

МАОУ ДО АР ДЮЦ

Конспект итогового занятия по предмету «Детский фитнес» ШРР «Дошкольник»

На тему: «Мы любим фитнес!»

дети 6-7 лет



**Педагог дополнительного образования:
Коршунова Кристина Викторовна**

**с. Алтайское
2021**

Дата: 14.04.2021г.

Возраст: 6-7 лет.

Тема: «Мы любим фитнес!».

Цель: осуществление физического развития детей дошкольного возраста.

Задачи:

Обучающие:

- формировать чувство ритма и музыкальной памяти;
- знакомить детей с различными направлениями фитнеса (ритмика, массаж, аэробика, гимнастика, танцы, игры).

Воспитательные:

- воспитание культуры поведения и межличностных взаимоотношений;
- воспитание умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движении.

Развивающие:

- развивать основные физические качества – гибкость, выносливость, силу, быстроту, координацию движений;
- развивать творческие способности воспитанников.

Оборудование: поролоновые кубики, массажные коврики, массажные полусферы, «мостики», фитболы, степы, ковер,карточки, аудиоаппаратура.

Литература:

Колтановский А. Брыкин А. Общеразвивающие и специальные упражнения.М., 1973.

Лисицкая Т.С. «Хореография в гимнастике. Физкультура и спорт., 1984.

Вихрева Н.А. Экзерсис на полу. Сборник МГАХ. М., 2004.

<p>Приветствие. Вступительное слово.</p>	<p>Педагог: Здравствуйте ребята!</p> <p>Педагог: Ребята, на какое занятие вы пришли?</p> <p>Педагог: Правильно ребята вы пришли на занятие «фитнес»! А вы любите фитнес?</p> <p>Педагог: Так вот сегодня тема нашего занятия «Мы любим фитнес!».</p> <p>Педагог: А чем вы занимаетесь на фитнесе?</p> <p>Педагог: А какими вы станете, если будете заниматься фитнесом?</p> <p>Педагог: Правильно ребята!</p> <p>Педагог: Сегодня, мы с вами отправляемся в страну, название которой мы соберем в конце занятия по одной букве. Но для этого, мы должны пройти по разным городам этой страны.</p> <p>Посмотрите на доску, вот названия городов, которые мы должны посетить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «ФИТНЕС-РИТМИКА» -«ФИТНЕС-МАССАЖ» -«ФИТНЕС-АЭРОБИКА» - «ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА» - «ФИТНЕС-ТАНЦЫ» - «ФИТНЕС-ИГРА» <p>На обратной стороне с названием города, написано по одной букве из названия страны, и только когда мы посетим все города друг за другом, перевернем названия, сможем составить слово и узнать название страны.</p> <p>Вы готовы к путешествию!</p>	<p>Дети: Здравствуйте!</p> <p>Дети: Фитнес!</p> <p>Дети: Да!</p> <p>Дети (отвечают): прыгаем, бегаем, танцуем, делаем массаж и т.д.</p> <p>Дети (отвечают): сильными, ловкими, крепкими, подтянутыми и т.д.</p> <p>Дети: Да!</p>
<p>Основная часть занятия.</p>	<p>Педагог: Отправляемся в путь! Направо! Шагом марш!</p> <p style="text-align: center;">МУЗЫКА</p> <p>Педагог: Ребята, давайте посмотрим название первого города, он называется «ФИТНЕС-РИТМИКА». Давайте покажем, как же мы пройдем по этому городу, как можем его преодолеть, чтобы двигаться дальше. Когда выполним задание, посмотрим какая буква спрятана под этим названием.</p> <p style="text-align: center;">МУЗЫКА</p>	<p>Дети: поворачиваются направо и маршируют по залу.</p> <p>Дети: под музыку выполняют</p>

	<p>Педагог: Молодцы ребята! Справились с первым заданием и прошли первый город «ФИТНЕС-РИТМИКА». Давайте перевернем название и посмотрим, какая буква здесь спрятана.</p> <p>Педагог: Двигаемся дальше! Ребята, второй город, называется «ФИТНЕС-МАССАЖ». Давайте все вместе его пройдем.</p> <p style="text-align: center;">МУЗЫКА</p> <p>Педагог: Ребята, вы были молодцы! Отлично справились с заданием! Посмотрим букву!</p> <p>Посмотрим, следующее название города и это «ФИТНЕС-АЭРОБИКА». Давайте рассчитаемся на «первый-второй».</p> <p>Педагог: разойдемся на 2 линии.</p> <p>Педагог: а теперь возьмем степы, поставим каждый на свое место на 2 линиях.</p> <p style="text-align: center;">МУЗЫКА</p> <p>Педагог: Молодцы! Отлично справились с «ФИТНЕС-АЭРОБИКОЙ» и посмотрим, какая буква здесь спряталась.</p> <p>Педагог: Отправляемся дальше в город «ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА». Встаем на 2 линии и выполним упражнения, чтобы преодолеть препятствие этого города и перейти к следующему.</p> <p style="text-align: center;">МУЗЫКА</p>	<p>упражнения вместе с педагогом на ритм, шаги, перестроения, хлопки.</p> <p>Дети: переворачивают карточку с названием. БУКВА «С».</p> <p>Дети: идут по полосе препятствий, по массажным коврикам, «мостикам», ползут по мату под дугами, по скользкой дороге и возвращаются на места.</p> <p>Дети: Переворачивают название. БУКВА «Е»!</p> <p>Дети: считаются на «первый-второй».</p> <p>Дети: встают на линии, 1е номера в 1 линию, 2е номера во 2 линию. Дети: под музыку вместе с педагогом выполняют упражнения на степах, шаги, переступания, прыжки.</p> <p>Дети: БУКВА «И».</p> <p>Дети: выполняют упражнения по заданию педагога стоя, сидя, лежа.</p>
--	--	---

	<p>Педагог: Молодцы ребята! Справились с 4 заданием! Посмотрим букву!</p> <p>Педагог: Следующий город «ФИТНЕС-ТАНЦЫ»! Берем фитболы! Встаем на места.</p> <p style="text-align: center;">МУЗЫКА</p> <p>Педагог: Отлично справились с заданием! Какая же здесь спряталась буква?!</p> <p>Педагог: Молодцы ребята! Нам осталось выполнить последнее задание и найти последнюю букву, чтобы узнать название страны. И отправляемся в город «ФИТНЕС-ИГРА».</p> <p>Давайте построим этот город все вместе из кирпичей, которые есть у нас в зале. Делимся на 3 команды.</p> <p>Нужно построить дома разного цвета из кирпичей.</p> <p style="text-align: center;">МУЗЫКА</p> <p>Педагог: Ребята, вы такие молодцы! Такие дружные! Давайте построим теперь самый большой дом, дом дружбы все вместе из больших кирпичей.</p> <p style="text-align: center;">МУЗЫКА</p> <p>Педагог: Ребята вы были молодцы! Справились с последним заданием! Построили замечательный город! Давайте посмотрим последнюю букву!</p> <p>Педагог: А теперь соберем все слово вместе, расставив буквы по порядку и узнаем название страны.</p> <p>Педагог: Молодцы ребята! Вот мы и узнали название нашей страны «ФИТНЕС»!</p>	<p>Дети: БУКВА «Т».</p> <p>Дети: берут фитболы, встают на 2 линии.</p> <p>Дети: вместе с педагогом выполняют упражнения на фитболах.</p> <p>Дети: БУКВА «Н»</p> <p>Дети встают по 3 человека.</p> <p>Каждая команда строит дом из маленьких поролоновых кубиков по заданному педагогом цвету (зеленый, розовый, синий).</p> <p>Дети: строят дом из больших поролоновых кубиков разного цвета.</p> <p>Дети: БУКВА «Ф»</p> <p>Дети: составляют слово «ФИТНЕС»</p>
<p>Рефлексия</p>	<p>Теперь мы можем сказать «Мы любим фитнес?!»</p> <p>Педагог: За что мы любим фитнес?»</p> <p>Педагог: Ребята, вы сегодня были</p>	<p>Дети: Встают в круг вместе с педагогом.</p> <p>Дети: Да!</p> <p>Дети: (отвечают).</p>

	<p>молодцы! Давайте друг друга поблагодарим аплодисментами! До свидания!</p>	<p>Дети: Хлопают в ладоши! Дети: До свидания!</p>
--	--	---