

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа № 3 г.о. Чапаевск Самарской области
структурное подразделение Детский сад № 19 «Колокольчик»

План – конспект заседания родительского клуба
«Вместе с папой, вместе с мамой»
для детей средней группы и их родителей
Тема: «Мы дружим с мячом»

Инструктор по физической культуре:
Моторина С.В.

Интеграция образовательных областей: «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие»

Цель:

Содействовать полноценному физическому развитию детей, поддерживать потребность в двигательной активности. Создать условия для эмоционального общения детей и родителей в различных ситуациях, формировать навыки взаимодействия друг с другом.

Задачи:

Формировать умение выполнять простейшие технико-тактические действия с мячом: катание мяча; бросание и ловля мяча; развивать координацию движений, точность, выносливость, ловкость («Физическое развитие»).

Познакомить детей с особенностями игр с мячом («Познавательное развитие»).

Формировать потребность и желание играть совместно с родителями, воспитывать командный дух. Проявлять положительные эмоции при участии в совместных играх («Социально-коммуникативное развитие»).

Методы и приемы:

1. Практические: упражнения, эстафета, подвижная игра.
2. Наглядные: зрительные ориентиры.
3. Словесные: беседа, объяснение, указания, команды, звуковые сигналы.

Материалы и оборудование:

- резиновые мячи (10 шт., 100-120 мм)
- футбольный мяч (1 шт.)
- обручи (4 шт.)
- свисток
- магнитофон
- аудиозапись (трек №1 «Солнышко лучистое», «Вперед четыре шага»)

Ход развлечения.

Дети входят в зал друг за другом под песню «Новый мяч» встают в круг.

Ведущая:

Сегодня в нашем зале собрались малыши,

Побегаем, попрыгаем с мячами от души.

Мы разминку начинаем,

Наших мам в круг приглашаем,

Он похож на мяч большой, будет весело с тобой!

Разминка с родителями под песню «Солнышко лучистое» (родители встают в круг вместе с детьми и выполняют движения)

Упражнения с мячами.

<i>Содержание занятия</i>	<i>Дозировка</i>	<i>Темп</i>	<i>Дыхание</i>	<i>Организационно-методические указания</i>
Вводная				
Сегодня мы должны всем показать, что мы не только знаем что такое мяч, но и умеем играть в него. Мы должны быть сильными, ловкими, выносливыми!	10 сек.	Быстрый	Произвольное	«В круг, становись!»
Ходьба по залу с разным положением рук, мяч: Вверх;	По 30 сек. каждое	Средний	Произвольное	Спину держать прямо, смотреть вперёд

Вперёд; Вниз; За голову				
Ходьба: На носках, мяч вверх; На пятках, мяч за голову:	По 10 сек.	Средний	Произвольное	Спину держать прямо, смотреть вперёд
Бег в колонне по одному	1,5 мин.	Средний	Произвольное	Соблюдать интервал
Ходьба, перестроение в круг	15-20 сек.	Средний	3-4 глубоких вдоха	
ОРУ (комплекс с резиновыми мячами)				
1. «Переложи мяч» И.П.: о.с., мяч в правой руке 1 – руки в стороны 2 – руки вверх, переложить мяч в правую руку 3 – руки в стороны 4 – и.п.	6 раз	Средний	Произвольное	Руки прямые
2. «Повороты туловища» И.П.: стойка ноги врозь, мяч в руках впереди	6 раз	Средний	Произвольное	Спину держать прямо, руки прямые. Ноги не сгибать

1-2 - поворот вправо 3-4 - и.п.				
3. «Вращение руками» И.П.: стойка, мяч зажат между ногами. Делать круговые движения руками (вперёд, назад)	5 раз	Средний	Произвольное	В упражнении задействованы только руки
4. «Упражнение с мячом» И.П.: стойка, мяч в руках, над головой 1 – сделать наклон вперёд 2 – занять и.п.	4 раз	Медленный	1 – вдох; 2-3 – выдох	Руки в локтях не сгибать, ноги прямые
5. «Катание мяча» И.П.: сед, ноги врозь, мяч в руках на полу. 1-4 – прокатить мяч по полу вперёд; 5-8 – прокатить мяч назад, вернуться в и.п.	8 раз	Средний	Произвольное	Выполняя упражнение, смотреть на мяч, ноги не сгибать. Спину держать прямо
6. «Прыжки» И.П.: стойка, мяч прижат к груди. Сделать прыжок, держа ноги врозь, мяч		Быстрый	Произвольное	Прыжки выполнять легко, приземляясь на носки, с последующим

вверху. Прыжком вернуться в и.п.	2х6 раз, чередую с ходьбой			перекатом на всю стопу
-------------------------------------	----------------------------------	--	--	---------------------------

После упражнений дети и родители садятся на коврик.

Ведущий:

Сделали зарядку,

Теперь мы отдохнём,

Стихи вам прочитаю и загадки загадаю.

1. Он бывает баскетбольный,

Волейбольный и футбольный.

С ним играют во дворе, интересно с ним в игре.

Скачет, скачет, скачет! Ну конечно это (мячик)

2. Стукнешь о стенку – а я отскочу. Бросишь на землю – а я подскочу.

Я из ладоней в ладони лечу – смирно лежать я никак не хочу (мяч) .

3. Он лежать совсем не хочет, если бросишь, он подскочит.

Бросишь вновь – пойдет он вскачь. Отгадали? – Это мяч!

Ведущий:

А теперь хочу узнать, в мяч умеете играть?

Игра «Летит мяч»

Ты катись, веселый мячик, быстро-быстро по рукам.

У кого веселый мячик, тот подпрыгивает сам.

(Дети и родители встают в большой круг, ведущий из центра бросает мяч по кругу.

Под музыку дети передают мяч, когда ведущий заканчивает стихотворение, ребенок или взрослый с мячом выходит и выполняет прыжки.)

Игра «Перенеси мяч»

В обруче лежат 5 мячей, надо перенести мячи из одного обруча в другой, в игре участвует команда родителей и команда детей.

Ведущий:

Молодцы, ребята! Какие вы все смелые, ловкие, умелые.

В игры хорошо играли и, наверное, устали?

Пора праздник завершать, хоровод наш начинать.

В круг скорей вставайте вместе поиграйте.

Хоровод «Вперед четыре шага» (дети с родителями встают в круг и под музыкальное сопровождение выполняют упражнения)

Ведущий:

Наши детки – малыши любят разные мячи, призываю физкультуру полюбить, а с мячом друзьями быть,