

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 9 общеразвивающего вида»

**Открытое мероприятие
«Приключения кладоискателей»
Непосредственная образовательная
деятельность ОО «Физическое развитие».
Участники: дети старшего возраста (совместно с родителями)**



Инструктор по физической культуре
Бизяева Н.А.

г. Петропавловск-Камчатский
2016 год

Цель: Помочь родителям и детям ощутить радость, удовольствие от совместной двигательной деятельности.

Задачи:

1. Формировать у родителей и детей ценностно-ориентированную установку на здоровый образ жизни;
2. Развивать у детей умение ползать по-пластунски;
3. Совершенствовать навык бросания мяча в горизонтальную цель;
4. Развивать у детей двигательную память, внимание, мышление.

Интеграция образовательных областей:

- Физическое развитие
- Социально-коммуникативное развитие
- Познавательное развитие
- Развитие речи
- Художественно-эстетическое развитие

Предварительная работа: беседа в форме заседания «круглого стола» о ценности здоровья, где выслушивалось мнение каждого ребёнка.

Оборудование и инвентарь: 3 гимнастические скамейки; канат; мячи по количеству детей; 4 корзины; фрукты по количеству участников; массажные палочки; коврик для релаксации; свеча; план-карта.

Ход занятия:

Педагог: Если очень захотеть, можно в космос полететь! А если взять и помечтать, можно и кладоискателем стать! Сегодня мы отправимся на поиски клада, который хранится на острове сеньора Робинзона. Изучим план-карту. Скажите, спортсмены, вы готовы отправиться в путь и преодолеть все препятствия? Подготовим организм к длительному путешествию.

Содержание	Дозировка	Темп	Дыхание	Методические рекомендации
I Вводная часть (3-4 минуты)				
* построение в 1 колонну * массаж плечевого пояса впередистоящего -поглаживание -растирание -разминание -вибрация	20 секунд	средний	свободное	- Дружно разотрём свои тёплые ладошки! Руки мягкие, как у мамы кошки.
* ходьба в колонне друг за другом	1 круг	средний	через нос	- А сейчас в путь! Расправим плечи и покажем свою красоту.
* ходьба на носках со взмахами рук	0,5 круга	средний	через нос	- На носочки дружно встали, мне руками помахали!

* ходьба дробным шагом	0,5 круга	средний	через нос	- Покажем силу духа и бодрое настроение!
* ходьба скрестным шагом	0,5 круга	средний	через нос	- Скрестным шагом шагаем и канат заплетаем!
* ходьба по гимнастической скамье, сохраняя равновесие	0,5 круга	средний	через нос	- По мосту шагаем – руки расправляем!
*прыжки: подскок	0,5 круга	средний	через нос	- Покажите своё хорошее настроение. Подскоком марш!
* бег в колонне друг за другом : * в медленном темпе (игра «Автомобили»); змейкой *в быстром темпе (игра «Самолёты»)	1,5 мин	средний, быстрый	через нос	- В аэропорт мы отправимся на автомобилях. Все нашли свой автомобиль? - Остановимся у карты. Ждёт нас долгий перелёт, отправляемся в полёт. Расправьте руки-крылья.
Дыхательное упражнение «Морской ветер»	5-6 раз	медленный	Вдох носом, выдох через рот	- Вот мы и в порту Вдохнём морской воздух.
Встреча с «моряками»- родителями				- В дальнейшем путешествии нам помогут бывалые моряки, которые прошли сто морей Встретим их...
Основная часть (15-18 мин)				
Расположение на «корабле» - гимнастической скамье				- Располагайтесь поудобнее, ребёнка посадите перед собой. Расправим плечи, и, в путь!
ОРУ на гимнастической скамье				
1. «Поднять паруса» И.п. сидя на скамье, ноги на полу, руки опущены вниз и соединены (родители держат за руки своих детей). 1,2 – плавно поднимаем руки вверх 3,4 – плавно опускаем	6-8 раз	медленный	Вдох носом, выдох через рот	- Ветер парус раздувает и кораблик подгоняет!
2. «Волны» И.п. сидя на скамье, кисти рук сомкнуты в «замок». Плавные движения рук, имитирующие волны.	4*2 раз	средний, быстрый	свободное	- Плывёт кораблик на волнах, на раздутых парусах!

<p>3. «Парус наклоняется» И.п. сидя на скамье, руки в стороны. Кисти рук ребёнка располагаются на ладонях родителей. 1 – наклон влево 2 – и.п. 3 – вправо 4 – и.п.</p>	4*2 раз	средний	через нос	- Буря начинается – парус наклоняется!
<p>4.«Качка» И.п. сидя на скамье, руки на поясе впереди сидящего. 1 – наклон вперёд 2 – наклон назад</p>	4*2 раз	средний быстрый	через нос	- А когда на море качка, мы крепко держимся друг за друга. Только дружные моряки смогут не упасть за борт корабля.
<p>5.«Достань до воды» И.п. сидя на скамье плечом к плечу, руки за спиной держаться за скамью. 1-4 - работа ногами, не касаясь пола 5-8 - отдых</p>	5-6 раз	быстрый	через нос	- Шторм закончился и, вот, кораблик наш опять плывёт! Проверим какая тёплая вода.
<p>6.«Рыбки» И. п. лёжа на животе, руки под подбородком, ноги вместе 1-4- прогибаемся, приподнимая плечи и оторвав ноги от пола; работаем «плавниками» 5-8 - отдых</p>	5-6 раз	медленный	через нос	- Юные спортсмены нырнут в воду и подружатся с рыбками. А моряки внимательно наблюдают за ними из биноклей.
<p>7. «Спрыгни в воду с корабля»</p>	8*2	быстрый	свободное	- Впереди берег южный; с корабля нам спрыгнуть нужно!
<p>Основные виды движений Голос сеньора Робинзона: «Здравствуйте, юные спортсмены и уважаемые родители! Вас приветствует хозяин этого острова сеньор Робинзон. Хотите найти клад? Вижу, вы решительно настроены. Тогда следуйте плану. Желаю удачи!»</p>				
<p>I «Живая корзина Бросание мяча от груди в горизонтальную цель – сложенные кольцом руки</p>	2 мин	средний	свободное	- Рассмотрим карту. Попробуем найти клад под кокосовой пальмой. Соберём все кокосы. Сначала в «корзинки» родителей, а затем – детей. Все кокосы мы собрали, но клада так не отыскали.

II «Пещеры» Родители образуют 2 «пещеры», опираясь на ладони и стопы; Дети ползут по-пластунски, опираясь на предплечья	2 мин	быстрый	свободное	- Следуем по карте. Нам предстоит просмотреть все пещеры. Будьте внимательны. Все пещеры мы прошли, но клада так и не нашли.
III «Долина лотосов» Дети располагаются враспынную, выполняя позу «Лотоса». Родители – «тропические бабочки»	1 мин	средний	свободное	- Посмотрите, какие красивые цветы. Во время звучания музыки, «бабочки» летят враспынную, пытаясь найти клад между цветов. С окончанием музыки – выбирают самый красивый «цветок».
Игра эстафета «Фруктовая корзина»				
Дети и родители делятся на 2 команды	1 раз	быстрый	свободное	- Долину лотосов прошли, но клада так и не нашли. Но нашли корзину, наполненную фруктами. Сейчас мы эту корзину разберём. Попытаемся найти клад на дне корзины.
Заключительная часть				
1.«Добываем огонь» Массаж ладоней с помощью массажных палочек	0,5 мин	быстрый	свободное	- Наступил вечер. Пора отдохнуть и восстановить силы. Возьмите палочки. С их помощью зажжём огонь.
2. «Затуши костёр» Дыхательная гимнастика	0,5 мин	медленный	Вдох носом, выдох через рот	- На незнакомом острове трудно заснуть. Но с вами ваши родители. Они будут охранять ваш сон. Костёр потушим дружно.
3. Релаксация	1 мин	медленный	Через нос	- Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три – мой организм отдохни.

Итог занятия. Раздаётся голос сеньора Робинзона: «Ну что, устали, гости мои дорогие? Вы преодолели препятствия в поисках клада, и нашли его. Ведь вы нашли самое ценное, самое дорогое, что есть у человека – здоровье!»