



Занятие с воздушными шарами «Папа, мама, я - дружная семья!»

Цель: Создать условия для формирования ЗОЖ у детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры.

Задачи:

- развивать координацию движений и ориентировку в пространстве;
- приобщение взрослых и детей к здоровому образу жизни через совместные соревнования;
- совершенствовать умение ритмично двигаться под музыку;
- воспитывать добрых, отзывчивых детей, любящих и уважающих своих близких.

*Если взять любовь и верность,
К ним добавить чувство нежность,
Все умножить на года,
Что получится...*

Семья!

Семья – это близкие и родные люди, те, кому желаем добра и счастья, кого мы любим, с кого берем пример, о ком заботимся. А семья - это?

Пальчиковая гимнастика:

vk.com

Сегодня будем играть с воздушными шарами.

Разминка

youtube.com

Игровое упражнение «Играй, шарик не теряй».

Отбить воздушный шар различными способами (ладошкой, кулачком, головой, коленом, ногой). Главное условие - стараться не уронить шарик на пол.

Игровое упражнение «Шарик вверх!»

*Встать враспынную. По сигналу подбросить воздушные шары вверх.
Двигаясь по комнате, подбивать вверх все шары, стараясь, чтоб ни один не упал на пол.*



Подвижная игра «Перестрелка шарами»

Посередине комнаты натягивается веревка или сетка (свободно расположиться на своем поле). Начинается перестрелка шарами: игроки стараются перебросить все шары, которые находятся на их стороне площадки на сторону противника.



Игровой конкурс «Кто быстрее соберёт букет из шаров»

Кто быстрее соберет букет из трех шаров.

- Всем известно, что у каждой мамы много неотложных дел и на работе и дома. Поэтому настроение её иногда бывает далеко не весёлым.

Пантомима «Мой папа волшебник»

И тогда папа превращается в настоящего волшебника: он веселится, шутит и своим весельем заражает маму.

- Начнём с простого – танцуют одни ножки.

- А теперь танцуют одни ручки
- Разминка завершена, и танцует всё тело
- Внимание! Всё тело отдыхает – танцуем только мимикой лица.

[youtube.com](https://www.youtube.com)

Дом, в котором мы живем,
Это очень шумный дом.
После разных дел с утра
В нем всегда идет игра!
А на празднике, друзья,
Нам без игр никак нельзя
Больше страсти, больше смеха,
Пусть во всю идет потеха!!!

Дом- это уютный, тёплый очаг.

Пока звучит музыка, я предлагаю вам, построить дом из строительного материала.

[youtube.com](https://www.youtube.com)

