

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №4 «Огонек» городского округа город Мантурово

Конспект

Совместного физкультурного занятия детей с родителями с элементами экологии «Волшебное дерево»

Светкова Анжелика Михайловна
Воспитатель 1 квалификационной категории

Мантурово

2016-2017 уч. г.

Возрастная категория: дети (3- 5 лет) и их родители

Тема непосредственно образовательной деятельности «Волшебное дерево»

Цель: Помочь детям и родителям ощутить радость, удовольствие от встречи друг с другом, от совместной двигательной-игровой деятельности.

Задачи:

1. Помочь детям и родителям ощутить радость, удовольствие от встречи друг с другом, от совместной двигательной-игровой деятельности.
2. Способствовать расширению у родителей умений быстро устанавливать эмоционально-тактильный контакт с ребёнком, искренне выражать свои чувства. Способствовать развитию у родителей умения настраиваться друг на друга, чувствовать партнёра для успешности в совместной двигательной деятельности.
3. Расширять у детей двигательный опыт, развивая функциональные системы, координацию движений, ориентировку в пространстве, силу, ловкость, смелость, выносливость
4. Развивать фантазию и воображение детей, умение проявлять творчество в двигательной-игровой деятельности; способствовать эмоциональному сближению взрослого и ребенка.
5. Закреплять знания детей о правилах поведения в природе и учить применять их в жизни.

Оборудование: ширма; минеральная вода;

Интегрируемые образовательные области: Художественно-эстетическое развитие, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие.

Материалы и оборудование: Музыкальный центр, макет дерева, ширма, цветы, маски- шапочки зайчиков, мягкие гимнастические палочки, кольца-бросы, гимнастические мячи, комочки смятой бумаги, сосновые шишки, пробки от пластиковых бутылок, гимнастическая скамейка, брусочки, вёдерки, подвесные мишени, длинный канат.

Часть	Ход занятия	Дозировка	Организационно-методические Указания
1	1.Ритуал встречи: <i>(Родители стоят за ширмой. Входят дети, ведущий подзывает их к себе).</i> 1.1Дети входят в зал, подходят к ширме. <i>(Родители по-весеннему тёплыми словами называют своего ребёнка, ребёнок угадывает маму, они идут навстречу друг другу, обнимаются и встают в круг).</i> <i>(Варианты ласковых слов: солнышко моё ясное, цветочек мой аленький, ручеёк мой звонкий, листочек мой кленовый, воробышек мой пушистый, облачко моё лёгкое, ласточка моя)</i> <i>(все пары встанут в круг)</i> 1.2 Пальчиковая гимнастика «Солнышко, солнышко» <i>(хлопают ладонями),</i>	1мин 0,5 мин 1круг	Ведущий – Ребята, послушайте загадку: Она приходит с ласкою И со своею сказкою Волшебной палочкой взмахнёт, В лесу подснежник расцветёт (<i>Весна</i>). Ведущий – Правильно, весна. Хотя весна уже и наступила, но ещё нет зелёной травки, не так ярко солнышко светит, да и на улице ещё прохладно. Сейчас ваши мамы согреют вас своими тёплыми словами, а вы, ребята, родной голосок должны угадать. Ведущий – Ребята, вам теплее стало от того, как вас по-весеннему называли ваши родители? (Да). Возьмитесь за руки, поприветствуем друг друга дружным рукопожатием. Ведущий: Станем рядышком, по кругу, Скажем "Здравствуйте!" друг другу. Ведущий: Дети, по смотрите, даже солнышко стало улыбаться и греть по весеннему. Пальчиковая гимнастика «Солнышко, солнышко» Солнышко, солнышко)

<i>(сгибают и разгибают ладони.)</i> <i>(показывают волну)</i> <i>(машут руками)</i> <i>(опускают руки вниз)</i> <i>(поднимают руки вверх)</i> Ведущий: Дружные парочки, возьмитесь за руки и встаньте друг за другом. Мамы с детьми идут по кругу друг за другом. 1.3 Ходьба 1. Ходьба парами, держась за руки. 2.«Тянемся к солнышку»: ходьба на носках,	1круг 1 круг 1круг	Золотое доньшко, Гори, гори ясно Чтобы не погасло. Побежал в саду ручей, Прилетели сто грачей, А сугробы тают, тают, А цветочки подрастают Ведущий: Солнышко стало греть ещё теплее, и на деревьях почки стали набухать, листочки распускаться. Посмотрите, только одно дерево стоит без листьев, а ведь дерево это не простое, оно волшебное. Дерево, без листочков засохнет и погибнет, надо уму помочь, чтобы на этом замечательном дереве зазеленели листочки. Для этого предлагаю отправиться в дорогу за тёплой весной. Только где нам её искать? (Ответы детей...) Правильно идём в лес, посмотрим, есть ли там весна? Ведущий: Маму за руку берём, Погулять мы с ней пойдём. Леи и поле повидать, Ручеёк обогнать. Ведущий: Смотрите птички высоко в небе, давайте помашем им. родитель тянет руки ребёнка вверх, идя сзади. <i>(поднятыми руками машут вверху вперёд - назад, мамы придерживают руки ребёнка за плечи).</i> родитель следит за осанкой, руками расправляет, придерживает
--	---	---

	3. «По острым камушкам». (Ходьба на пятках)	1 круг	за ребёнка за плечи).
	4.«Узкая тропинка» Ходьба приставным шагом (пяточка к носочку).	1 круг	(дети и родители идут рядом, держась за руку) Ведущий: Дети, у вас наверное устали ножки? топать по лесной дорожке? Мамы детям помогите, на спинке вы их понесите
	5. «Рюкзачок»: (мамы несут ребёнка на спине)	1 круг	Ведущий: Ой, смотрите, тучка.. Дождь послала нам Побежим скорее Чтоб не промокнуть нам.
	1.4 Бег	0.5 мин	Ведущий: Дождь идёт, бежит ручей. Крепко за руки беритесь, За ручейком вы все стремитесь.
	6.Бег парами, держась за руки	1 мин	Ведущий: Ветер тучку подхватил Направление сменил. Дождик кончился, друзья. Шагом нам идти пора.
	7.«Ручеёк» (Дети и взрослые бегут взявшись за руки). Ходьба парами по кругу, друг за другом.	1 круг	Дети и родители останавливаются, поворачиваются в круг. Ведущий: А, вот и лес! Здравствуй, лес, Дремучий лес, Полный сказок и чудес. Кто в глуши твоей таится? Что за зверь? Какая птица?

	1.6. Упражнение на дыхание «Дерево» <i>(Родители повернувшись к детям вместе с ребенком имитировать дуновение ветра, качая туловище и помогая руками. На словах «тише, тише» - медленнее махать руками, на словах «ниже, ниже» - присесть).</i> <i>(Выходит на полянку Берегиня – родитель)</i>	3 раза	Все открой, не утай, Ты же видишь: мы свои. <i>В лесу растут разные деревья. Ветерок любит играть с деревьями.</i> Ведущий: Ветер дует нам в лицо, Закачалось деревцо. Ветер тише, тише, тише. Деревцо все ниже, ниже. Берегиня: Это кто здесь расшумелся? Кто нарушает тишину леса? Ведущий: Ой, кто это? Это я, Берегиня! Этот лес я сторожу, За порядком здесь слежу! Чтобы сосны, липы, ели Не болели, зеленели, Чтобы новые леса Поднимались в небеса, <i>(обращается к детям)</i> А, вы что здесь делаете? Зачем вы в мой лес пожаловали? Знаю я, как вы гуляете, как отдыхаете! Муравейники разоряете, цветы топчете, зверей и насекомых обижаете! Не пущу вас в лес! Ведь в лесу у меня дружат все: птицы, цветы и зверье. Очень богатое царство мое! Ведущий: Ты ошибаешься, Берегиня, среди наших детей ты, наоборот, найдешь себе помощников. Мы знаем правила «Лесные правила». Берегиня: Тогда расскажите мне их.
--	---	---------------	--

2	1.7 Дети рассказывают по очереди «Лесные правила» - стихи (Берегиня уходит). 2.Основная часть. (дети и родители перепрыгивают «ручeyк» -	1 Ребенок: Если в лес пришел гулять, свежим воздухом дышать, Бегай, прыгай и играй, только, чур, не забывай, Что в лесу нельзя шуметь: даже очень громко петь. Испугаются зверюшки, убегут с лесной опушки. 2 Ребенок: Ветки дуба не ломай, никогда не забывай Мусор с травки убирать. Зря цветы не надо рвать! 3 Ребенок: Из рогатки — не стрелять; Ты пришел не убивать! Бабочки пускай летают, ну кому они мешают? 4Ребенок: Здесь не нужно всех ловить, топать, хлопать, палкой бить Ты в лесу — всего лишь гость. Здесь хозяин — дуб и лось Их покой побереги, ведь они нам не враги! Берегиня: Ну ладно, убедили, пушу вас в лес, только правила не забывайте, кому помощь нужна помогайте, а, я пойду у меня много дел в лесу. Ведущий: <i>Ребята, посмотрите – зайка сидит и плачет (ребёнок в шапочке «зайчика»).</i> Ведущий: <i>Зайка, что случилось?</i> Заяц: Я потерял свою маму (плачет). Ведущий: Очень жаль, что ты потерял свою маму. Давайте поможем ему. Мама зайчика живет на другом конце леса. А впереди разные преграды. Мы их сейчас обязательно преодолеем, ведь с вами ваши мамочки (папочки). На пути у нас ручей, который образовался после дождя и продолжает свой путь он стал совсем узкий, его можно перепрыгнуть и присесть отдохнуть на «пенёчки»
---	---	--

<i>инур и садятся на стулья «пенёчки», дети на коленях, спиной к родителям)</i> 1.Игровой массаж спины (родители делают детям) <i>(Поглаживание спины)</i> <i>(Волнообразными движениями).</i> <i>(Постукивание пальцами)</i> <i>(Разминание, поглаживание)</i> 2.Общеразвивающие упражнения. <i>Родители сидят на стулья, дети на колени, лицом к родителям).</i> 1. “Лодочка Родитель сидит на стуле, вытянув обе ноги вперед. Ребенок садится на его бедра лицом к нему и держит его за руки. Родитель медленно опускает ребенка спиной на свои ноги, а затем поднимает в и. п., прижимая к себе. 2. «Солнышко» И.п.: взрослый сидит на стуле, а ребенок садится к нему на колени спиной. 1 – «солнышко спряталось за круглую тучку», ребенок группируется (обхватив согнутые в коленях ноги руками и опустив голову к коленям), взрослый обхватывает ребенка, прижимает к своему телу, 2 – «солнышко, выглянуло из за	30 сек (5 раз) (5 раз)	Это ручеек, путь его далек. Как же нам пройти, воду обойти? Детки через ручеек — скок! Скок! Не догнал нас ручеек. Ведущий: ручеёк нас привёл к широкой реке надо переплыть реку, мы уже в лодках (Родители сидят на стулья, дети на колени, лицом к родителям). Ведущий: Смотрите, нас сопровождает солнышко Ведущий: Посмотрите, какие в реке красивые рыбки, как они замечательно плавают. Превращаемся в рыбок и плывем.
---	---	--

тучки» - ребенок раскрывается, руки вверх, ноги в стороны, взрослый – ноги на носочки, руки в верх. 3. “Рыбка Родитель сидит на стуле, ребенок ложится животом ему на ноги (поперек), опускает вниз голову и руки. Родитель слегка поглаживает ребенка по спине, помогая расслабиться. Затем ребенок поднимает голову, ноги, вытягивает обе руки вперед. Родитель поднимает ребенка вверх, поддерживая одной рукой грудь, другой ноги. Ребенок совершает ногами кролевые движения. Затем родитель опускает ребенка в и.п., гладит по спине. 4.«Стрекоза»: «Перевертыши» И.п.: взрослый сидит на стуле, Ребенок стоит перед ним лицом, голову кладет на колени взрослого.1- взрослый берет ребенка за талию и поднимает его ноги вверх, в стойку, 2 – И.п. 5. “Горка” Родитель сидит, держит ребенка за руки, который стоит к нему лицом. Ребенок поднимается по его ногам, как можно выше. 6.«С горки» И.п.: взрослый сидит на стуле, вытянув ноги, и держит ребенка за руки, поднятые вверх, 1 - ребенок «съезжает» по ногам взрослого вниз, 2 – взрослый поднимает за руки его на колени (3-4 раза). 7.Выходим из лодки: «Топ-топ» И.п.: ребенок	(0,5 мин) (2раза) 5раз 5раз (по3 раза	Ведущий: Мимо нас пролетела стрекоза. Ведущий: На горку поднялись, Ведущий: А с горки нам будет лучше все видно. Давайте поднимемся на горку.
---	--	---

стоит на ступнях у взрослого, который сидит на стуле, лицом к нему и держит его за руки. Взрослый поднимает поочередно ноги 8. «Лягушки» Родитель сидит на стуле, вытянув вперед разведенные в стороны ноги. Ребенок стоит между ногами родителя и держит его за руки. Затем ребенок подпрыгивает, а родитель в это время соединяет свои ноги; ребенок приземляется на соединенные ноги. Во время прыжка родитель держит ребенка за руки. 9. «Прятки» И.п.: взрослый сидит на стуле, а ребенок стоит за стулом, прямо о.ст и держится за спинку стула. Взрослый поворачивается вправо, ребёнок в лево 3.Дыхательная гимнастика: Большой и маленький. И.п. ребёнок стоит перед взрослым, лицом к нему, на расстоянии 3 шагов. Стоя прямо, на вдохе ребенок встает на цыпочки, тянется вверх руками, показывая, какой он большой. Зафиксировать это положение на несколько секунд. На выдохе ребенок должен опустить руки вниз, затем присесть, обхватив руками колени и одновременно произнеся «ух», спрятать голову за коленями — показывая, какой он маленький. (3 раза) 4.ОВД 1. Ходьба по коррекционным дорожкам; гимнастической скамейке – идут на носочках – родители придерживают их за руку; брусочкам -	каждой ногой). 8 раз (5 x 5) 3 раза 1 круг	Ведущий: мы выходим на берег, нас встречают весёлые лягушки, весело прыгают, радуются весеннему солнышку. Ведущий: лягушки испугались нас и стали прятаться Ведущий: А, сейчас обнимитесь, нам надо продолжать путешествие. Ведущий, Смотрите, уже виден лес, высокие деревья, но сначала они были маленькие. Ведущий: С горки мы видели тропинку, которая ведет в лес пойдём по ней. Взрослые возьмите пожалуйста детей за руки и идём по дорожке. <i>Выходит мама в маске «зайчика»)</i> Ведущий: <i>А вот и зайкина мама (ребёнок «зайчик», подбегает</i>
--	---	---

родители придерживаю ребёнка за обе руки. <i>(разбросаны мячи, комочки смятой бумаги, гимнастические палки, шишки, пробки от пластиковых бутылок)</i> 2.«Прибери в лесу» <i>(Дети совместно с родителями убирают раскиданные предметы: мячи в корзину, из гимнастических палок выкладывают костёр, комочки смятой бумаги забрасывают в корзины, шишки собирают в ведёрки, пробки забрасывают в мишени подвесные).</i> 3. «Проберись через упавшие деревья» <i>(Родители встают друг за другом в колонне на перевёрнутые четвереньки – дети проползают под ними, идут по канату боком, возвращаются в начало колонны и перепрыгивают ноги родителей сидящих на полу, снова идут по канату и возвращаются к своим родителям).</i>	3 мин 2 раза	<i>к маме, обнимает её)</i> Мама – зайчиха: спасибо вам большое, вы сделали доброе дело (обращается к участникам занятия), вы помогли моему сыночку (доченьке), найти свой дом. Погостите в нашем лесу. Ведущий: Спасибо, мы останемся. Только здесь сначала надо навести порядок. <i>Ведущий подаёт сигнал об окончании уборки).</i> Ведущий: Вот, ещё одно доброе дело сделали, навели порядок на этой лесной полянке. Продолжаем наш путь дальше. В лесу есть и упавшие деревья. Их надо перепрыгнуть или проползти под ними, а в деревья превратятся наши мамы (папы). Ведущий: Мы вышли на лесную полянку, <i>(повернитесь пожалуйста все в круг).</i> Ведущий: От теплого весеннего солнышка проснулись и выползли жучки <i>(Дети изображают жучков, родители страхуют).</i>
--	----------------------------	--

	вторую отводит назад, руки расставляет в стороны, туловище чуть наклоняет вперёд, голову поднимает. Взрослый держит ребёнка за руки (в дальнейшем за одну) и контролирует: правильно ли выпрямлены позвоночник и поднятая нога? Поза вначале удерживается не более 1 секунды, затем опорная нога меняется (3 раза). 3. Заключительная часть 3. 1. Подвижная игра: «Птички в гнёздышках». Дети, давайте превратимся в птичек, помашем крылышками (дети выполняют волнообразные движения руками вверх – вниз). Наши мамочки (папы), будут «гнёздышками» (вытягивают руки вперед, соединяют их в круг). Дети («птички») под музыку разлетаются по залу, родители («гнёздышки») свободно передвигаются. Музыка останавливается, «птички» летят к своим «гнёздышкам», обнимают друг друга. <i>(Взрослые и дети стоят в рассыпную по залу – парами, повернувшись друг к другу).</i> 1) «Солнышко». <i>(Дети вытягивают руки вверх, поднимаются на носочки, шевелят пальцами).</i> 2) «Ветерок». <i>(Дети раскачиваются, раскачивают</i>	(2 р). 0,5 мин	Ведущий: Ребята, послушайте – птички поют (аудио запись – пение птиц).. птички, где живут (в гнёздышках?). В лесу был сильный ветер и из гнёздышек выпали птенчики, надо им помочь вернуть их в гнёздышки. Ведущий: смотрите, как ярко светит и греет весеннее солнышко. Представьте, что вы – деревья. Деревья тянутся к солнышку каждой веточкой, каждым листиком. Но вот подул ветерок, веточки и листики шевелятся и раскачиваются. Ветер дует сильнее, но корни в земле
--	--	------------------------------	---

<i>вытянутые вверх руки вправо и влево).</i> 3) «Ветер усилился». <i>(Дети сильнее раскачиваются).</i> 4) «Дождь». <i>(Взрослые стоят за детьми и пальцами похлопывают по спине ребенка).</i> «Пожалеет!» <i>(Дети и взрослые поглаживают друг друга по спине).</i> 6) «Солнышко». <i>(дети встряхивают руками)</i> <i>(Вытягивают руки вверх и шевелят пальцами – листочками).</i> 2..Массаж биологически активных зон «Солнышко» <i>(Дети и родители стоят повернувшись лицом друг к другу, мамы (папы), выполняют детям массаж под текстовое сопровождение</i> Родители держат детей за руки, поднимают вместе руки и тянуться вверх.	1 раз	Пошел дождь, и капли застучали по листикам и веточкам. Деревьям жалко друг друга. Дождь закончился, деревья сбросили лишнюю влагу и опять потянулись к солнцу Солнце утром рано встало,
Массируют «дорожку» вдоль передне-срединного меридиана по спирали снизу вверх Указательным пальцами рук поглаживают крылья носа. Пальцами рук проводят по лбу от середины к вискам. Ладонями растирают ушки	1 раз	Гладит носик Гладит лоб Гладит ушки Гладит ручки

	Растирают руки сверху вниз Хлопают по ладошкам друг друга <i>(Дети и родители пьют минеральную воду, заранее разлитую в стаканчики)</i> 3..«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 наших руках». Поднимают руки вверх и посылают эти слова в небо, мы замечательно поиграли, давайте, подарим друг добрую улыбку и поблагодарим за игру.	20 сек	И играют в ладушки. Ведущий: посмотрите, на наше волшебное дерево, оно зазеленело, у него распустились листочки, прошёл дождь напитал водой землю. Без воды мы тоже не можем жить. Деревце волшебное дарит вам чистую минеральную водичку. Угощайтесь на здоровье! Ведущий: Как мы помогли ему нашему дереву? Кого вы встретили, путешествуя по лесу? Какие добрые дела сделали? <i>Дети отвечают.</i> Ведущий: Наше путешествие подошло к концу. Ведущий: давайте встанем в один большой круг. Ведущий: Лес дремучий, до свиданья! Мы дружить с тобою рады, Добрый лес, могучий лес Полон сказок и чудес! <i>Дети и родители выходят из зала</i>
--	--	---------------	--

