

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 67

Конспект
спортивно-игрового занятия
«Буду сильным, ловким, смелым, как папа»

Подготовила
воспитатель по физической культуре
Железнова Е.М.

2020 год

Цель: укрепление физического и психического здоровья детей.

Задачи:

- 1) развивать заинтересованность родителей к совместным мероприятиям с детьми;
- 2) способствовать эмоциональному сближению родителей и детей;
- 3) формировать у взрослых и детей потребность к здоровому образу жизни;
- 4) учить детей ходьбе и бегу друг за другом, врассыпную, ползанию на четвереньках, прыжкам на месте и с продвижением вперёд, основам владения мячом;
- 5) воспитывать быстроту реакции, ловкость, сноровку.

Оборудование: канат, мячи, коврики для фитнеса, магнитофон для музыкального сопровождения, обручи для игры «Солнышко и дождик»

Ход занятия

Дети и родители строятся в одну шеренгу.

Воспитатель. Здравствуйте, ребята и родители! Я рада приветствовать вас на празднике спорта. Вы любите заниматься физкультурой? С физкультурой дружить – здоровыми быть!

-А сейчас – небольшая разминка.

(Проводится самомассаж – растирание и поглаживание рук, лица, ушных раковин, шеи.)

-Ну, а теперь мы все построимся в колонну, в обход по залу шагом марш!

(Родители идут позади своего ребёнка)

-Детки занимаются, чтобы скорее вырасти и стать вот такими высокими!

А взрослые помогают вам расти.

(Ребёнок идёт на носках, подняв руки, взрослый, находясь позади ребёнка, берёт его за вытянутые руки.)

-Родители помогают вам стать вот такими стройными!

(Ребёнок идёт на пятках, руки за головой; взрослый разводит его локти в стороны.)

-По канату ходить вместе с родителями можно вот так.

(Ребёнок и взрослый., держась за руки, идут приставным шагом по канату, опираясь носками об пол.)

-А сейчас мы с вами поедим на поезде.

(Взрослый идет впереди ребёнка – он «паровоз», а ребенок цепляется за взрослого – он «вагончик».)

-Вместе интереснее прыгать и бегать

(Прыжки с продвижением вперёд в паре и бег в паре.)

-А теперь становитесь напротив меня и повторяйте за мной упражнения, чтобы быть сильными и ловкими.

-Ручки и пальчики здороваются.

И. п.: стоя лицом друг к другу, взявшись за руки, ноги на ширине плеч. Ребёнок и взрослый поднимают руки через стороны вверх, встают на носки.

На счет

-Вот какие сильные!

И. п.: стоя лицом друг к другу, выставив одну ногу вперёд, руки согнуты в локтях перед грудью, ладони соединены. Поочерёдное выпрямление рук в локтях.

На счет

-Вот какие ловкие!

И. п.: стоя на коленях, ребёнок спиной к родителю, его ноги расположены между ног родителя, руки на поясе; взрослый поддерживает их. Одновременные повороты взрослого и ребёнка влево – вправо.

На счет

-Вот какие гибкие!

И. п.: сидя на полу, ноги в стороны, руки на поясе, ребёнок спиной к взрослому. Наклоны к правой – левой ноге.

На счет

-Вот как мы играем!

И. п.: стоя лицом друг к другу, взявшись за руки, ноги вместе. Приседание поочерёдное приседание (ребёнок приседает – взрослый стоит, и наоборот).

На счет

Воспитатель. Настало время игровых заданий.

Играть с мячом нравится и детям, и взрослым. Ребята, возьмите каждый по мячу. Какой мяч? Как можно с ним играть? Вы будете прокатывать мяч своим родителям

(Сидя напротив друг друга прокатывание мяча)

А сейчас пришло время поиграть. Любите играть с родителями? Игра называется «Солнышко и дождик». Родители будут ждать вас в «домиках». По сигналу: «Солнышко!» - вы бегайте по залу. По сигналу: «Дождик!» - вы должны быстро прибежать к своим родителям в «домики», чтобы не намочить под дождём. *(Когда дети прибегают к родителям, те обнимают их).*

-Ребята, вы любите танцевать? А ваши родители?

Ритмический танец «Танец маленьких утят».

Воспитатель. Сегодня, ребята, вы занимались физкультурой вместе с родителями. Вам понравилось? *(Ответы детей).*

Релаксация. Дети, сядьте на колени к родителям, обнимите их и скажите на ушко добрые, ласковые слова. *(Игровое упражнение «Добрые слова»).* **Вальс под музыку.**

- Я думаю, что все участники нашего занятия заслужили аплодисменты/ Желая всем здоровья и отличного настроения! Наше занятие окончено, физкульт – ура!