***Бинарное занятие инструктора по физкультуре и педагога –психолога***.

**Цель**: Обеспечивать развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально организованные оптимальные для данного возраста физические нагрузки

Способствовать развитию коммуникативных способностей, сплочение коллектива, формирование нравственных качеств: умения дружить, беречь дружбу.

**Задачи:**

Формирование коммуникативных навыков общения, морально-психологических качеств у детей, побуждающих к позитивным действиям, поддержание интереса к дружбе. Удовлетворять естественную биологическую потребность в движении. Формировать двигательные умения и навыки, физические качества.

***«Давайте дружить»***

*Инструктор по физкультуре:* Здравствуйте ребята. Отгадайте загадку.:

Радость делит он со мной,  
За меня всегда горой.  
Коль беда случится вдруг,  
Мне поможет верный…  
(друг)

Ребята ,а у вас есть друзья.? Давайте с вами отправимся на поляну дружбы,а поможет нам в этом волшебный клубок.

*Педагог-психолог :*Я принесла волшебный клубочек, который нам подскажет верный путь. Сила этого волшебного клубочка увеличивается от добрых и ласковых слов. Вставайте в наш круг добра. Сначала я намотаю нитку на палец и скажу ласковое слово, а теперь передам клубок дальше, и так по очереди всем детям. Нужно сказать доброе слово, комплимент тому кому вы передаете клубочек.. Вот и опять клубок дошел до меня. Каким он стал большим от добрых слов! Ему, как и мне приятно отправляться в путешествие с такими хорошими детьми.

*Инструктор по физкультуре* Ребята , начинаем наше путешествие.

В шеренгу становись..Идем по лесу тихо ,на носочках,чтобы не разбудить лесных жителей,руки к плечам на пяточках.Недавно прошел дождь и в лесу много луж надо через них перешагивать .-ходьба широким шагом.Ребята я слышу шорох ,побежали быстрее –согнули руки в локтях приготовились к бугу бегом.Шагом марш.

А вот и поляна дружбы.На этой поляне дети все задания выполняют вместе.

Перестроение в четыре колонны ,затем в пары.

ОРУ

Упражнение. №1

и.п.- стоя спиной к партнёру, взявшись внизу за руки.

1-2- стойка на носках, руки вверх;

3-4- и.п.

Упражнение.№2

и.п.- стоя ноги на шире лицом друг к другу на расстоянии , руки на плечах.

1-3- пружинистые наклоны;

4- и.п.

Упражнение.№3

и.п.- стоя спиной друг к другу, руки в « замок ».

1-3- наклоны вправо;

4- и.п.

5-8- тоже влево.

Упражнение.№4

и.п.- ст. спиной друг к другу взявшись под руки.

1-2- присед;

3-4- и.п.

Упражнение №5

сидя напротив друг друга руки упор сзади одна нога вытянута вперёд другая согнута в колене стопа к стопе поменять положение ног.

Упражнение №6

лежа на животе держась за руки приподнять корпус приподнять грудь вверх и руки

Упражнение.№7

и.п.- прыжки в стороны держась за поднятые вверх руки.

*Педагог-психолог:* Продолжаем наше путешествие. А вот следующее задание для вас.

*ОД*

*Инструктор по физкультуре*

Ходьба по двум параллельно поставленным гимнастич. скамейкам со страховкой (страхуем инструктор по физкультуре одного ребенка и другого педагог –психолог*)*

Прыжки из обруча в обруч держась за руки.

Перебрасывание мяча друг другу.

Предлагаю поиграть Подвижная игра «Паровозик дружбы»

Дети стоят в обручах,как в домиках. Мы поедем на паровозике дружбы. Я буду первым вагоном, По дорожке я буду прицеплять к себе вагончики с нашими именами.На домики не наступать. Приготовились, мой вагончик поехал (включается музыка). Доехал до первой остановки. Ребенок называет своё имя.(Имя ребенка.) Поедем со мной? Поедем! Доехали до следующего вагончика. Остановились. (Имя ребенка.) Вставай за (имя первого ребенка). Поехали? Поехали. Приехали к третьему вагончику.

*Педагог-психолог* : «Я хочу с тобой подружиться»-игра малой подвижности

Ход игры: Выбирается водящий. Он произносит слова: «Я хочу подружиться с…». Дальше описывает внешность одного из детей. Тот, кого загадали, должен себя узнать, быстро подбежать к водящему и пожать ему руку, затем он становится водящим.

Релаксация «Цветок дружбы»

Включается релаксационная музыка.

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте глубокий вдох и медленный выдох... Представьте себе какой-нибудь цветок с прекрасными бутонами. Внимательно его рассмотрите — листья, цветы и еще не распустившиеся бутоны... Представь, что ты — один из этих нераспустившихся бутонов. Постарайся почувствовать, как тебе хочется, чтобы этот бутон раскрылся. И ты потянулся навстречу теплому солнечному свету. А теперь ты можешь представить себе, как твой бутон постепенно раскрывается. Постарайся почувствовать аромат этого цветка... Рассмотри цвет его лепестков... Если хочешь, можешь понаблюдать, как мимо проходят дети и взрослые и восхищаются таким красивым цветком. Почувствуй, как приятно смотреть на этот цветок? А теперь потянись, расслабься и открой глаза.

(Педагог -психолог по очереди спрашивает детей, называя их по имени, каким цветком они себя представили.)

- Как зовут этот замечательный цветок?

- Кто за ним ухаживает?

- У него есть соседи? Как ему с ними живется?

*Инструктор по физкультуре:*

Поругаемся потом, а пока не будем,  
Входит дружба в каждый дом  
И к зверям и к людям.  
В наши двери тоже дружба постучится,  
И чудесные друзья будут веселиться!