**Конспект интегрированного сюжетного физкультурного занятия для детей средней группы с родителями**

**«Прогулка в лесу»**

**Задачи занятия:**

1. Помочь родителям и детям получить радость и удовольствие от совместной двигательно-игровой деятельности.
2. Способствовать развитию у родителей и детей умения настраиваться друг на друга, чувствовать партнера для успешности в совместной и интеллектуальной деятельности.
3. Расширять у детей двигательный опыт, развивая функциональные системы, координацию движений, ориентировку в пространстве, силу, ловкость, смелость, выносливость.
4. Развивать у детей психические процессы: внимание, память, мышление, воображение, речь.
5. Способствовать эмоциональному сближению родителя с ребенком.

**Используемое оборудование:** 40-50 шишек, гимнастическая скамейка, 4 поролоновых мата, маски животных по количеству взрослых, разноцветные ленточки по количеству участников, набор геометрических фигур («Блоки Дьенеша»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Частные задачи | Содержание занятия | Дозировка | Организационно-  методические  указания |
| Развитие ориентировки в прост-ранстве,  развитие  внимания  Способству-ет укреплению осанки, вытяжению позвоноч-ника  Укрепление мышц туло-  вища  Закрепле-ние названий деревьев, растущих в лесу  Развитие чувства равновесия, профилактика плоскос-  топия,  закрепление названий цифр  Закрепле-ние названий  птиц  Развитие ориентировки в прост-ранстве, укрепление опорно-двигательног аппарата | **В в о д н а я ч а с т ь**  Дети заходят в зал, где уже стоят их родители, на них одеты маски животных. Педагог предлагает детям внимательно посмотреть и угадать, где находится их мамам (папа), затем подбежать к ней. Родители подхватывают своего ребенка, обнимают.  Педагог предлагает родителям и детям представить, что они находятся в лесу, светит солнышко, поют птички. У всех хорошее настроение и они гуляют по лесу.  *Ходьба парами взявшись за руки по кругу..*  Педагог говорит о том, что в лесу растут разные по высоте деревья, предлагает показать, какие высокие деревья растут в лесу.  *Взрослый встает позади ребенка, дерет его за поднятые вверх руки (за кисти) и тянет их слегка вверх, приподнимая ребенка на носочки.*  А еще в лесу могут быть невысокие кустики –  *ходьба в низком приседе, держась за руки.*  Ну вот, на пути появился большой муравейник, говорит педагог, посмотрите как ловко они бегают по своим дорожкам. Ребятки превращаются в маленьких муравьишек.  *Дети встают на четвереньки, взрослые делают широкие шаги, а дети змейкой пролезают под ногами взрослых.*  Педагог спрашивает у детей: «Какие деревья растут в лесу? Назовите их. Что можно всегда найти под елочкой или сосной?» (шишки). Педагог предлагает их собрать, но не руками, а ножками.  Педагог разбрасывает шишки по залу.  *Дети ножкой зажимают шишку, поднимают ее, и отдают взрослому.*  В конце предлагается сосчитать, сколько шишек собрали и обозначить цифрой.  Педагог спрашивает, какие птички живут в лесу? Назовите. Предлагает детям превратиться в разнообразных птиц и полетать по лесу, а родителям изображать деревья.  *Взрослые перемещаются по залу, дети бегают под музыку врассыпную по залу, взмахивая руками, изображая птиц. На остановку музыки (педагог говорит, что подул ветерок, нужно спрятаться на дерево) дети находят своих взрослых и забираются на них* | 2мин  6-7  шагов  2мин  3раза | Важно, чтобы родители порадовались тому, что ребенок узнал его, похвалил малыша.  Следить, чтобы дети не суту-лились, тянулись как можно выше вверх  Если ребенку тяжело удержать равновесие, взрослый поддер-живает его за руку  Следить, чтобы дети и родители не сталкивались во время движения |
| Тренировка мышц туловища  Развитие силы мышц рук  Тренировка крупных групп  мышц, вестибулярный аппарат  Укрепление мышц туловища,  развитие гибкости  Закрепле-ние навыка ползания, развитие ловкости  Способствует развитию ловкости, силы, координац.  Способству-ет развитию координа-ции, чувства равновесия  Развитие координа-ции движений, тренировка сердечно-сосудистой системы  Закрепле-ние навыка ползания, развитие ловкости | **О С Н О В Н А Я Ч А С Т Ь**  Педагог сообщает, что мы пришли на полянку и будем играть со своими родителями.  А на полянке распустились красивые голубые цветочки – колокольчики, как они звенят – дин-дон.   1. *«Дин-дон»*   Взрослый и ребенок стоят лицом друг к другу. Руки ребенка лежат на талии взрослого, руки взрослого на плечах ребенка. Обновременно взрослый и ребенок наклоняются вправо и произносят: «Дин», а затем влево и говорят «Дон»   1. *«Борцы»*   Партнеры стоят лицом друг к другу, выставив одну ногу вперед, опираясь на ладони партнера. С напряжением поочередно руки партнеров то сгибаются, то разгибаются в локтях.  А вот посмотрите ручеек, давайте покатаемся на лодочке.   1. «Лодочка»   Взрослый и ребенок сидят лицом друг к другу. Их ноги вытянуты вперед и разведены в стороны. Ноги ребенка лежат на ногах взрослого. Партнеры держатся за руки. Сначала ребенок ложится на спину, а взрослый наклоняется к нему вперед. Затем наоборот.  Пока мы катались на лодочке, в воде резвились маленькие рыбки. Следующее упражнение   1. «Рыбка»   Взрослый лежит на спине, ноги согнуты в коленях. Ребенок ложится на живот на ноги взрослого, берет его за руки, отведенные в стороны, и делает прогиб назад, выпрямляя ноги, поза фиксируется.  «Дети а вот посмотрите, через наш ручеек появился мостик» - говорит педагог. Давайте взрослые будут изображать мостик.   1. *«Мостик»*   Взрослый встает на четвереньки, а ребенок проползает под мостиком, затем взрослый ложится на живот, а ребенок перепрыгивает через него.  В лесу живет много разных животных. Отгадайте, о каком животном загадка  Живу в пушистой шубе,  Живу в густом лесу.  В дупле на старом дубе  Орешки я грызу  (белочка)   1. «Белочка»   Взрослый и ребенок стоят лицом друг к другу, держась за руки. Ребенок, слегка присев, подпрыгивает и обхватывает своими ногами туловище взрослого, повиснув на нем. Затем спрыгивает и снова запрыгивает на него (как белочка с дерева на дерево)  Посмотрите к нам прилетела ласточка, говорит педагог.   1. «Ласточка»   Взрослый и ребенок стоят лицом друг к другу и держатся за руки. Одновременно они начинают наклоняться вперед, отводя одну прямую ногу назад. Поза фиксируется. Затем партнеры возвращаются в исходное положение.  А теперь, посмотрите прискакали маленькие зайчики, и весело запрыгали на полянке.   1. «Прыжки»   Оба партнера держатся за руки, стоя лицом друг к другу. Оба партнера одновременно подпрыгивают, расставляя ноги в стороны и руки в стороны, а потом соединяют вместе ноги, руки вниз.  Посмотрите, к нам прибежали маленькие ежики.  Предлагается сделать друг другу массаж спины специальным мячиком  *Основные виды движений:*  *«Бревнышко»*  Взрослый и ребенок лежат на животе лицом друг к другу, вытянув руки вперед и соединив их. Затем они одновременно, не расцепляя рук, начинают переворачиваться на спину, потом на живот и т.д.  *«Обезьянка»*  Взрослый стоит на коленях лицом к ребенку, подсаживает его, помогает ему сцепить ножки за своей спиной. Ребенок обнимает взрослого, сцепляя руки на его шее. Затем взрослый опускается на руки и оказывается в позе на четвереньках, а ребенок, как обезьянка, под его животом. Взрослый ползет на четвереньках.  *«Крокодильчик»*  Ребенок ставит прямые руки на пол. Взрослый берет его за щиколотки и приподнимает. Ребенок, переставляя руки, передвигается.  А вот здесь у нас болото, говорит педагог. Надо через него перебраться, но не просто, а с завязанными глазами.  *«Слепой и поводырь»*  Ребенку завязывают глаза и предлагают пройти по скамейке, перешагивая через набивные мячи, затем пролезть в воротики не задев их. А так как мы долго гуляем по лесу и проголодались, то необходимо перекусить. Предлагается на ощупь найти печенье определенной геометрической формы (использовать «блоки Дьенеша», «найди круглое печенье» и т. д.). Всем процессом руководит взрослый, а второй раз ребенок, т.е. берет ответственность на себя.  Педагог предлагает детям вспомнить, какие еще животные и птицы живут в лесу.  *Загадка про ящерицу.*  *Подвижная игра «Ящерки»*  Ленточки прикрепленные сзади являются хвостиками у ящерок. Назначается ловишка – сова, остальные ящерки. Задача совы отобрать хвостик у ящерки.  Дети и родители встают в круг, держась за руки, сова посередине круга, и говорят слова  Мы ящерки веселые  И любим мы играть,  Ну, попробуй нас догнать, -  Раз, два, три – лови!  На окончание слов все разбегаются, сова догоняет и отбирает хвостики | 6-8  раз  7-8  раз  5-6  раз  4-5  раз  5-6  раз  5 раз  4-5  раз | Задача взрослого оказать посильное сопротивление ребенку  Следить за тем, чтобы взрослый крепко поддерживал ребенка за спину |
|  | **З а к л ю ч и т е л ь н а я ч а с т ь**  *Игра «Волшебные цветы»*  В нашем лесу добрая волшебница посадила волшебные семена, шло время и появились небольшие бутоны (дети присаживаются на корточки, опускают голову вниз). Этот бутон маленький и беззащитный. Спустя время цветы становились все краше и краше, а сила их возрастала. А помогают маленьким бутонам превращаться в цветы их любимые мамы, которые их холят и лелеют, любят и заботятся о них (мамы гладят по головке, спинке, ручкам своего ребенка и помогают медленно подняться на ноги, держась за руки).  Давайте, ребятки, поблагодарим наших мамочек, за их заботу о вас, обнимем и поцелуем, скажем, как сильно вы их любите.  Педагог сообщает, что наша прогулка по лесу подошла к кону, пора возвращаться в детский сад.  Ходьба за руку по кругу. |  |  |