

## **Физкультурно-тематическое занятие «Дружная семья»**

**В средней группе.**

**Цель:** Создавать условия для развития физических качеств у детей среднего дошкольного возраста.

**Задачи:** Закрепить умение подлезать под дугу, прыгать на двух ногах с продвижением.

Воспитывать смелость, выносливость, чувство коллективизма

Формировать элементарные представления о семье как о явлении общественной жизни, воспитывать любовь и уважение к родным. Развивать эмоциональную отзывчивость.

### **Ход занятия**

В комнате стоит домик ребенку предлагается подойти и сесть перед домиком «В одной волшебной стране в сказочном городе стоит теремок, а живёт в нём мальчик Ванечка (прикрепить изображение ребенка) Как ты думаешь, хорошо ли Ване живётся в теремке? Дом большой, а мальчик Ваня ещё маленький, неужели он там один живёт? А кто ещё живёт в тереме? Давай подумаем. У ванечки наверно есть родные. Кто это? (Родитель предлагает ребенку прикрепить к дому изображение мамы и папы. Мальчик Ваня живёт не один, с ним живут его мама и папа. А кто ещё может жить вместе с Ваней и родителями? (Прикрепляют к дому картинку бабушки и дедушки)

А давайте покажем, как дружно они живут в своем домике.

### **Пальчиковая игра «Семья»**

Игра заключается в произнесении потешки:

Этот пальчик - дедушка,

Этот пальчик - бабушка,

Этот пальчик - папочка,

Этот пальчик - мамочка,

Этот пальчик - я.

Вот и вся моя семья.

С одновременным показом на пальцах правой или левой руки (сначала рука сжата в кулачок, с произнесением каждой строки потешки ребенок разжимает по одному пальчику, начиная с большого; произнося последнюю строчку потешки ребенок хлопает в ладоши).

Сделать эту игру более эмоциональной помогает специальная перчатка, каждый палец которой - куколка (*дедушка, бабушка, папа, мама, ребенок*).



Вот какие мы дружные и смелые, весело зарядку делаем.

### Комплекс ОРУ «Дружная семья»

1. И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину; хлопнуть перед лицом 8 раз под слова:

Папа, мама, брат и я вместе — дружная семья!

Отвести руки за спину. Повторить 3 раза.

2. Все вместе наклоняемся, Физкультурой занимаемся!

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, ладони на колени, смотреть вперед. Вернуться в и. п. Повторить 5 раз.

3. Папа большой, А я — маленький. Пусть я маленький, Зато — удаленький.

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Присесть, руки вниз. Вернуться в и. п. Повторить 4—5 раз.

4. Прыгаем мы дружно, Это очень нужно! Кто же прыгнет выше — Мама или Ваня?

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Выполнить 6—8 подпрыгиваний; непродолжительная ходьба (5—6 сек). Повторить 2 раза.

5. Носом воздух мы вдыхаем, Ртом мы воздух выдыхаем. Не страшна простуда нам, Нам не нужно к докторам!

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, вдох носом. Вернуться в и. п., выдох ртом, губы трубочкой. Повторить 3—4 раза.

После зарядки они очень любили прогулки на свежем воздухе, отправляемся на прогулку.

### **Основные виды движений**

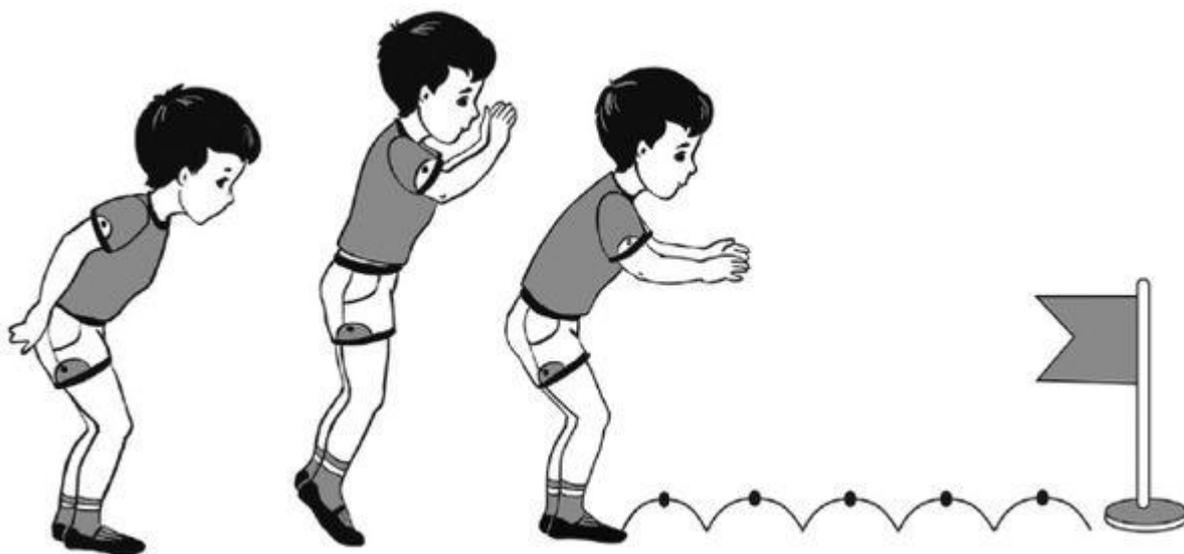
1. Ходьба по дорожке шириной 15 см, длина до 2,5 м. Можно взять две ленточки или веревочки и между ними пройти. Пяточка к носочку, ходьба по одной линии. См рисунок ниже



2. Подлезание под дугой или веревкой 3-4 раза.



3. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд (3 м). Мягкое приземление.



### **Подвижная игра «Бегите к маме»**

Обозначаются две линии длиной 4—5 м. Линии располагаются напротив друг друга, расстояние между ними 3,5—4 м. Обозначить линии можно цветными шнурами.

Ребенок встает на одну сторону комнаты, а родитель на противоположную сторону комнаты. Родитель говорит: «Беги ко мне, беги к маме (или папе)!». Ребенок бежит, а мама или папа приветливо встречает, широко раскрыв руки. Затем родитель переходит снова на другую сторону площадки и вновь говорит: «Беги ко мне, беги к маме (или папе)!»

В игре у детей развивается умение действовать по сигналу.

*Примечание. Перед началом игры надо напомнить, что бежать можно только после слов «беги ко мне».*

### **Подвижная игра с речевым сопровождением «Кто живет у нас в квартире?»**

Родитель произносит текст и показывает движения, которые дети повторяют.

Кто живет у нас в квартире? *Шагают на месте.*

Раз, два, три, четыре. Будем мы сейчас считать — Раз, два, три, четыре, пять! *Хлопают в ладоши.*

Мама, папа, брат, сестра — Сосчитаю всех едва! *Выполняют «пружинку», руки на пояс.*

Самый главный — это я, *Прикладывают руки к груди.*

Вот и вся моя семья! *Поднимают руки вверх, затем медленно опускают вниз. А пока мы гуляли, бабушка приготовила нам угощение. А разве можно есть яблоки грязными руками (ответы детей). Дети идут мыть руки, и подходят к домику угощаются яблоками.*

*Берегите и любите свою семью!*

