Физкультурное занятие в старшей группе

«Весёлые станции»

****Цель:****  содействовать пониманию детьми выполнения упражнений, выбору и использованию оборудования в соответствии с предъявляемыми заданиями, удовлетворять потребность в двигательной активности детей.

****Задачи:****

* – Создавать атмосферу радости, обоюдного обогащения знаниями, умениями, навыками в процессе выполнения игр и упражнений.
* – Способствовать развитию и укреплению мышц ног, рук, брюшного пресса, развитию координации движений, сохранению равновесия.
* – Развивать коммуникативные умения и навыки.
* – Воспитывать у детей уверенность в собственных силах и чувство удовлетворения от занятий физической культурой.



**Ход занятия:** В самом начале занятия дети выполняли различные виды ходьбы (на носках, пятках и т.д.), легкий без и разминку.

Перед выполнением заданий по станциям, детей разделили по командам.

**1 станция** **«Резвый мяч»**

Дети, передвигаясь по гимнастической скамье приставными шагами отбивают мяч о пол и должны поймать его.



**2 станция «Змейка»**

Дети обходят ориентиры отбивая мяч о пол.

**3 станция «Попрыгунчик»**

Дети закрепляют навыки прыжков через скакалку.

