

Динамический час

«Воля к победе».

Цель: пропаганда здорового образа жизни.

Пр. задачи:

1. Учить детей получать удовольствие от занятий спортом; вырабатывать умение преодолевать трудности.
2. Развивать двигательную активность.
3. Воспитывать позитивное отношение к соперникам по играм, бережное отношение к своему здоровью.
4. Коррекция ЭВС через развитие стремления проявлять инициативу, к активной деятельности.

Оборудование: мяч, теннисные ракетки, скакалка, обручи, бубен, круги из цветного картона, секундомер или песочные часы.

Ход занятия:

I. Организационный этап.

В. Ребята, недавно мне попала одна интернет-статья, в которой часто встречалось интересное слово. Это слово – чемпион. А вы знаете, что оно обозначает? Кто такой чемпион? *(ответы детей)*

Попробуйте заменить слово чемпион другим, похожим по значению словом. *(ответы детей)*

Как вы думаете, какими качествами должен обладать чемпион? А вы хотели бы стать чемпионами *(ответы детей)*

II. Основной этап.

Игра «Придумай и покажи».

Игра совмещается с коррекционной игрой «Посчитай», направленной на коррекцию устного счёта.

Игроки становятся в круг. Воспитатель в центре по очереди кидает детям мяч и задаёт вопрос – пример устного счёта от 1 до 10 (младшим), из таблицы умножения (старшим). Тот, кто не поймал мяч или ответил неправильно – становится в середину круга и показывает 1 упражнение, давая инструкции по его выполнению как при

проведении зарядки (исходное положение, описание движения, показ со счётом).

Остальные – выполняют упражнение. Далее ведущий определяет следующего игрока для показа упражнений через вопросы устного счёта. И т. д.

Игра со спортивным оборудованием.

Дети находят пару и самостоятельно выбирают спортивный центр со спорт. инвентарем.

После того как все разместились, воспитатель дает команду к началу тренировки.

Через 2 – 3 мин. дети перемещаются к следующему спорт. центру и т.д.

Воспитатель следит за безопасностью игры и подает сигнал для смены центра.

Игра «Займи место».

Раскладываются круги по количеству детей, у каждого свой «дом». Пока звучит бубен, дети двигаются легким бегом вокруг кругов. Как только бубен затихает, каждому нужно занять свободный круг - «дом». Выигрывает тот, кто занимает последний кружок.

III. Заключительный этап (рефлексия).

Дыхательные упражнения.

В. Ребята, вам понравилось занятие?

Как думаете, вы провели время с пользой для своего здоровья?