ГБОУ СОШ № 932, ДОШКОЛЬНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ 1

Конспект мастер-класса

для родителей по теме:

«Развитие физической активности детей

младшего дошкольного возраста

и привитие культурно-гигиенических навыков

с использованием русского фольклора».

Подготовила и провела: Чуплашкина К.О.

Москва, 2015

**Развитие физической активности детей**

**младшего дошкольного возраста**

**и привитие культурно-гигиенических навыков**

**с использованием русского фольклора**

Приветствие родителей, беседа с ними о значимости развития физической активности детей для укрепления их здоровья. А также о необходимости прививать культурно-гигиенические навыки именно с раннего возраста. Пояснение, что для детей ведущим видом деятельности является игра, поэтому даже утренняя зарядка и гигиенические процедуры должны проходить в игровой форме, весело и интересно.

1.Приглашаем детей и родителей в круг. Беремся за руки и надуваем большой воздушный шар.

- Надуем большой шар! (дуем и расходимся от центра круга, образуя хоровод). Какой получился шар? (Большой и круглый).

- Давайте все вместе полетим на воздушном шаре? Поворачиваем ножки направо и полетим направо. Впереди у нас правая ручка (ведем хоровод направо). Потом ветер понес наш шарик налево. Наши ножки повернулись налево, впереди левая ручка. Вот мы прилетели на волшебную полянку и остановились.

- Ой, полянка заросла вся кустами, ничего не видно! Давайте кусты подстригать!

Режем, режем мы кусты

Вот такой вот высоты! (2р)

(Ровные руки прямо перед собой, выполняем движение «ножницы»).

- Вот теперь все хорошо видно, что на полянке! Ой, а кто это там играет? Это медвежата!

Медвежата в чаще жили, Повороты головы

Головой своей крутили. вправо, влево, вверх, вниз

Вот так, вот так

Головой своей крутили.

Медвежата мед искали, Руки на пояс,

Дружно дерево качали. Наклоны туловища

Вот так, вот так вправо, влево

Дружно дерево качали.

Вперевалочку ходили Ходьба «по-медвежьи»,

И из речки воду пили. Наклоны

Вот так, вот так

И из речки воду пили.

А потом они плясали Руки на пояс,

Выше лапы поднимали повороты туловища влево, вправо

Вот так, вот Высоко поднимаем колени

Выше лапы поднимали.

- Какие молодцы наши медвежата! Ой, а кто это в траве? Это кузнечики!

Поднимайте плечики, Энергичные движения плечами

Прыгайте, кузнечики!

Прыг-скок, прыг-скок! Прыжки

Стоп! Сели,

Травку покушали, Перебираем пальчиками по полу

Тишину послушали.

Выше, выше, высоко Медленно встаем

Прыгать на носках легко!

- Вам нравится наша полянка? Как тут весело!

Вот мы руки развели,

Словно удивились.

И друг другу до земли

В пояс поклонились!

Наклонились, выпрямились,

Наклонились, выпрямились.

Ниже, ниже, не ленись!

Поклонись и улыбнись!

- Давайте с вами поиграем на нашей полянке!

Мы ногами топ-топ.

Мы руками хлоп-хлоп.

Мы глазами миг-миг.

Мы плечами чик-чик.

Раз, сюда, два, сюда.

Повернись вокруг себя.

Раз присели, два привстали!

Сели, встали, сели, встали!

Словно ванькой-встанькой стали.

Раз, два Раз, два.

Вот и кончилась игра!

(произносим медленно. На раз глубокий вдох, руки через стороны вверх. На два – выдох и руки опустили. Т.е. упражнение на восстановление дыхания).

Говорим родителям о необходимости закончить зарядку добрыми словами, чтобы настроить детей положительно.

Потянулись, потянулись,

Солнца красного коснулись!

Расхрабрились, распрямились!

Окончательно проснулись!

Еще раз подчеркиваем необходимость привития культурно-гигиенических навыков с раннего детства и делаем это тоже в игровой форме.

Ты мне ручку подавай,

Вслед за мною вставай,

Умываться пойдем,

Где водичка найдем!

В умывальной комнате:

Знаем, знаем, да, да, да!

В кране прячется вода!

Выходи водица,

Мы хотим умыться!

Лейся понемножку

Прямо на ладошку.

(показываем, как складываем ладошки)

Будет мыло пениться

И грязь куда-то денется!

(показываем движение намыливания рук).

Моем, моем мы водичкой

И лицо, и ручки!

Плих-плюх, плих-плюх!

Уходи грязь от чистюх!

Спасибо за внимание!