Занятие в средней группе

с воздушными шарами

для родителей.

Составила и провела

ИФК Плотникова А. Н.

2014г.

Задачи.

Учить детей выполнять упражнения с воздушными шарами, держа их за хвостик и 2мя руками. Учить детей перебрасывать шарики через веревку вдаль 2мя руками; ходить по кочкам и прыгать через обручи на 2х ногах с шариками. Развивать координацию движений.

Предварительная работа.

Дети получают письмо от Карлсона, в котором он говорит, что делает для них подарок – воздушные разноцветные шары. Воспитатель предлагает детям позаниматься с воздушными шарами в спортивном зале.

Ход занятия.

1 часть. Ходьба по залу обычная, на носках, шар поднять вверх. Ходьба высоко поднимая колени - к шарику, руки впереди. Прыжки на 2х ногах. Бег обычный («летим»). Ходьба. Перестроение в круг.

2 часть. ОРУ.

1. «Потянись» И. П. стоя, шарик внизу.1-всать на носочки, потянуться вместе с шариком вверх, 2-И. П. (6 раз)
2. «Повороты» И. П. стоя, ноги на ширине плеч, шарик в двух руках. 1-поворот в сторону, 2-И. П. Тоже в другую сторону (по 4 раза в каждую сторону).
3. «Наклоны» И. П. сидя, шарик в 2х руках на ногах. 1-потянуться вперед до носочков, 2-И. П. (6 раз).
4. «Подними шарик» И. П. сидя, шарик лежит на ногах около стоп, руки упор сзади. 1-поднять прямые ноги с шариком чуть вверх, чтобы он не упал, 2-И. П. (5 раз).
5. «Подскоки на месте» Шарик в правой руке. Подскоки в чередовании с ходьбой на месте. (2 раза по 10 подскоков).

ОВД.

1 подгруппа (с воспитателем).

«Перебрось шарик» Перебрасывание воздушных шариков через натянутую веревку на стойках 2мя руками.

2 подгруппа ( с инструктором).

1. Ходьба с шариком по дорожке (скамейке). Шарик над головой или в руке.
2. Прыжки из обруча в обруч на 2х ногах, шарик в правой руке.
3. Ходьба по кочкам.

Подвижная игра (с шариками под музыку).

«Подбрось шарик вверх»

Звучит веселая подвижная музыка. Дети в произвольном порядке играют с шариками.

3 часть.

Танцевальные движения с шариками под медленную музыку. Дыхательные упражнения.

Дети с шариками уходят из зала.