

Клеванський ЗДО №2 (ясла-садок)

Конспект контрольного заняття з фізкультури у молодшій групі «Рух – це здоров'я»



Підготувала
інструктор з фізкультури
Тимошук О.О.

Травень 2025 року

Вік дітей: Молодша група

Освітня лінія: «Особистість дитини»

Тема: Рух – це здоров'я

Мета заняття:

Визначити та виявити:

1. уявлення про основні засоби загартування.
2. вміння зберігати правильну поставу під час виконання рухів.
3. техніку виконання фізичних вправ, назвою предметів та обладнання.
4. навички шикування, перешикування, виконання загально-розвивальних вправ.
5. розвиток позитивного ставлення до фізкультури, вмінню працювати в колективі.
6. орієнтування у власному тілі, частинах тіла, поняттях "правий/лівий".
7. елементи саморегуляції, усвідомлення користі рухової активності для здоров'я.

Хід

1. ВСТУПНА ЧАСТИНА

Шикування в шеренгу. Привітання.

— Діти, сьогодні ми дізнаємось, як бути сильними, здоровими та бадьорими.

Бесіда з елементами загадок:

- Що потрібно робити, щоб не хворіти? (Загартуватись, рухатись, займатись фізкультурою.)
- Що таке загартування?

Різні види ходьби. Біг зі змінною темпу.

Вправа на загартування - ходьба по ребристій доріжці.



2. ОСНОВНА ЧАСТИНА

Загально-розвивальні вправи з предметами (стрічки):

1. «Пташки літають» – махи руками в сторони.
2. «Доторкнись до неба» – потягування вгору, спинка рівна.
3. «Крок правою – крок лівою» – координація з промовлянням.
4. «Погладь спинку» – нахили назад з контролем постави.
5. «Веселий крок» – ходьба на носочках, руки на поясі.



Основні рухи:

- Ходьба з перешикуванням (колона – коло – шеренга).
- Біг між перешкодами (кубики).
- Стрибки на місці та вперед.
- Стрибки з обруча в обруч.



Рухлива гра «Сонечко і дощик»



3. ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА

Дихальні вправи «Дихає дерево»:

— Уявіть, що ви дерево: руки вгору – вдих, вниз – видих.

Бесіда:

- Що нового дізнались про здоров'я?
- Що означає загартовування?
- Чому важливо допомагати одне одному в іграх?

Підсумок заняття:

- Ви гарно працювали, були уважні та старанні.