**ПУТЕШЕСТВИЕ К ЦВЕТКУ ЖЕЛАНИЙ**

досуг с использованием кинезиологической гимнастики для детей 6-7 лет.

С использованием ОЭР.

Педагог в роли Кота в сапогах приходит к детям в группу и предлагает им совершить путешествие в Тридевятое царство, где один раз в год распускается цветок желаний, и каждый год Кот приглашает смелых и отважных путешественников отправиться на поиски этого цветка, т.к. зацветает он каждый раз в разных местах. В этом году выбор пал именно на этих детей.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| содержание | Методические рекомендации | дозировка | Решение частных и специальных задач. |
| Дети входят в зал, строятся.  - Итак, отважные и смелые путешественники, вы согласились отправиться в поход и найти цветок желаний, с нами совершат это путешествие и наши гости.  Кот: - Итак, начнем наши поиски в сказочной стране. Чтобы дорога была веселее мы, будем играть.  Кот: - Что-то я не пойму, где мы с вами очутились. Давайте-ка, посмотрим в мой путеводитель по сказкам, может нам кто подскажет дорогу.  *Открывает ноутбук, на экране появляется золотая рыбка, здоровается с детьми.*  Кот: - Рыбка помоги нам с ребятами пройти к волшебному цветку, укажи путь.  Рыбка: - Поможете мне – скажу.  Дети соглашаются помочь рыбке.  *Рыбка рассказывает задание.*  Кот обращается к рыбке: - Ну что, выполнили мы твое задание, подскажи государыня рыбка, куда нам путь держать.  Рыбка: - Идите по следам Бременских музыкантов, их телега глубокий след оставила, поспешите не отставайте, след из виду не упускайте.  Кот: - Становитесь в круг пошире, и с веселой песней отправимся в след Бременским музыкантам.  Кот: - Куда же завела нас дорожка, след мы потеряли. Давайте снова обратимся к моему путеводителю.  *На экране появляется Жар-Птица, здоровается с ребятами.*  Кот: - Жар-Птица, помоги намнайти дорогу к волшебному цветку.  Ж-П: - Выполните мое задание – подскажу.  Дети соглашаются выполнить просьбу.  *Жар-Птица рассказывает задание. Нужно нарисовать волшебный сад, в котором много цветов, бабочек, солнца и еще много интересного, но чтобы ваш рисунок я потом смогла бы сделать волшебным, вы тоже должны стать немножко волшебниками: рисовать нужно двумя руками одновременно.*  Жар-Птица благодарит детей за помощь.  - Следуйте через царство Кощеево, по дремучему заколдованному лесу, за тем нужно перейти через поле «Чудес», а за ним будет поляна, на которой и расцветает цветок желаний.  Дети благодарят Жар-Птицу.  Кот: - Ребята, пройти через царства Кощея не просто, нужно двигаться очень осторожно и остаться не замеченными. А что помогает сказочным героям быть невидимыми?  Шапка невидимка.  Кот: - только у меня на всех шапок не хватит, но мы с вами схитрим.  Кот: - Молодцы, быстро, дружно и незамеченными прошли мы через царство кощеево.  И перед нами поле «Чудес». На этом поле с путниками происходят разные чудеса: то вы вдруг превратитесь в пингвинов, то в кенгуру, а то в медленную и осторожную черепаху, можно вдруг превратиться в мохнатого паука или гусеницу, и даже в хромую уточку. А помогут нам мешочки-кошелечки. Вы готовы?  Кот:- Наконец все преграды позади, но где же теперь искать заветный цветок. Может поле «чудес» нам приготовило какой-нибудь сюрприз? В какой сказке оно встречается, что закапывал Буратино? А где обычно хранят золотые? Может, и мы исследуем свои мешочки и там найдем подсказку?  *Дети находят: жетоны разных цветов с порядковыми номерами на одной стороне и с другой стороны указано число шагов и направление движения.*  Кот: - Ну вот, цветок найден, давайте поможем ему раскрыться.  *Кот снимает платок, и цветок раскрывается, внутри находятся маленькие цветочки-сюрпризы. Кот предлагает ребятам взять каждому по одному с собой.*  Кот: - Пусть эти маленькие детки большого Цветка Желаний, помогут вам в жизни: всегда осуществлять задуманное – не переставайте мечтать, смело шагать к намеченной цели – будьте целеустремленными, пусть любая трудность будет вам по плечу, всегда будьте готовы оказать помощь ближнему.  - Поднесите свой цветок к носу, сейчас мы с вами вдохнем его волшебный аромат  - А нам пора возвращаться домой, давайте  сядем на ковер самолет, и он домчит нас обратно домой.  Кот: - вот вы и дом, пришло время прощаться, до скорых встреч, нас ждут еще много неизведанных стран и много приключений | П.И. «Замри» Дети двигаются по залу друг за другом, повторяя движения за котом, по сигналу дети должны выполнить условленную фигуру и замереть:  - **«осьминог»**: лечь на спину вытянуть вверх прямые напряженные ноги и руки;  - **«надувная кукла»:** стоя руки в стороны, ноги шире плеч, вдохнуть и задержать дыхание – важно представить, что кукла очень сильно накачена воздухом, производится шумный выдох и кукла спускает воздух – ребенок расслабляется.  - **«мороженное»:** стоя ноги вместе, руки сомкнуты над головой, пальцы соединены между собой попарно – поза напряжения всех мышц, через несколько минут мороженное начинает таять.  - **«дерево»** - дети должны замереть в любой причудливой форме и не шевелиться.  Во время ходьбы дети повторяют следующие движения за Котом:  1. Правая нога выставлена вперед на пятку, левая сзади – на носке, правая рука - на плечо, левая рука - на поясе. Смена положения ног и рук осуществляется без остановки движения.  2. «Ножницы» Приставной шаг боком: ноги вместе – руки над головой сомкнуть, ноги врозь – руки над головой разомкнуть (следить за одновременной сменой положений рук и ног)  3. «Ножницы наоборот» Приставной шаг боком: ноги вместе – руки над головой в стороны, ноги врозь руки – сомкнуть (следить за одновременной сменой положений рук и ног  4. Наклониться вперед, поставить ладони на пол перед ногами, двигаться приставными шагами в бок, следить за тем, чтобы перестановка одноименных руки и ноги осуществлялась одновременно.  5. подскоки с ноги на ногу  «Найди жемчуг» Каждый участник берет «ракушку» просовывает руку в отверстие и на ощупь ищет жемчужины, затем складывает их в шкатулочку.  Танцевальная композиция под музыку «Песня Бременских музыкантов» (см. приложение 1)  «Рисование двумя руками» на полу раскатывается рулон бумаги 2 м, дети берут фломастеры в две руки, располагаются по обеим сторонам от полосы и начинают рисовать (цветы, бабочки, деревья и т.д) Следить за тем чтобы рисовали предметы одновременно двумя руками.  П.И. «Шапки невидимки» Игроки встают по кругу друг за другом на расстоянии 20-30 см. Через одного человека на головы игроков кладут «шапку-невидимку». По сигналу игроки снимают шапку с головы впередистоящего и кладут на свою голову. Делать это нужно быстро, так, чтобы на голове у участника не оказалось сразу 2-х шляп. (При разучивании шляпы кладут через 2-х игроков)  П.И. «Салочки-превращалочки»  Играющие оговаривают, как двигается то, или иное животное:  **«паук»** - сидя на полу, ноги согнуты, руки сзади на полу в упоре, мешочек на животе либо зажат между колен. Приподнять таз и передвигаться на руках и ногах (то же положение для **«гусениц»** только передвижение осуществляется при помощи последовательной перестановки таза, рук и ног)  **«пингвины»** - ходить с мешочком зажатым между коленей.  **«кенгуру»** - прыгать с мешочком зажатым между коленей.  **«черепаха»** -передвигаться с мешочком на голове, не держа его руками.  **«хромая уточка»** - одну ногу выставить вперед на пятку, на подъем стопы положить мешочек, передвигаться таким образом не теряя мешочек с ноги.  Игроки начинают двигаться под музыку одним из названных ведущим (Котом) способом например как пауки, по остановке музыки Кот называет имя водящего и то животное, в которое все игроки превращаются, до кого водящий дотронулся, тот выбывает из игры.  «Найди цветок по плану» Цифра обозначает количество шагов, которые нужно сделать в определенном направлении, на первом жетоне написано соответственно «старт» и ориентир в зале от которого следует начать движение. Все игроки встают на предполагаемый старт, и поочередно отсчитывают количество шагов в нужном направлении и остаются стоять на отмеренной отметке, каждый следующий движется от метки предыдущего, последний находит цветок (карта см. приложение 2)  Дети выполняют дыхательное упражнение: Дыхание: только через левую, а потом только через правую ноздрю. При этом правую ноздрю закрывают большим пальцем правой руки, а левую — большим пальцем левой руки. Дыхание медленное, глубокое.  Дети выполняют комплекс кинезиологических упражнений под музыку, сидя на «ковре-самолете» (см приложение 3)  Дети строятся в шеренгу, прощаются с Котом и выходят из зала. | 1 мин  2,5 -3 мин  1-1,5 мин  2-3 мин  1 мин  3 мин  1-1,5 мин  2-3 мин  1 мин  2-3 мин  2-3 мин  3 мин  1-2мин  1 мин  2 мин  1 мин | - формирование навыков внимания и преодоление стереотипов;  - оптимизация и стабилизация мышечного тонуса;  - расширение индивидуального набора «штампа движений и поз»;  Использование перекрестных и одновременных движений:  - способствует развитию межполушарного взаимодействия;  - формирование и коррекция базовых сенсомоторных (реципрокных) взаимодействий.  - развитие правого полушария;  - развитие осязания;  Использование перекрестных и одновременных движений:  - способствует развитию межполушарного взаимодействия;  - формирование и коррекция базовых сенсомоторных (реципрокных) взаимодействий;  - развитие чувства ритма;  - формирование и коррекция базовых сенсомоторных (реципрокных) взаимодействий;  - развитие межполушарного взаимодействия;  - формирование зрительного гнозиса;    - формирование навыков внимания и преодоление стереотипов;  - развитие межполушарного взаимодействия;  - формирование навыков внимания;  - развитие произвольности движений;  - развитие ловкости;  Через левую ноздрю - активизируется работа правого полушария головного мозга, что способствует успокоению и релаксации.  Через правую ноздрю - активизирует работу левого полушария головного мозга, повышая рациональный (познавательный) потенциал. |