

Физкультурное занятие совместно с родителями в подготовительной группе: «В страну веселых мячей».

Подготовила воспитатель:

 Кривошеина Елена Александровна

г. Рубцовск 2018 г.

Возраст воспитанников:6-7 лет

**Образовательная область:** Здоровье, социализация, коммуникация.

**Цель:**

 Помочь родителям и детям ощутить радость от совместной двигательной деятельности, и понять полезность гимнастики вдвоём. Продолжать формировать потребность в здоровом образе жизни через игровые упражнения. Создание веселого настроения, обеспечение психологического комфорта
**Задачи:**

**Развивающие:**

-Развивать физические качества: силу, ловкость, гибкость, координацию, согласованность движений.

**Образовательные:**

-Формировать у родителей и детей умение выполнять движения в детско-родительской паре (общеразвивающие упражнения, основные движения; совершенствовать действия с мячом; прокатывать ,бросать, ловить.

**Воспитательные:**

-Воспитывать интерес к здоровому образу жизни, чувство коллективизма и сплоченности. Вызвать у детей желание активно играть с мячом в самостоятельной деятельности

**Используемые методы:**

словесный (приглашение, объяснение, пояснение, загадки)

- наглядный (показ способа действия; демонстрационное)

- игровой ( воображаемая ситуация, )

-практический

**Приемы:**

- организации детей и родителей на занятии парами .

- обучения (словесный образец педагога; обогащение и активизация словарного запаса; смена деятельности детей; оптимальное использование оборудования)

**Оборудование**: Мячи, флажки красный и зелёный, массажные мячики, призы.

**Предварительная работа**: Игры «Точный пас ногой», «Ловишка с мячом», разные виды массажа, проводится беседа о мяче, его характеристике, видах.

**Ход**

1. **Организационный момент**

**Цель:** установление эмоционального контакта.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Деятельность**  **детей** | **Деятельность педагога** | **Примечание** |
| Дети с родителями заходят в спортивный зал под спортивный марш и строятся в шеренгу).проходит ритуал приветствия. Дети и родители выполняют разные виды ходьбы | Дети с родителями заходят в спортивный зал под спортивный марш и строятся в шеренгу).-Здравствуйте, ребята! Здравствуйте, уважаемые родители! У нас сегодня необычное занятие, потому что мы пригласили родителей, которые вместе с детьми будут выполнять упражнения. Вам физкульт- ура, ура!Вы – здоровая семья.Утро – глазки открывайИ кроссовки обувай.Шагом, бегом и прыжкамиВ детский сад собрались с вами, С физкультурой мы друзья,Вам Ура, ура, ура!Хочу всех вас пригласить совершить увлекательное путешествие.**Сюрпризный момент**В зал вкатывается мяч.- Посмотрите, к нам в гости прикатился мячик.Какой он красивый, яркий, только немного грустный.Интересно, откуда он и что с ним случилось?Я из страны веселых мячей.Там у меня много друзей.Они умеют прыгать и скакать,Кататься и летать,В цель ловко попадать…Но сейчас они скучают.Никто с ними не играет.- А может быть, нам отправится в страну Веселыхмячей и подружиться с ними.- Наш гость покажет нам дорогу. Тогда в путь!Берем с собой хорошее настроение. и вперед «В страну веселых мячей». «Шагом- марш!(звучит песня «Веселый мячик»).**Вводная часть:**- Будьте внимательны, чтобы дойти до веселых мячей нам нужно постараться и преодолеть небольшие преграды!Дети с родителями двигаются в двух колоннах (каждый родитель рядом со своим ребенком):-Обычная ходьба:(Сейчас мы с вами идем по тропинке. Спину держим прямо,четкая работа рук и ног).-Ходьба на носочках, руки в стороны:(Давайте посмотрим , нет ли кого по сторонам, поднимемся навысокую горку. А чтобы нам не упасть руки в стороны).-Ходьба на пяточках руки на поясе:(Теперь спустимся с горы. А чтобы наши носочки отдохнулипойдем на пятках).-Ходьба с высоким подниманием колен, с перешагиваниемпредметов:(Видно не давно прошел дождик и чтобы не намочить ногиперешагиваем лужи. Руки на пояс, высоко поднимаем колени,спину держим ровно).-Ходьба со сменой направления:( Что-то до сих пор не видно «Страну веселых мячей», можетмы идем не в ту сторону?! Попробуем пойти другим путем-Бег в колонне по одному, бег змейкой:(Нам нужно поторопиться. Придётся дальше продвигатьсябегом. Бежим по кругу, дышим носом, руки согнуты в локтях.Смотрим вперед. Бежим огибая деревья(бег змейкой)).-Обычная ходьба (с восстановлением дыхания).Перестроение в две шеренги (по ориентирам дети напротивродителей).1. **Основная часть деятельности.**

 **ОРУ: (В детско-родительской паре с мячом)**-Вот мы и пришли в Страну веселых мячей. -Посмотрите, сколько здесь «жителей», какие они разные,   чтобы их развеселить , нужно с ними поиграть | Занятие начну с ритуала «Приветствие» использование этого приёма позволит мне эмоционально настроить детей и родителей , вызвать радость от игровых действий.Для эмоционального настроя, поддержания интереса использую сюрпризный момент(звучит голос)Дети с родителями под музыку идут в путешествие(каждый родитель рядом со своим ребенком): Слежу за осанкой, за правильным выполнением движенийВсё занятие построено по единому сюжету,Раздаю мячи. |
| Дети в парахвыполняют О. Р УПереходим к выполнению основных видов движенийПредлагаю детям подвижную игру, водящего выбираем используя считалку «Мой весёлый мяч»Предлагаю м/п игру для родителей С помощью массажных мячиков делают массаж | 1. «Для начала потянулись».

И.п. – стоя лицом друг к другу, ноги на ширине плеч, мяч в вытянутых руках перед собой.1-3 – поднять руки с мячом (взрослый потягивает руки ребенка).2-4 – вернуться в и.п.1. «Проверили силу».

И.п. – стоя лицом друг к другу, выставив одну ногу вперед, руки согнуты в локтях перед грудью, опора на ладони.1-3 – выпрямить руки в локтях с мячом (прижать руки к груди).2-4 – согнуть руки в локтях с мячом.1. «Наклонились».

И.п. – стоя на коленях, лицом друг к другу, мяч в вытянутых вверх руках.1-2 – одновременный наклон вправо (влево).3-4 – вернуться в и.п.1. «Потянулись вперед».

И.п. – сидя на полу, ноги в сторону, ребёнок лицом к взрослому.1-4 – ребенок прокатывает мяч руками вперед.5-8 – взрослый прокатывает мяч к ребёнку.1. «Размяли ноги».

И.п. – сидя на полу, опора на ладони; ноги взрослого вытянуты, ноги ребёнка согнуты в коленях на мяче.1-4 – ребёнок прокатывает мяч ногами, распрямляя их в коленях.5-8 – взрослый прокатывает мяч к себе и от себя.1. «Дружно присели».

И.п. – стоя лицом друг к другу, ноги на ширине плеч, взявшись руками за мяч.1-3 – присесть.2-4 – вернуться в и.п..1. «В конце попрыгали».

И.п. – стоя друг напротив друга, мяч в руках между собой.1-4 – прыжки.**Дыхательные упражнения.**Дети рисуют большие, а затем маленькие мячи струей воздуха.-Я думаю, мячам стало на много радостнее и они не откажутся ещё с нами поиграть.**Основные виды движения:**1. «Десять передач» - перебрасывание мяча в парах способом сверху вниз с ловлей после отскока.  2. «Точный пас ногой» - передача мяча ударом ноги точно к ногам взрослого, последний останавливает мяч ногой и делает пас ребенку. 3. Игра: «Ловишка с мячом» - (для детей).4. «Игра на внимание» (игра для родителей) - Правила игры: по команде воспитателя, который поднимает флажки, выполняют упражнение с мячом. На «красный цвет» - выполнение упражнения; подбросить мяч. «На зеленый цвет» - отбивание мяча одной рукой*.* -Очень весело и интересно порезвились, пора и отдохнуть, а массажные мячики тут как тут. С помощью массажных мячиков можно делать массаж   - На кого они похожи (на ежиков). **-** Я знаю стишок про ежика.   -Давайте его расскажем вместе и покажем.Проводится логоритмическое упражнение**Ежик, ежик – чудачок сшил колючий пиджачок***(прокатывать мяч в ладонях вперед-назад)***Встал с утра, и в лес – гулять,** *(поднять руки вверх)***Чтоб друзей всех повидать.**(*перебирать мяч пальцами, опуская медленно руки вниз)***Ежик топал по тропинке***(постучать мячом по полу)***И грибочек нес на спинке***(завести руки с мячом за голову, покатать мяч по шее)***Ежик топал не спеша, тихо листьями шурша***(прокатить мяч по ногам до пальцев, медленно наклоняясь вперед)***А на встречу скачет зайка, длинноухий Попрыгайка***(подбросить и поймать мяч*)**В огороде чьем–то ловко раздобыл косой морковку***(завести руки за спину, спрятать мяч).***Заключительная часть.****Цель:** Подведение итогов. | Слежу за правильностью выполнения упражненийДля восстановления дыхания Слежу за соблюдением правил игрыРаздаю мячики. (дети с родителями выполняют движения  с мячами-«ежами»  по тексту, сидя) |
| Дети получают призы. | Ребята, вот мы и поиграли со всеми мячами.    -Весело было? Интересно? Вам понравилось?    - Я думаю, что мы смогли развеселить жителей страны веселых мячей.    -  А где же наш друг? *Подружились вы с мячами,**Не скучали все в игре.**Почаще с ними вы играйте.**Про друзей не забывайте.*Подружился ты с мячом, значит скука нипочем.Болезнь и лень не одолеют, будет только веселее.А сейчас мячи пусть отдыхают, с нами встречи поджидают.А наша встреча подощла к завершению.До новых встреч **«Прощальный фонтан»:**Все участники занятия встают в общий круг, вытянув правую руку вперед и соединив их вместе *(получается что-то вроде солнца)* произносят: **«Здоровье и счастье в нашихруках»***.* Поднимают руки вверх и посылают эти слова в небоМячик: Спасибо вам! Примите от нас этот подарок (корзинка с«Чупа-чупсами» они тоже такие круглые, как и мы!Приходите к нам в гости в нашу страну веселых мячей. Мыбудем вас ждать, до новых встреч!Дети и родители прощаются с мячом-гостем, и выходят из зала! | вкатывается улыбающийся мяч, беру его в руки, использую художественное словоДля снятия психоэмоционального напряжения и возбуждения после высоких физических нагрузок в конце физкультурного занятия провожу специальное релаксационное упражнение, ритуал прощания. |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |