



ГЕН У ДАЛЕКОМУ КРАЇ СЯЙВО ПІВНІЧНЕ ЧЕКАЄ

Заняття з фізкультури для дітей старшої групи



Лариса ЗАВОРОТЬКО,
вихователька-методистка,
ЗДО № 8 "Дзвіночок",
м. Ромни, Сумська обл.



Прагнете потішити своїх вихованців, подарувати їм незабутні враження? І при цьому хочете, щоб ваше заняття з фізкультури відповідало всім методичним та програмним вимогам? Дрібка фантазії, нескладний інвентар — і от ваші малята вже весело долають перешкоди на шляху до... Північного полюса!

Мета. Удосконалювати рухові навички дітей. Спонукає до виконання фізичних вправ. Продовжувати вчити дітей підтягуватись на лаві з упором на руки, стрибати через предмети. Вправляти в метанні в ціль. Розвивати спритність, силу, витривалість. Виховувати товариськість, стимулювати інтерес до змагань та фізичних вправ.

Матеріал: гімнастичні лави (2 шт.), м'які модулі висотою 30 см (3-4 шт.); бутафорські сніжки (за кількістю дітей); кошик діаметром 40 см; силуети тварин; "крижини" (10 шт.), конуси (2 шт.), ключики (2 шт.); "парашут" білого кольору, різноколірні блискітки з фольги.

Хід заняття

Інструкторка. Доброго зимового дня, діти! Яка нині погода? Холодно? Але ми з вами холоду не боїмося, еге ж? Сьогодні я запрошую вас здійснити мандрівку в найхолоднішу частину світу. Там багато дивовиж. Відгадайте загадку про одну з них.

Водограєм кольоровим в небі зависає.

Що це, знаєте, малята? Це... (північне сяйво)!

Мені здається, що білим ведмедям, північним оленям та іншим тваринам, які живуть у тих краях, дуже пощастило, адже вони можуть досхочу милуватися північним сяйвом. То як, вирушаємо на Північний полюс? Шлях туди нелегкий — нам доведеться подолати різні труднощі та перешкоди. Вас це не лякає? Тоді рушаймо.



Під мелодію **"Пісні про дружбу"** (муз. О. Янушкевич) діти виконують різні види ходьби.

Різновиди ходьби "Подорож до Північного полюса"

Вирушаємо в похід.

Ми крокуємо як слід!

(Діти виконують ходьбу в колоні по одному.)

Північні олені в снігу не загрузають,

Бо дуже високо колінця піднімають!

(Ходьба з високим підніманням стегон.)

Щоб тюленів і моржів не розбудити,

Будемо на пальчиках ходити.

(Ходьба на носках.)

Чотири білі лапи і шубки білі-білі —

Ми, наче ведмежата, здолаєм довгі милі.

(Ходьба на зовнішньому боці стопи.)

Змерзли звірята — мороз чималенький.

Найкраще зігрітися бігом легеньким.

(Легкий біг.)

Ще кілька метрів треба подолати —

І от ми вже на півночі, малята.

(Звичайна ходьба.)

(Інструкторка звертає увагу дітей на "сніжки", розкладені на підлозі.)

Погляньте, чекає нас перше із див —

Сніжок для нас хтось отут наліпив.

(Діти беруть по "сніжці", перешиковуються.)

Загальнорозвивальні вправи зі "сніжками"



Діти виконують вправи під мелодію пісні **"Гра в сніжки"** (муз. Н. Вересокіної). Кожну вправу повторюють 8–10 разів.

РОЗШИРЮЙТЕ СВОЇ ГОРИЗОНТИ

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

Передплатіть
КОМПЛЕКТ
на 2022 рік

на сайті
JMIL.COM.UA

зі знижкою
до 11%!

