

Конспект мастер-класса «Прыг-скок - мастерская: учимся, играя» с детьми и родителями старшей группы №1 комбинированной направленности.

Будылкина Светлана Ильдусовна, воспитатель

Левщанова Надежда Александровна, воспитатель

СПДС «Ягодка» ГБОУ СОШ №10 г. Жигулевск

Раздел 1. Родительство как особый феномен в жизни человека

Направление 1.4. Семейные ценности и традиции

Форма мероприятия: мастер-класс.

Цель: Развитие физических качеств и двигательных способностей детей посредством подвижных игр и прыжковых упражнений.

Задачи: Осваивать спортивные упражнения и элементы спортивных игр. Развивать психофизические качества, координацию и ориентировку в пространстве. Проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх. Соблюдать правила в подвижной игре и взаимодействовать в команде.

Материалы и оборудование: музыкальный центр, обручи, кегли, скакалки, резиночка, классики, мячи, карточки с буквами

Ход занятия

I. Вводная часть

Вводная часть: «Знакомство в кругу»

Воспитатель: «Сегодня мы превратимся в одну большую прыгающую команду! Родители — ваши главные помощники, а дети — чемпионы по веселым прыжкам!»

Прыжковое приветствие: Все стоят в кругу. Каждый по очереди называет свое имя и показывает свое прыжковое движение (например, «Я — Маша, а мой прыжок — вот такой!»).

Командные игры-эстафеты

Дети и родители делятся на смешанные команды.

II. Основная часть

Эстафета «Весёлый зоопарк»

Задание: Команды получают карточки с животными. Нужно пройти дистанцию так, как прыгает это животное, в парах «родитель + ребенок».

Примеры:

Кенгуру: Ребенок обнимает родителя за талию, родитель прыгает с ребенком «в сумке».

Лягушка: Присесть, прыгнуть вперед одновременно, высоко подпрыгивая.

Зайцы: Прыжки спиной друг к другу, взявшись за руки.

«Кенгуру-почта»

Оборудование: 2 мяча, 2 обруча.

Правила: Мяч зажимается между коленями, прыгает до обруча, прыгает обратно.

Передаёт эстафету. Побеждает команда, где все участники быстрее завершили дистанцию.

"Прыгающая гусеница"

Оборудование: Нет.

Описание: Все участники команды становятся в колонну друг за другом и держат друг друга за талию (или за плечи). По команде "Старт" команда должна двигаться вперед прыжками, не разрывая цепочку. Задача – быстрее всех добраться до финиша.

«Прыжковый алфавит»

Оборудование: Большие карточки с буквами, разбросанные на полу.

Задание: Ведущий называет слово (например, «СЕМЬЯ», «СПОРТ»). Команда должна всем составом, прыгая по буквам, быстрее соперников выстроить это слово. Родители могут помогать детям со стратегией и переносить их к нужным буквам.

«Семейная фигура»

Задание: Ведущий даёт команде задание изобразить с помощью тел всех членов команды какое-либо понятие, связанное с прыжками.

Примеры:

«Изобразите пружину»

«Покажите сердце, которое прыгает от радости»

«Соберите команду в один большой мяч»

«Кузнечик» - все подпрыгивают, изображая задние лапки.

«Прыгающая скакалка» - родители крутят «невидимую» скакалку, ребенок прыгает.

«Батут» - взрослые изображают батут руками, ребенок «подлетает».

«Лягушка в пруду» - присесть, затем резко подпрыгнуть с кваканьем.

«Кенгуру с малышом» - ребенок «в сумке» (на руках у родителя), оба подпрыгивают.

«Попкорн» - все хаотично подпрыгивают, как зерна при жарке.

«Создаем свою игру»

Задание: Каждая команда (семья или группа семей) получает реквизит: обручи, скакалки, кегли, мягкие кубики.

Цель: Придумать свою собственную прыжковую игру, дать ей название и объяснить правила. Каждая команда демонстрирует свою игру остальным участникам.

«Рыбак и рыбы»

Оборудование: длинная скакалка.

Правила: Родители крутят скакалку, дети (по очереди) прыгают 5 раз.

Если ошибся — команда делает 3 приседания и продолжает.

«Игры нашего детства»

Оборудование: резиночка, классики

Правила: Воспитатель объясняет, что сегодня мы будем вспоминать и играть в игры, которые были популярны в детстве родителей.

Участники делятся на команды. Резиночка натягивается между двумя участниками (или на опорах). Игроки по очереди прыгают через резиночку, выполняя различные движения (например, простые прыжки, прыжки на одной ноге, сложные комбинации). Если игрок не смог перепрыгнуть, он выбывает из игры или выполняет задание (например, 5 приседаний).

«Классики»

Игроки по очереди бросают мелок или камешек на номер и прыгают по классикам, избегая наступать на линии. Если игрок успешно проходит, он получает право бросить мелок на следующий номер. Игра продолжается до тех пор, пока все участники не пройдут все номера.

III. Заключительная часть

«Прыжок дружбы»

«Волна объятий»: Все участники встают в один большой круг, положив руки на плечи соседям. По команде ведущего все делают один большой совместный прыжок вперед (или на месте) со звуком «Ура!».



