

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧЕРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №13 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА»
С. ТУГУЛУК ГРАЧЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ

Конспект интегрированного занятия с элементами су-
джок терапии

«Физкультура вместе с мамой».



Подготовили и провели:
Воспитатель I квалификационной
категории Москвитина Светлана
Васильевна
инструктор по физической культуре
I квалификационной категории
Шалайко Татьяна Ивановна

2015г.

Занятие «Физкультура вместе с мамой»

ЗАДАЧИ: помочь родителям ощутить радость от совместной двигательной деятельности, понять полезность «гимнастики вдвоём» и установить эмоционально-тактильный контакт с детьми; совершенствовать у детей умение прокатывать и бросать мяч, повторить ритмичный танец; развивать у детей и совершенствовать у родителей двигательную память, внимание, мышление.

Предварительная работа. Дети изготавливают пригласительные билеты для родителей в форме открытки (аппликации).

Материал. Игрушки, «цветные верёвочки» (канаты); мягкие модули, мячи (по числу детей).

ХОД ЗАНЯТИЯ.

Вводная часть.

Малоподвижная игра «Узнай ребёнка по голосу».

Цель. Помочь родителям установить эмоционально-тактильный контакт с детьми.

Педагог. Мы будем играть в игру «Узнай ребёнка по голосу»: родители отвернутся и закроют глаза, а вы ребята, будете по очереди выходить и говорить «мама», и они должны вас узнать. (Каждый родитель, узнав своего ребёнка, подхватывает его, обнимает и кружит.)

Сегодня у нас занятия не простое, а вместе с мамами.

Уважаемые родители у Вас сегодня появилась возможность не просто присутствовать и посмотреть занятие, но и так же вместе с вашими детьми активно принять участие. Но сначала небольшая разминка и приветствие.

«Рано утром солнце встало, (поднять руки в стороны)

Осветило дальний лес, (поднять руки через стороны вверх и сцепить пальцы над головой)



Полный сказок и чудес. (чуть отклониться вправо-влево)

Холод ночи раскидало, (опустить руки через стороны вниз)

Всех детишек приласкало. (скрестить руки на груди, как бы обнимая себя).

Самомассаж растирание и поглаживание
лица, ушных раковин, шеи.

Самомассаж:

«Чтобы горло не болело,
Мы его погладим смело.
Лоб мы тоже разотрём,
Ладонку ставим козырьком.
Вилку пальчиками делай,
Массируй ушки ты умело.
Знаем, знаем, да-да-да,
Нам простуда не нужна!»
Педагог. Вы занимаетесь, чтобы скорее
вырасти и стать вот такими высокими! А
взрослые помогают вам расти.



Каждое наше занятие начинается с
разминки.

Направо! Шагом марш! сохраняем
дистанцию.

1. На носках идем и растем, растем, растем.
Ну, а мамы помогают, руки выше детям
поднимают.

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

Родители помогают вам стать вот такими
стройными!

2. Вот пошли на пятка, стройные ребятки.
Мамы снова помогают, локти детям шире
раздвигают.

(Ребёнок идёт на пятках, руки за головой;



взрослый, находится позади ребёнка, разводит его локти.)

3. Крепче за руку держитесь по канаты все пройдитеесь.

(Ребенок и взрослый держась за руки идут приставным шагом по канату.)



4. Модули змейкой обходите, ни одного не пропустите.
(Ходьба в паре змейкой.)

5. Крепче за руку держитесь и по залу пробегись.

6. Маму не отпускай и по залу ты шагай.



-Вместе можно изобразить, как едет паровоз .

1. Взрослый стоит сзади ребёнка и берёт своими руками согнутые в локтях руки ребёнка; продвигаются вперёд.

-Как кошечка, проползает под мостиком.

2. Взрослый, наклоняется вперёд, касается руками пола; ребёнок проползает под ним на четвереньках.

-Вместе интереснее прыгать.

3. Прыжки с продвижением вперёд в паре.
4. Бегать (бег в паре).
5. Ходьба.

Ведущая: Остановились. Ребята повернитесь лицом к своим мамам.

(Родители и дети стоят в кругу.)

Мы устали восстановим дыхание.



«Мы немного помычим

И по носу постучим. (сделать вдох через нос, на выдохе протяжно тянуть «м-м-м»,одновременно постукивая по крыльям носа указательными пальцами).



1. «Подтянись»

И. п. стоя лицом к друг другу, взявшись за руки, ноги на ширине плеч. Ребенок и взрослый поднимают руки вверх, встают на носки, взрослый слегка тянет руки ребенка вверх (5-6 раз).



2. «Пружинка»

И. п. стоя лицом к друг другу, руки согнуты в локтях перед грудью, ладони соединены, ноги на ширине плеч. Ребенок выпрямляет руки в локтях, взрослый прижимает его к себе (5-6 раз).

3. «Приседалочки»

И. п. стоя лицом к друг другу, взявшись за руки, ноги на ширине плеч. Ребенок приседает – взрослый стоит; взрослый приседает – ребенок стоит (5-6 раз).



4. «Прыгалки»

И. п. стоя лицом к друг другу, взявшись за руки, ноги на ширине плеч. Ребенок прыгает – взрослый стоит; взрослый прыгает – ребенок стоит (5-6 раз). Молодцы, а сейчас все встали на квадратики, взрослые за детьми.



Основные виды движений.

Педагог. Настало время игровых заданий.

1. Каждый ребёнок превратится в «маленькую тачку», которую взрослый должен довести до противоположной стены зала. (Ребёнок ставит прямые руки на пол; взрослый берёт его за щиколотки и приподнимает; ребёнок, переставляя руки, передвигается).
2. Обратно вы будете возвращаться, прижавшись, друг к другу. (Ребёнок, стоя спиной к взрослому, ставит свои



стопы на его; взрослый прижимает к себе ребёнка, они идут вместе.

3. Играть с мячом нравится и взрослым, и детям. Ребята, возьмите каждый по мячику. Какой мяч? (круглый, гладкий, яркий, красивый и тд.). Как с ним можно играть? (подбрасывать, отбивать, прокатывать и тд.). Вы будете прокатывать друг другу мяч (сидя на против друг друга на расстоянии 2м, взрослый и ребёнок прокатывают мяч.)



4. Можно мяч бросать в кольцо (стоя напротив друг друга, родитель складывает руки перед грудью кольцом, ребёнок бросает мяч, стараясь попасть в него).



Упражнения выполняются под музыкальное сопровождение.

5. Ребята вы умеете танцевать? А ваши родители? Вот так можно танцевать вместе с родителями (ритмический «Танец с мамами»).



6. Подвижная игра «Солнышко и дождик».

Цель. Способствовать эмоциональному сближению родителей и детей.

Педагог. Любите играть с родителями? Поиграем в «Солнышко и дождик». Родители будут ожидать вас в «домиках». По сигналу «Солнышко» вы выбегаете в центр зала и изображаете, как детвора летом бегают, прыгает, плавает, катается на велосипеде. По сигналу «Дождик» должны быстро бежать в домик, чтобы не намокнуть под дождём. (когда дети подбегают к родителям, те обнимают их).



Вос-ль: молодцы, берём коврики, положили враспынную.

Заключительная часть.

Игровые упражнения «Висячий мостик»,
(выполняются под спокойную музыку).

Цель. Способствовать расслаблению
детей и взрослых.

Педагог. Настало время отдохнуть.

Представьте, дети, что вы превратились
в висячий мостик, который ветер раскачивает из стороны в
сторону. (Родители стоят лицом друг к другу; на пол между ними ложится
ребёнок спиной вниз; оба родителя поднимают ребенка вверх за ноги и за
руки и слегка раскачивают).



Ребята, а теперь мы с вами сделаем массаж в парах (сначала дети делают
массаж родителям, а затем родители делают массаж детям, сидя на ковриках.

А ну быстрее лови кураж, ведь впереди у нас массаж»

Массаж головы мамам.

Лейся, лейся, ручеёк (дети массируют
подушечками пальцев кожу головы,
постепенно продвигаясь круговыми
движениями от виска к макушке).

Мойся, мойся, волосок. (то же, но одна рука
массирует кожу головы от лба к макушке, а
другая ---от затылка к макушке.

Гребешком расчешу. (пальцами расчёсывают волосы от висков к макушке.)

Волоски уложу. (то же, но одной рукой расчесывают волосы от лба к
макушке, а другой—от затылка к макушке).

Чтобы голова была (проводят ладонями
поглаживающими движениями по голове
ото лба к затылку).

И чиста. (кладут обхватывающим
движением одну руку на лоб, а другую на
затылок.)

И умна. (то же, но руки поменять местами).



Сказка "Ёжик"

Жил да был Ёжик на полянке в своём домике в сказочной стране (положить шарик на ладошку). У Ёжика было много друзей (катать шарик от ладошки к каждому пальчику): Крош, Копатыч, Нюша, Совунья, Лосяш (зажать шарик в ладошке).

И решил он однажды навестить своих друзей.

Выбежал Ёжик на тропинку (катаем шарик по кругу ладони) и побежал к Крошу, так как его домик был совсем не далеко. Бежит, подпрыгивает на кочках (шариком покалываем подушечку каждого пальца).



Но не оказалось Кроша дома: «Наверное, он убежал Лосяша навестить» - подумал Ёжик и покатился дальше (катаем шарик по кругу ладони).

Катится Ёжик, а навстречу ему Копатыч идёт не спеша.

Обрадовался Ёжик, спрашивает Копатыча:

- «Куда ты идёшь?».

- «В лес за грибами» - отвечает Копатыч – «Пойдём со мной».



Пошли они вместе (катают шарик по пальчикам по очереди к каждому).

Раз – грибок (зажать шарик в ладошке), два – грибок, (зажать шарик в другой ладошке) - много насобирали.

Простился Ёжик с Копатычем и побежал дальше (катаем шарик по кругу ладони).

Вдруг ему навстречу выскакивает лягушка – квакушка, спрашивает её Ёжик: - «Ты куда скачешь?». - «Скачу, куда глаза глядят» - отвечает лягушка. – «Поскакали со мной».



Стал Ёжик с лягушкой скакать (прикасаться колючками шарика к кончику пальцев, делая глубокий вдох).

Не заметил Ёжик, как у своего домика очутился, не захотел он больше прыгать, устал. Зашёл он в свой домик (раскатывать шарик по ладошке), лёг на кроватку, закутался одеяльцем (зажать шарик в ладошке) и уснул.

Сегодня вы занимались гимнастикой вместе с родителями. Вам понравилось это занятие?

Игровое упражнение: «Добрые слова».

Цель. Развивать общение детей и взрослых, создавать эмоциональный комфорт.

Педагог. Дети, сядьте на колени к родителям, обнимите и скажите на ушко добрые, ласковые слова.

