

«ПРОГУЛКА В ЗИМНИЙ ЛЕС»



**Занятие - кружка
с использованием тренажёров
средняя группа**

**ГУРИКОВА НАДЕЖДА ВЛАДИМИРОВНА
педагог
МБДОУ «Детский сад №9»
пгт Яшкино**

ЦЕЛЬ - совершенствование физических качеств ребёнка: выносливости, ловкости, прыгучести, быстроты, силы на основе уже приобретённых двигательных навыков.

Задачи:

- ❖ Повысить двигательную активность детей, используя тренажёры и нестандартное оборудование, профилактика плоскостопия, и нарушение осанки.
- ❖ Закрепить счёт до 5.
- ❖ Улучшение показателей физического развития детей.

Оборудование: палки гимнастические 3 шт. большие, следики, игрушки белочка, мишка, лиса, ёж, заяц, детские тренажёры: батут, беговая дорожка, велотренажер, маска зайчика, ёлочки маленькие, снежки, мат.

ОДЕВАЙСЯ ПОТЕПЛЕЙ
И ЗА МНОЙ ВСТАВАЙ
СКОРЕЙ



Чтобы в лес сейчас прийти.

Ты след в след наступи.

Мы на правильном пути.



Чтоб быстрее нам прийти.

Должны препятствия мы
перейти.

Наши ножки укрепляем,
мы по брёвнышкам шагаем



Чтобы сильными нам стать.
Нужно всем в кружочек встать.
Упражненье начинать.
Сколько есть зверей узнать.



На пути у нас есть кочка.

Мы попрыгаем по ней.

Ножки под себя сгибайте,

Ваши ножки укрепляйте.

Выше прыгать начинайте.

До 5 сейчас считайте
и выпрыгивайте.



Есть в лесу велосипед,
Для зверей спортсменов.
На него скорей садись
Спинку ровненько держи,
И педалями крути.
Свое сердце укрепи.



Необычная дорожка,
ты по ней сейчас иди.
За дыханием следи,
носиком своим дыши.
В след попади.
А потом, бегом беги,
что там видишь
впереди?



Нагулялись мы в лесу.
Увидали мы лису, волка
мишку,
и бельчат, и конечно же
зайчат.



А теперь снежки лепите.

И в друг друга попадите.



ДЕТИ ПО ЛЕСУ ГУЛЯЛИ,
СВЕЖИМ ВОЗДУХОМ
ДЫШАЛИ
И В ИГРУ ОНИ ИГРАЛИ



Ой устали мы в дорожке,
Отдохнём сейчас немножко.

Ляжем на спину друзья,

Рисовать пришла пора.

Ножкой медленно рисуем.

Ёлку, солнце и зверят.



А теперь все улыбнулись.
Потянулись и проснулись



До свиданье, всем пока!!!

