розводять прямі руки і ноги в сторони.

Інструкторка. Милується Осінь пишною красою та багатством свого краю. Щоб потішити королеву, Осінній вітер зриває барвисте листя з дерев і закручує його в таночку. Листячко весело кружляє навколо, а потім лягає на землю шурхотливим барвистим килимом...

Вправа “Листочки кружляють”

З в. п. лежачи на животі, руки спереду діти прогинаються в попереку, піднімаючи прямі руки та ноги.



Журнал “ДОШКІЛЬНЕ ВИХОВАННЯ”

місце сили
українського дошкілля

тут завжди:



необхідна
інформація

зв'язок
із колегами



психологічна
підтримка



натхнення
для творчості



інструменти
для роботи

енергія
для боротьби



Оформіть
ВИГІДНУ ПЕРЕДПЛАТУ
НА 2024 РІК
на сайті
dv.in.ua/peredplata

