Конспект занятия с парашютом (подготовительная группа)

Нетрадиционное оборудование - парашют

**Играем с парашютом**

**Программное содержание:**

- активизировать двигательные навыки;

- воспитывают эмоциональную отзывчивость, умение перевоплощаться, действовать в коллективе согласовано;

- учить сочетать движения со словами и музыкой;
- развивать ловкость, быстроту реакции, глазомер, координацию движений, скорость, внимание, воображение.

**Оборудование:** парашют

**Вводная часть:**

- **«Взлёт и планирование»**

В начале игры все держатся за парашют, разложенный на земле. По сигналу ведущего участники быстро поднимают парашют высоко над головой, а затем придерживают, пока он медленно опускается на землю. Не нужно тянуть парашют вниз; просто придерживайте его, пока он планирует по воздуху.

-**«Бег»**

Дополнительный инвентарь - музыка (по желанию). Пусть каждый игрок одной рукой держит парашют, отведя другую в сторону для равновесия. Начинайте бег по кругу в одном направлении, затем смените руки и направление бега. Возможен вариант игры с использованием музыки в качестве сигнала смены направления бега (т.е. направление меняется каждый раз, когда музыка замолкает).

- ходьба с восстановлением дыхания, перестроение в колонну по 3 в движении.

**Основная часть** ОРУ – с парашютом

- **«Вверх-вниз»**

Плавное поднимание и опускание парашюта. Развивает командное чувство. Нравится малышам.

- «**Волны»**

Потрясти парашют так, чтобы получились волны. Можно обыграть с этим "Море волнуется раз"

- **«Качели»**

Выполняется в положении «сидя». Воспитанники тянут парашют вперед-назад спокойными неторопливыми движениями, подобными раскачиванию на качелях.

- **«Салют».**
Цель:развивать быстроту реакции, активизация двигательных навыков, воспитывать умение действовать в коллективе согласованно.
Описание игры.
Дети набирают как можно больше шариков из сухого бассейна и кладут их на парашют. Затем берут двумя руками за палочки на краях парашюта и медленно поднимают его, говоря слова «раз, два, три!». После слова «три!» бросают шарики вверх. Затем бегут и собирают шарики, снова кладут их на парашют, и игра снова повторяется.

- **«Подбрасывание мяча»**

Дополнительный инвентарь - Большой мяч. Положите в центр парашюта надувной мяч. Поднимая и опуская парашют, вы можете подбрасывать и ловить мяч. Когда игроки освоят задание, попробуйте добавить второй мяч.

- **«Под колпаком»**

Держась за края парашюта, наполните его воздухом. Продолжая держать край парашюта, пройдите под ним к центру, а затем обратно. Можно также собраться всем в центре и отпустить парашют, чтобы он плавно опустился вниз, спрятав под собой всех игроков.

- **«Перемена мест»**

До начала игры каждый участник должен взяться за сектор парашюта определенного цвета (это возможно лишь в том случае, если ваш парашют многоцветный). В этой игре каждому игроку будет соответствовать свой цвет (например, зеленый, синий, красный и т.д.) Правила игры такие же, как и во «Взлете и планировании», при этом в момент максимального подъема парашюта ведущий громко называет какой-либо цвет. Так, если ведущий выкрикивает «красный», каждый, кто держится за красный сектор парашюта, должен отпустить парашют и, пробежав под ним, поменяться местами с кем-либо из игроков с противоположной стороны. Неважно, попадет ли игрок точно в то же место, где стоял его партнер, главное, чтобы он пробежал под парашютом на противоположную сторону. Пока часть игроков находится под парашютом, остальные медленно тянут парашют вниз, пытаясь поймать участников игры, бегающих под парашютом. Если кого-то удалось поймать, помогите этому игроку выбраться, и пусть он найдет себе новое место у парашюта.

- **«Парашютбол»**

Все игроки в круге делятся на 2 команды - половина круга на половину. На парашют закидывается мяч или несколько мячей (можно постепенно добавлять мячики, можно использовать небольшие плюшевые игрушки. Малышам просто нравится их подкидывать).

Цель игры - попытаться скинуть мячик с половины противника и не дать мячику упасть со своей половины. Упавшие мячики засчитываются как "голы".

**Подвижная игра : «Карусель»**

Цель: формировать умение ориентироваться в пространстве, развивать эмоциональную сферу и чувство сопричастности общему делу.

Описание игры:

Расстелить парашют на полу, растянуть по всей окружности. Дети берутся одной рукой (сначала левой, потом правой) за край парашюта и вместе с воспитателем двигаются по кругу произнося слова:

Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели. - дети идут на носочках медленно.

А потом, потом, потом

Все бегом, бегом, бегом. - затем темп нарастает и переходит в бег.

Тише, тише, не спешите

Карусель остановите. - дети постепенно останавливаются.

Раз, два, раз, два -

Повернулась детвора. - делают поворот и берутся другой рукой за парашют; направление движения меняется.

Раз, два, раз, два -

Вот и кончилась игра. - Повтор 2-4 раза и игра заканчивается.

**Заключительная часть**

**- «Ветерок»**

Это просто отдых, завершение игр с парашютом. Предложить детям лечь под парашют лицом вверх. Находящиеся в кругу поднимают и опускают парашют и "обдувают" лежащих детей ветерком.

- упражнения на расслабление кистей

Расслабить кисти рук -8-10сек.; расслабить предплечья -1х8сек.; расслабить плечи – 1х8 сек.; согнув колени, расслабить туловище -2 раза.

**- «Релаксация»**

Лечь спиной на парашют, закрыть глаза, руки опустить вдоль туловища. Спокойное дыхание через нос. Прослушивание музыкальной композиции. Открыть глаза, потянуться. Сесть по-турецки, руки в замке поднять вверх и еще раз потянуться. Встать, похлопать в ладоши.

И.п. стоя, руки вверх.