

*Министерство образования Российской Федерации
Департамент образования Администрации г. Екатеринбурга
Управление образования Ленинского района
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 39*

620105, Екатеринбург, ул. Рутминского,1. Тел. (343) 278-90-38(39).

email: dou39-ekb@yandex.ru



Проект для детей старшего дошкольного возраста

5-6 лет

«Мама, папа, я - спортивная семья»

Автор проекта:

Тимощенко С П- воспитатель

Екатеринбург, 2019 г.

Оглавление

Введение	3
Этапы работы над проектом:	5
Оценка результатов	8
Список используемых источников в алфавитном порядке.....	9
Приложение	10

*«Если нельзя вырастить ребенка,
чтобы он совсем не болел,
то, во всяком случае,
поддерживать у него высокий
уровень здоровья, вполне возможно,».*

Н. М. Амосов

Введение.

Здоровье человека отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования. Важнейшей социальной задачей современного общества является сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. Здоровье детей является одной из основополагающих ценностей образования на современном этапе. Многие дети приходят в школу, уже имея те или иные заболевания. Данная ситуация обусловлена ухудшением социально-экономической и экологической обстановки, обострением проблем рационального питания, наследственностью.

Актуальность проекта. Великая ценность каждого человека – здоровье. Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед дошкольным учреждением.

Все знают, как полезно заниматься физкультурой, как необходимо закаляться, делать зарядку, бывать на воздухе, но как трудно бывает иногда пересилить себя, встать пораньше, сделать несколько упражнений, облиться холодной водой. Мы откладываем все это на «потом». А что, если попробовать заниматься всем вместе? Может, тогда будет легче?! Ведь семья и детский сад – те социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка. Мы должны совместными усилиями обеспечить ребенку психологический комфорт, поддержку и любовь,

помнить о том, что преодолеть жизненные трудности легче, если мы будем вместе.

Опыт работы показывает, что положительный результат бывает тогда, когда возникает взаимодействие и понимание между семьей и детским садом, когда все чувствуют атмосферу сердечности и доброжелательности, взаимного уважения и понимания. Пожалуй, ничто так не сближает родителей и детей, как совместные праздники и развлечения.

Настоящий проект поможет сблизить родителей, детей, педагогов и позволит сложную задачу (воспитание здорового человека) сделать немного проще.

Цель:

- Привлечение родителей к совместной активной деятельности в вопросах физического воспитания детей.

Задачи:

- Изучить интересы, мнения родителей, их хобби и привлечь к организации физкультурных досугов детей.

- Организовать консультации и обмен опытом между родителями.

- Помочь родителям научиться играть со своим ребенком.

- Обогащать детско-родительские взаимоотношения при проведении совместных мероприятий, уделяя при этом особое внимание пропаганде здорового образа жизни, профилактике заболеваний, сохранению и укреплению физического здоровья детей.

- Заинтересовать родителей активнее участвовать в жизни детского сада.

Вид проекта: семейно-групповой, долгосрочный, практико-ориентированный.

Ожидаемые результаты:

Для детей:

- повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;
- улучшение показателей здоровья;

- наличие потребностей в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

Для педагогов:

-повышение теоретического уровня и профессионализма педагогов, использование разнообразных форм взаимодействия с родителями с целью повышения уровня знаний по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей;

-создание предметно развивающей среды, обеспечивающей эффективность оздоровительной работы;

- личностный и профессиональный рост.

Для родителей:

- сохранение и укрепление здоровья детей;

- физическая и психологическая подготовленность детей;

-вовлечение родителей в образовательный процесс, совместная деятельность по формированию у детей навыков здорового образа жизни.

- повышение эмоционального, психологического и физического благополучия детей и взрослых;

- активное участие пап в спортивных мероприятиях;

- наличие потребностей в здоровом образе жизни;

- развитие культуры движений;

- личностный интерес детей к своему спортивному росту;

Этапы работы над проектом:

1 этап – подготовительный

Подбор информации по теме "Спортивный уголок дома своими руками."

Составление плана реализации проекта;

Оформление "Уголка здоровья" для детей, подбор материалов для оформления родительского уголка "Игры с высокой двигательной активностью"

В беседе с детьми о том, занимаются ли родители спортом, помогает ли спорт в жизни, возник спор кто выносливее: тренированный или нетренированный человек, решили проверить на практике.

II этап – Практический

Работа с детьми:

- оформление спортивного уголка
- конструирование из строительного материала «Спортивная площадка»
- беседы о здоровье, о чистоте, решение провокационных вопросов.
- чтение художественной литературы о спорте: В. Сулова «Про Юру и физкультуру», Е. Кап «Закаляйся».
- оздоровительные минутки «Солнышко», «Буратино», «Море»
- подвижные игры «Хитрый мяч», «Попади в предмет», «Угадай, что мы делаем».
- рисование на тему «Мой любимый вид спорта»

Работа с родителями:

- консультации, практические советы, родительское собрание “Как воспитать здорового ребёнка?”
- использование наглядной агитации (папки-передвижки, консультации, буклеты);
- выставка фотографий “Мы здоровью скажем “Да”;
- совместная деятельность родителей и детей “Мы дружим со спортом”;
- Подбор семейных фотографий со спортивной тематикой для оформления фотовыставки «Спорт в жизни нашей семьи».

III этап – Заключительный

Проведение открытого праздника «Мама, папа, я- спортивная семья».

Беседа:

«Витамины полюблю – я здоровым быть хочу» *Приложение 1*

Экскурсия в Березовую рощу *Приложение 2*

Занятия:

Музыкальное занятие «Прогулка в весенний лес» *Приложение 3*

Конспект занятия «Спортивная площадка» *Приложение 4*

Конспект занятия «Стадион» *Приложение 5*

Физкультурное занятие «Путешествие в лес» *Приложение 6*

Оценка результатов

Проект реализовал поставленные задачи. Дети получили новые и расширили уже имеющиеся знания, заинтересовались сбережением своего здоровья. У ребенка сформировались практические знания и навыки по формированию здорового образа жизни. Ребенок демонстрирует умения использовать подвижные игры в самостоятельной деятельности. Дети овладели элементарными навыками самооздоровления.

Родители с огромным желанием приняли участие в спортивном развлечении.

Список используемых источников

1. Алябьева Е. А. «Игры для детей 4-7 лет» Москва, 2009г.
2. Бабенкова Е. А, Федоровская О. М. «Игры, которые лечат» 2008 г.
3. Вахрушев А. А. Кочемасова Е. Е. «Здравствуй, мир! Окружающий мир для дошкольников»,2003 г.
4. Веракса Н Е и др. Автор: Лободина Н.В. Комплексные занятия по программе "От рождения до школы" под ред. ФГОС,2014 г.;
5. Джеки Силберг «500 пятиминутных развивающих игр для детей от 3-6 лет»
6. Подольская Е.И. «Формы оздоровления детей4-7 лет» 2009 г.
7. Стефанович И. А. Взаимодействие педагогов и родителей в реализации физического развития детей 3-7 лет. Инновационный педагогический проект. Волгоград: Учитель, 2014.
8. Шукшина С. Е. «Я и моё тело» 2004 г.
9. Шорыгина Т. А. «Беседы о здоровье» 2010 г.
10. Материалы из интернета: фгос-игра.рф/doshkolnoe-obrazovanie/konstrinfourok.ru/konspekt-zanyatiya-po-robototehbeseda.docx

Приложение

Приложение 1

Беседа: «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу»

Цель: научить ребёнка заботиться о своём здоровье.

Задачи:

Образовательные :

Дать представление о витаминах и продуктах, в которых содержится их наибольшее количество. Познакомить детей с группами витаминов, объяснить, как витамины влияют на организм человека, об их пользе и значении для здоровья человека;

Развивающие:

Развивать внимание, мышление, воображение, активный и пассивный словарь.

Воспитательные:

воспитывать у детей потребность в сохранении своего здоровья. Помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания – еда должна быть не только вкусной, но и полезной;

Ход беседы

- Вчера Кукла – мама рассказывала, что ее дети стали чаще болеть, им не хватает витаминов. Витамины очень нужны детям для укрепления организма. Её дети их очень любят. Витамины очень полезные.
- А вы, ребята, пробовали витамины?
- Витамины бывают не только в таблетках.
- А в каких продуктах есть витамины? Нужно есть больше овощей и фруктов. В них много витаминов А, В, С, Д.
- В каких продуктах они содержатся и для чего нужны.
Витамин А - морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка. Важно для зрения.
- Витамин В - мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох (для сердца).

Витамин С - цитрусовые, капуста, лук, редис, смородина (от простуды).

Витамин Д - солнце, рыбий жир (для косточек).

Для лучшего запоминания использовать художественное слово.

Никогда не унываю

И улыбка на лице,

Потому что принимаю

Витамины А, Б, С.

Очень важно спозаранку,

Есть за завтраком овсянку.

Черный хлеб полезен нам

И не только по утрам.

Помни истину простую

Лучше видит только тот,

Кто жуёт морковь сырую,

Или сок морковный пьёт.

От простуды и ангины помогают апельсины.

Ну, а лучше съесть лимон

Хоть и очень кислый он.

- Я зачитаю четверостишия о продуктах. Если в них говорится о полезных вещах, то вы все вместе говорите: «Правильно, правильно, совершенно верно!»

- А если о том, что для здоровья вредно, вы молчите.

1.Ешь побольше апельсинов, пей морковный вкусный сок,

И тогда ты точно будешь очень строен и высок.

2.Если хочешь стройным быть, надо сладкое любить

Ешь конфеты, жуй ирис, строиен, стань как кипарис.

3.Чтобы правильно питаться, вы запомните совет:

Ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу мед и виноград.

4.Нет полезнее продуктов - вкусных овощей и фруктов.

И Сереже, и Ирине всем полезны витамины.

5.Наша Люба булки ела и ужасно растолстела.

Хочет в гости к нам прийти, да в дверь не может проползти.

6.Если хочешь быть здоровым, правильно питайся,

Ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся.

- Молодцы, обязательно скажу вашим мамам, что вы умеете выбирать полезные продукты.

- Ребята, я предлагаю вам стать «садовниками здоровья», давайте вырастим чудо-дерево (на столе карточки с продуктами, дети выбирают нужные, вешают их на дерево).

- Почему на дереве выросла морковь?

- Чем полезно молоко?

- Какой витамин в свекле?

- Какие овощи и фрукты защищают от вредных микробов?

- Мы запомним навсегда, для здоровья нам нужна витаминная еда.



Взаимодействие с родителями.

Экскурсия в березовую рощу, акция «Всем птицам, дом»

Дети совместно с родителями изготавливали скворечники, украшали. А потом развешивали их в березовой роще.



Музыкальное занятие с здоровьесберегающими технологиями

«Прогулка в весенний лес»

Образовательная область: «Художественно-эстетическое развитие»,
раздел «Музыкальная деятельность»

Интеграция областей: познавательное, социально-коммуникативное.

Возрастная группа: старшая группа

Тип занятия: музыкальное занятие со здоровьесберегающими технологиями

Цель: развивать музыкальные и творческие способности детей в различных видах музыкальной деятельности, используя здоровьесберегающие технологии

Задачи:

1. Образовательные:

- обогащать музыкальные впечатления детей, вызывать яркий эмоциональный отклик при восприятии музыки разного характера.
- обогащать впечатления детей, формировать музыкальный вкус, развивать музыкальную память.
- способствовать развитию мышления, фантазии, памяти, слуха.
- закреплять умение петь коллективно, с музыкальным сопровождением

2. Развивающие:

- развивать танцевально-игровое творчество; формировать навыки художественного исполнения различных образов при инсценировании песен
- способствовать развитию творческой активности детей музыкальной исполнительской деятельности (игра в оркестре, пение, танцевальные движения и т. п.) .

3. Воспитательные:

- развивать у детей позитивную оценку действительности взглядов, вкусов с учетом ярко выраженных индивидуальных психофизических особенностей
- воспитывать эстетический вкус в передаче образа
- совершенствовать и развивать коммуникативные навыки ребенка

- воспитывать умение общаться через песню и танец

4. Оздоровительные:

- с помощью дыхательной гимнастики, психогимнастики, фонопедической системы, музыкотерапии, динамических и музыкально - ритмических упражнений укреплять физическое и психическое здоровье

- с помощью здоровьесберегающих технологий повышать адаптивные возможности детского организма (активизировать защитные свойства, устойчивость к заболеваниям)

- слушание классической музыки стабилизирует эмоциональное состояние;

- способствовать развитию мелкой моторики, синхронизации работы полушарий головного мозга, формировать произвольное внимание памяти; учить прислушиваться к своим ощущениям и проговаривать их.

Предварительная работа: Слушание музыкальных произведений из цикла «Времена года», разучивание песен, танца использование на занятиях пальчиковых гимнастик, психогимнастики.

Ход занятия. *Дети входят в зал под музыку.*

Музыкальный руководитель. Здравствуйте, дети! Я очень рада видеть вас!.

Придуманно кем-то просто и мудро

При встрече здороваться: «Доброе утро!»

Доброе утро - солнцу и птицам,

Доброе утро - приветливым лицам!»

Приветствие «Здравствуйте»(муз. и сл.М.Ю.Картушиной)

Музыкальный руководитель. Почему где то полностью написано, где то сокращено Я вижу, что у всех хорошее, доброе настроение. Сегодня я приглашаю вас на прогулку в сказочный весенний лес. Вставайте друг за другом и пойдем.

1.Хороводный шаг - руки на поясе, идем на всей стопе

Поднялись на носочки

Перешагиваем встречные лужи

Перепрыгиваем кочки - становимся полукругом

А вот и лес...Полный сказок и чудес.

С вами шли, шли, шли и в волшебный лес пришли.

А в лесу воздух чистый, свежий, давайте с вами подышим

Упражнение на дыхание.(А.Н.Стрельникова)

«Кошечка»

«Ушки»

«Надуваем шарик быстро...»

А в сказочном лесу живет эхо, давайте послушаем его

Ой какой дремучий лес (лес, лес, лес...)

В нем сосны, ели до небес (бес, бес, бес...)

А на ветках шепчут шишки (шишки, шишки....)

В гостях у нас сейчас детишки (тишки, тишки...)

Музыкальный руководитель: Ребята, а я еще знаю загадку про птицу, очень трудолюбивую. Отгадайте какую:

-В красной шапке птица ходит.

И в коре жуков находит.

Это давний мой приятель.

А зовётся птичка...

(Дятел)

-Посмотрите, ребята, что наш приятель дятел приготовил нам под елкой.

Нашли в лесу под елкой мешок с музыкальными инструментами

Музыкальный руководитель: Дятел сел на толстый сук

Дети: Тук да тук, тук да тук!

М.р. Всем друзьям своим на юг

Дети: Тук да тук, тук да тук!

М.р. Телеграммы дятел шлет, что весна уже идет,

Что уж тает снег вокруг:

Дети: Тук да тук, тук да тук!

М.р. Дятел зиму зимовал,

Дети: Тук да тук, тук да тук!

М.р. В жарких странах не бывал!

Дети: Тук да тук, тук да тук!

Музыкальный руководитель. И понятно, почему,

Скучно дятлу одному, без друзей и без подруг.

Дети: Тук да тук, тук да тук!

Муз. рук. Давайте снова уберем инструменты под ёлочку.

В этом лесу живёт ещё один сказочный герой, послушайте про него загадку:

Нос крючком, волосы торчком. На метле летает,

След замечает. (**Баба Яга**)

-Правильно, это Баба Яга. Она встречается во многих русских сказках.

Известный русский композитор написал про бабу Ягу музыкальную пьесу и включил её в «Детский альбом». Садитесь на стульчики будем слушать с вами пьесу «Баба Яга».

Звучит пьеса «Баба Яга» (фонограмма) П. И. Чайковский.

Музыкальный руководитель. : Пьеса исполняется очень скоро. В самом начале музыка звучит угловато, как будто Баба Яга идет, прихрамывая, затевая что-то недоброе, затем появляется суетливое, непрерывное движение, будто Баба Яга что-то ищет, и вот музыка звучит высоко, зловеще, становится громче. Слышится полёт бабы Яги, сопровождаемый «свистом ветра». Баба Яга несется в ступе по воздуху, потом вдруг резко спускается вниз на землю, колдует... и вдруг пропадает.

Послушаем пьесу ещё раз.

Музыкальный руководитель. А сейчас мы с вами сделаем пальчиковую гимнастику.

Пальчиковая гимнастика «Баба Яга»(Л.Н.Калмыкова)

В тёмной чаще (сжимают и разжимают пальцы в замке)

Есть избушка (складывают руки домиком),

Стоит задом на перед (поворачивают кисти рук тыльной стороной).

В этой маленькой избушке (складывают руки домиком).

Бабушка Яга живёт (делают окошечко из рук, качают головой).

Нос такой кривой (дразнятся).

Глаз такой косой (выполняют перекрещивающиеся движения пальцами)

Костяная нога (постукивают кулаком о кулак/

Здравствуй, Бабушка Яга! (Разводят руки в стороны).

Музыкальный руководитель. Ребята, споём песню, а чтобы песни получились звонко, красиво, разбудим наши голоса.

Распевание с использованием фонопедической системы. (В.В.Емельянов)

Установка при пении.

Ножки вместе, спинки прямо, чтобы песенка звучала.

Ночной лес.

Лес ночной был полон звуков (а-а-а-а шепотом):

Кто-то выл (в-в-в),

А кто мяукал (мя-у, мяу, мяу-мяу),

Кто-то хрюкал (хрю-хрю-хрю-хрю),

Кто то топал (топ-топ-топ-топ),

Кто жужжал (ж-ж-ж-ж),

Кто-то ухал (ух-ух-ух-ух)

И кричал (Ау-ау-ау-ау),

Ну а кто-то тихо-тихо, тонким голосом молчал («тонким» голосом проговаривать):

А-а-а-а (шепотом).

Распевка «Эхо»

После распевания дети исполняют песни по выбору музыкального руководителя.

Музыкальный руководитель. Ребята, я приглашаю вас станцевать наш танец, но сначала надо разогреть наши ножки:

Ножки, ножки, вы шагали?

Мы шагали, мы шагали.

Ножки, ножки, вы бежали?

Мы бежали. Мы бежали.

Ножки, ножки, вы стучали?

Мы стучали, мы стучали.

Ножки, ножки, вы устали?

Мы устали, мы устали.

Ножки, ножки отдыхали?

Отдыхали, отдыхали.

Вот как весело играли.

танец «Озорная полька»

Музыкальный руководитель. Поиграем в русскую народную игру «**Бабка ежка**»

Оборудование: Обруч, платок на голову.

Содержание

С помощью считалки выбирают «Бабку-Ёжку». Она(он) встаёт в середину обруча. Вокруг бегают ребята и дразнят:

«Бабка-Ёжка» костяная ножка,

Нос крючком, голова торчком,

С печки упала, ножку сломала

А как гром загремит, «Бабка-Ёжка» полетит.

По окончанию слов «Бабка-Ёжка» сердится и пытается догнать ребят.

Правила

Количество участников игры не ограничено. Водящий должен дождаться, когда дети проговорят все слова до конца. Пойманных детей Баба Яга уводит к себе в дом.

Усложнение/Упрощение

Для усложнения «Бабка-Ёжка» должна ловить детей, прыгая на одной ноге.

Что развивает игра

В игровой форме развивает основные физические качества: силу, выносливость, ловкость.

Музыкальный руководитель. Молодцы, ребята, вы были все дружны, внимательны, старались красиво петь и танцевать, а теперь нам пора возвращаться из сказочного леса в группу.

Дети вместе с воспитателем уходят из зала.



Конспект НОД деятельности занятия: «Спортивная площадка»

Цель: учить детей конструировать по образцу, формирование представлений о здоровом образе жизни, о различных видах спорта.

Задачи:

Образовательные:

– развивать умение следовать инструкциям педагога, размещать постройку на платформе

– закреплять навыков постройки скамейки и ворот,

Развивающие:

– развивать внимание, память, мышление,

– развивать умение следовать инструкциям педагога.

Воспитательные:

– формировать умение работать сообща и доводить начатое дело до конца.

Предварительная работа: рассматривание картинок с различными видами спорта.

Оборудование:

Раздаточный материал:

Ход занятия:

Воспитатель:

Собрались все дети в круг ,

Я твой друг и ты мой друг

Крепко за руки возьмемся

И друг другу улыбнемся.

Ребята! Мы сегодня поговорим о том, что нам нужно что бы быть крепкими и здоровыми.

Если хочешь сильным быть,

Если хочешь ловким быть,

Если хочешь быть здоров – не ленись,

Бегай, прыгай, спортом займись.

(ребята рассматривают картинки с различными видами спорта, обсуждают их).

Воспитатель: еще у меня для вас есть загадки.

И мальчишки, и девчонки

Очень любят нас зимой,

Режут лед узором тонким

Не хотят идти домой,

Мы изящны и легки,

Мы фигурные ... (коньки)

Мы не только летом рады

Встретится с олимпиадой.

Можем видеть лишь зимой

Слалом, биатлон, бобслей,

На площадке ледяной –

Увлекательный ... (хоккей)

Кто по снегу быстро мчится,

Провалится не боится (лыжи)

(физкультминутка).

Вверх рука и вниз рука.

Потянули их слегка.

Быстро поменяли руки!

Нам сегодня не до скуки. (Одна прямая рука вверх, другая вниз, рывком менять руки.)

Приседание с хлопками:

Вниз — хлопок и вверх — хлопок.

Ноги, руки разминаем,

Точно знаем — будет прок. (Приседания, хлопки в ладоши над головой.)

Крутим-вертим головой,

Разминаем шею. Стой! (Вращение головой вправо и влево.)

Воспитатель: ребята, я предлагаю вам построить спортивную площадку для маленьких лего -человечков. Давайте обсудим какая она будет?

Дети: препятствия для перешагивания, гимнастической скамейки и нескольких воротцев.

Самостоятельная работа детей. Помощь при затруднении.

Воспитатель: Молодцы, ребята, вы хорошо постарались. У вас получились замечательные спортивная площадка.



Конспект НОД «Стадион»

Цели: развитие конструкторских способностей детей, эстетического вкуса, формирование познавательной и речевой активности, стремления к умственной деятельности.

Задачи:

Образовательные:

Познакомить с особенностями устройства стадиона;

Развивающие:

Содействовать развитию креативных способностей и логического мышления детей;

Развивать образное и пространственное мышление, фантазию, творческую активность, а также моторику рук, последовательность в выполнении действий.

Воспитательные:

Воспитывать аккуратность, целеустремленность, чувство патриотизма.

Прививать интерес и любовь к спорту.

Словарная работа: стадион, трибуны, комментаторская кабина, табло.

Ход образовательной деятельности:

- Здравствуйте ребята ! Давайте улыбнемся друг другу, а теперь вы улыбнитесь нашим гостям. Мне по секрету рассказали, что вы умные, сообразительные дети и я, думаю, что нам с вами будет сегодня очень интересно.

- Не давно в Екатеринбурге прошёл чемпионат мира по футболу. Вы знаете об этом? К нему надо очень хорошо подготовиться. Как вы думаете, что надо для этого сделать?

Посмотрите на экран. Что вы увидели?

- Лего-человечков.

- В какую игру они играли?

- В футбол.

- Где играют в футбол?

- На стадионе.

Я предлагаю вам сегодня построить стадион. Это очень сложная и важная работа.

Подумайте, как называют людей, которые строят?

- Строители.

Вы готовы стать строителями?

- Да!

А теперь рассмотрим, как устроен стадион.

Подумайте, как обычное поле превратить в стадион?

Подумайте, как называется эта часть стадиона? (2 слайд «поле»), кто знает «что это?» (ответы детей)

Еще есть (3 слайд «ворота») Что для чего? (ответы детей)

Также есть (4 слайд «трибуны») Для кого они нужны? Какого цвета трибуны? Вам эти цвета ничего не напоминают?

Еще есть (5 слайд «табло») Что болельщики узнают, глядя на него?

А это что, кто догадался? (6 слайд комментаторская кабина)? (ответы детей)

Для чего? Комментатор рассказывает, как проходит матч, кто забивает голы.

И, конечно же, есть (7 слайд «флаги»)

Пора приступить к работе.

Давайте договоримся, каждый из вас построит свою часть стадиона, а потом перенесет на общее поле, вместе у нас получится замечательная постройка.

Я вас приглашаю на строительную площадку. Начинаем работу. Выберете схему, выберете строительный материал и встаньте как вам удобно.

Какой у нас с вами замечательный стадион получился. Как вы дружно работали, слажено, четко, я видела, что вы помогали друг другу.

Каждый стадион имеет свое название. Давайте и мы придумаем название нашему стадиону. Наш стадион готов принять своих первых спортсменов.

Как вы думаете, почему на стадионе всегда весело, шумно? – болельщики шумят. Вы, наверняка, тоже будете болельщиками на стадионе. Давайте разучим некоторые упражнения. Повторяйте за мной.

Звучит музыка.

Как мне интересно было с вами сегодня работать. Как вы умеете работать в команде. Как много вы успели сделать? Что вам понравилось больше всего?

Я вижу, что вы будете хорошими болельщиками и пойдете все на стадион.

До свидания, до новых встреч.



**Конспект совместного физкультурного занятия детей и родителей в
«Путешествие в лес»**

Цель: помочь родителям и детям ощутить радость от совместной двигательного-игровой деятельности.

Задачи:

- помочь родителям освоить ряд необходимых упражнений, которые можно повторять с ребенком в свободные минуты;
- способствовать развитию у родителей и детей умения настраиваться друг на друга, чувствовать партнера в совместной двигательного-игровой деятельности;
- развивать смелость, ловкость.

Инвентарь: маленькие мячи на каждого ребенка.

Ход занятия:

I. Вводная часть

Построение в шеренгу

Воспитатель: здравствуйте уважаемые родители и дети. Приятно видеть вас в нашем зале. Сегодня предлагаем отправить в путешествие в лес на поезде, первый встает ребенок, за ним родитель. Строятся в колонну друг за другом. «Этот длинный быстрый поезд всех возьмет до одного, Не оставит никого»

Ходьба друг за другом.

Инструктор по ФИЗО: покапал дождик. Постучим по спине друг друга пальцами

Инструктор по ФИЗО: побежали ручейки и бегут легко, не наталкиваясь друг на друга.

Инструктор по ФИЗО: выглянуло солнышко, каждая травинка потянулась к солнышку. Дети идут на носках, руки вверх, взрослый идет позади и держит ребенка за вытянутые руки.

Инструктор по ФИЗО: Солнышко согревает своими лучиками, выполняем стоя на месте, поглаживаем друг друга ладонями по спине.

Инструктор по ФИЗО: перепрыгиваем через лужи, взрослый помогает держа за руку ребенка.

Инструктор по ФИЗО: вот и добрались мы до леса. А что же мы там увидим?

II. Основная часть

Инструктор по ФИЗО: Первое дерево, которое встретилось нам по пути это березка.

1) «Березка»

И. п.: стоя лицом друг к другу, ноги на ширине плеч, взявшись за руки.

Ребенок и взрослый поднимают руки через стороны вверх, встают на носки (взрослый потягивает руки ребенка)

Инструктор по ФИЗО: теперь на нас подули ветерки.

2) «Два ветерка»

И. п.: стоя лицом друг к другу, выставив одну ногу вперед, руки согнуты в локтях перед грудью, опора на ладони. Ребенок выпрямляет руки в локтях, взрослый прижимает к груди.

Инструктор по ФИЗО: Следующее дерево на нашем пути — это елочка.

3) «Елочка»

И. п.: сидя на полу, ноги в стороны, ребенок – спиной к взрослому. Поднять руки вверх, наклон к левой (правой) ноге

Инструктор по ФИЗО: на елочке мы увидели сову.

4) «Сова».

И. п.: стоя на коленях, ребенок – спиной к родителю, ноги расположены между ног взрослого, у ребенка руки на поясе, родитель держит ребенка за плечи. Одновременный поворот взрослого и ребенка вправо (влево)

Инструктор по ФИЗО: под деревом проскакали зайчики.

5) «Зайцы».

И. п.: сидя на полу, ноги в стороны, ребенок – спиной к взрослому, руки в упор сзади. Одновременно ребенок и взрослый поднимают левую (правую) ногу вверх.

Инструктор по ФИЗО: А теперь давайте приберем немного в лесу и пособираем веточки.

6) «Поднимаем веточки».

И. п.: ребенок лежит на животе, руки у подбородка, взрослый стоит у его ног, держит за голеностопный сустав. Взрослый приподнимает ноги ребенка вверх, опускает на пол.

Инструктор по ФИЗО: вдруг по веткам проскакали озорные белочки.

7) «Белка»

И. п.: взрослый сидит на полу, руки в упор сзади, ноги вместе. Ребенок перепрыгивает через ноги взрослого.

Инструктор по ФИЗО: А теперь давайте насладимся лесным воздухом.

8) Упражнения на дыхание. Дышим лесным воздухом. Вдох – руки вверх, медленный

выдох – руки вниз.

ОВД

1 задание «Ежики играют с яблоками».

Ребенок и взрослый бросают друг другу мяч разными способами.

2 задание «Червячки».

Взрослые встают на четвереньки в одну шеренгу, образуя туннель. Дети, изображая червячков, ползут по-пластунски через туннель.

Подвижная игра «Кто быстрее?»

Родители изображают деревья, дети – птиц. У каждой «птички» свое «дерево». Под музыку дети разбегаются по площадке. Родители меняются местами. После остановки музыки каждая «птица» должна вернуться к своему «дереву». Выигрывает тот, кто быстрее найдет свое «дерево»

III. Заключительная часть

Игра на внимание «Дуб, береза и сосна»

Родители и дети идут в парах друг за другом. По команде «Дуб!» взрослый и ребенок встают спиной друг к другу и ставят руки на пояс; по команде «Сосна!» – встают спиной друг к другу, руки – в стороны (взявшись за руки);

по команде «Береза!» встают лицом друг к другу, руки поднимают вверх.
Выигрывает та пара, которая ни разу не ошибется
Воспитатель: Наше путешествие подошло к концу, нам пора возвращаться в садик. Идем по кругу за руку со своим родителем.

