

Конспект физкультурного праздника для детей 4-7 лет совместно с родителями на тему «Путешествие в страну здоровья»

Автор: Семенова Анна Григорьевна, старший воспитатель филиала “МАДОУ Детский сад №8” в д.Озерки.

Описание материала: предлагаю Вам физкультурный праздник на улице для родителей и детей (4-7 лет) «Путешествие в страну Здоровья». Данный материал будет интересен для родителей, воспитателей и инструкторов по физкультуре.

Цель: Создание условий для совместной двигательной активной детей с родителями в условиях детского сада и формирования интереса родителей к спортивным занятиям.
Оборудование: мячи резиновые по количеству детей и родителей; обручи, дуги, спортивные коврики.

Участники: родители, дети.

Ход занятия

I Вводная часть.

Построение в шеренгу.

Воспитатель: - В шеренгу становись!

- Равняйся! Смирно! Вольно!

Сообщение темы и цели занятия

Воспитатель: Здравствуйте уважаемые ребята и родители! Я очень рада, что вы нашли время и пришли позаниматься физкультурой со своими детьми. Возьмите за руку своих детей, пожелайте друг другу удачи. Ответьте, пожалуйста, на вопрос: «Что такое счастье?» (*Ответы детей и мам: счастье – это когда светит солнце и небо голубое; счастье – это когда все друзья вместе с тобой; счастье – это когда вместе с мамой и папой катаемся на карусели; счастье – это когда мы смотрели салют; счастье - это когда все люди веселые и здоровые*)

Воспитатель: Да, уважаемые мамы и ребята, все это верно. И самое главное счастье – это, прежде всего, здоровье. Сегодня я предлагаю, вам совершить путешествие в «Страну Здоровья», где мы вместе будем выполнять упражнения, играть и главное - укреплять свое здоровье. Вы готовы? Тогда вперед! В «Страну здоровья» мы отправимся на поезде.

Музыкальная разминка «Чух-чух паровозик». *Цель: развитие группового взаимодействия и сотрудничества.*

Воспитатель: Продолжаем наше путешествие. Направо! Раз, два!

Упражнения в ходьбе

(музыкальное сопровождение — «Марш юниоров»):

— ходьба на носках, руки вверх;

— ходьба на пятках, руки за спиной;

— ходьба на внешней стороне стопы, руки на поясе;

— ходьба с высоким подниманием колен, руки в стороны;

ходьба - «Парные ножки» (дети встают на ноги родителям, и они вместе передвигаются по кругу).

- бег в среднем темпе в чередовании с бегом с захлестыванием и выбрасыванием прямых ног.

II Основная часть.

Воспитатель: Внимание, вот мы и прибыли в «Страну Здоровья». (Построение в круг)

Воспитатель:

«С кочки на кочку нам нужно пройти,

Сохранить равновесие, друг друга не подвести!».

1. Ходьба по набивным подушкам, лежащим в два ряда по шесть штук, держась за руки (подушки размером 30 х 30, наполнитель – опилки, клеенчатый чехол).

Воспитатель:

«Из кружка в кружок попрыгаем сейчас,

Мы попрыгунчики – просто класс!».

2. Прыжки из обруча в обруч, лежащих в два ряда по пять штук, на двух ногах, держась за руки.

Воспитатель:

«Под яркой дугой мы проползем,

И спинки красиво все прогнем!».

3. Проползание на четвереньках под дугами, стоящими рядом на одной линии, под одной дугой проползает ребенок, под другой – взрослый (дуги высотой 60 см).

Воспитатель:

«Мы с мячами поиграем,

Вверх и вниз их покидаем».

Воспитатель:

дети и родители стоят спиной в круг и выполняют задание.

4. Отбивание мяча одной рукой, стоя на месте.

Подбрасывание мяча с хлопком над головой.

Воспитатель:

Молодцы! Что же, все упражнения

Вы сделали ловко, без сомнения!

Раз, два, три, четыре, пять,

Пришло время танцевать!

5.Музыкальная игра на ускорение : clap snap

Воспитатель:

Все мы ловко танцевали,

И, конечно же, устали.

Не пора ли отдохнуть,

И отправиться в обратный путь.

III Заключительная часть

Упражнение на релаксацию

Отдых в волшебном лесу

Звуковое сопровождение упражнения: *«Лесные звуки»*. Дети и родители ложатся на спортивные коврики.

Ложитесь удобно, так, что бы ваши ручки и ножки отдыхали и закрывайте глазки. Представьте, что мы с вами находимся в лесу, отдыхаем на мягкой зеленой травке. Вокруг нас много деревьев и кустарников. Растут разноцветные, яркие и очень красивые цветы: желтые, красные, голубые... У них приятный сладкий запах. Мы слышим пение птичек, шорох травинок, шелест листочков на деревьях.

Дышим глубоко, ровно, легко...

Теперь открывайте глазки, улыбнитесь друг другу и постарайтесь запомнить все, что видели в волшебном лесу.

Воспитатель: Понравилось вам наше путешествие? А что вам понравилось больше всего? *(ответы детей и родителей)*.

Воспитатель: Ну, что же, наше занятие подошло к концу. Дети занимались просто отлично. А какие родители у нас молодцы – быстрые, ловкие! Спасибо вам за активное участие и за то, что вы подаете такой замечательный спортивный пример своим детям! Я уверена, что наша встреча – не последняя.

Упражнение «Аплодисменты». *Цель: снятие эмоциональной усталости, улучшение настроения.*

Воспитатель: И в завершение я предлагаю вам представить на одной ладони улыбку, на другой - радость. А чтобы они не ушли от нас, их надо крепко-накрепко соединить в аплодисменты.