**Конспекты мероприятий с детьми «Цветные пятницы»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Цвет*** | ***Цель*** | ***Инвентарь*** | ***Спортивные препятствия*** | ***Разминка*** | ***Значение цвета в психологии*** | ***Игры*** | ***Презентация*** | ***Рефлексия*** |
| Жёлтая пятница | Формирование потребностей в ежедневной двигательной деятельности, формирование коммуникативной компетенции. | Мягкие модули, обручи, мячи, натянутая верёвка, резиновый утёнок, кубик атласные ленты (все предметы жёлтого цвета), проектор, колонки, ноутбук. | 1. прыжки из обруча в обруч; 2. забрасывания мяча в корзину; 3. подлезание под натянутой верёвкой. | Разминка под музыку (с жёлтым мячом): • И.п. – ноги на ширине ступни, мяч в согнутых руках у груди. Выпрямляя руки, поднять мяч вверх, опустить мяч, вернуться в и.п. • И.п. – ноги слегка расставлены, мяч внизу в руках. Присесть, мяч в согнутых руках к груди. Выпрямиться, вернуться в и.п. • И.п. – сидя на пятках, мяч на полу. Прокатывания мяча кругом в обе стороны попеременно. • И.п. – ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища, мяч на полу. Прыжки на двух ногах вокруг мяча в обе стороны. • Ходьба в колонне по одному с мячом в руках. | Действие желтого цвета на человека полностью противоположно действию синего. Накормить ребенка, который плохо ест, из посуды желтого цвета будет гораздо проще, потому что желтый является прекрасным возбудителем аппетита. Желтый цвет и все его оттенки тонизируют нервную систему, могут поднимать самооценку человека и стимулировать умственные способности. Стоит взять это на заметку для детской комнаты в интерьере. | **«Найди и промолчи»**. Дети отворачиваются от воспитателя в противоположную сторону. Воспитатель прячет игрушку жёлтого цвета (утёнка). В это время дети не должны подсматривать, куда прячут игрушки. Даётся команда: «найдите игрушку». Дети разбегаются по всему залу и ищут утёнка. Кто находит игрушку должен сообщить воспитателю о местоположении находки так, чтобы никто не слышал. Игра продолжается до тех пор, пока каждый ребенок не сообщит где спрятана игрушка.  **«Угадай, где звучит».** Дети становятся в круг руки убирать за спину. В игре по очереди выбираются по 2 ребенка один находится в середине круга, выполняющий роль «распознавателя звука» при этом с закрытыми глазами, второй находится за кругом в качестве «прячущего предмет, издающий характерный звук». Звук издается при помощи, например, погремушки. После того, как «прячущий» издаст звук и передаст погремушку в руки одному из стоящих в круге, «распознающий» угадывает откуда издавался звук. После происходит смена игроков. | Желтый цвет | Дети становятся в одну шеренгу, по команде по одному пробегают под покрывалом жёлтого цвета. В покрывале имеется отверстие для пролезание ребенком. Покрывало надевается на каждого участника под релаксирующую музыку. |
| Красная пятница | Формирование потребностей в ежедневной двигательной деятельности, формирование коммуникативной компетенции. | Скамейки спортивные, мячи резиновые, натянутая верёвка, покрывало цветное, предметы для составления пано, атласные ленты (все предметы красного цвета), проектор, ноутбук, колонки | 1. скольжение по скамейке;2. забрасывание мяча в корзину;3. подлезание под верёвку. | И.п. – основная стойка, палка внизу, хватом на ширине плеч. 1- палка вверх; 2 – вниз; 3 – палка вверх, полуприсед; 4 – исходное положение.И. п.- основная стойка, палка внизу хватом сверху. 1 – шаг правой ногой вправо, палка вверх; 2 -3 наклона вперёд; 4 – исходное положение. И.п. – основная стойка, локти согнуты, палка на грудь. 1 – палка вверх; 2- присесть, палка вперёд; 3- встать, палка вверх; 4 – исходное положениеИ.п.- стойка на коленях, палка за головой на плечах. 1 – поворот туловища вправо; 2 – исходное положение. | Замечено, что красный цвет возбуждает психику, вызывает ускоренное сердцебиение и даже активизацию мышечной деятельности. Цвет теплый и живительный. Избыток красного цвета не рекомендован раздражительным людям потому что с легкостью вызывает возбуждение нервной системы и вызывает усталость. | **Составление панно** – картины из предметов красного цвета на заданную тему;Дети делятся на две команды, на выбор даются игрушки красного цвета. Ребятам предлагается из игрушек создать картину – панно и составить рассказ о замысле произведения.**«Найди и опиши»**. С помощью считалки определяется ведущий, которому предлагается сюжетная картинка, на которой изображены предметы разных цветов. Ребенку предлагается найти предмет красного цвета и составить описание происходящего на иллюстрации. | Красный цвет | Дети становятся в одну шеренгу, по команде по одному пробегают под покрывалом красного цвета. В покрывале имеется отверстие для пролезание ребенком. Покрывало надевается на каждого участника под релаксирующую музыку |
| Оранжевая пятница | Формирование потребностей в ежедневной двигательной деятельности, формирование коммуникативной компетенции. | атласные ленты, конусы, кубики, мячи, цветные полоски (цвета радуги), ткань, обруч, шерстяной клубок (все предметы оранжевого цвета), проектор, ноутбук, колонки. | 1. бег змейкой, между конусами; 2. прыжки на двух ногах с мячом между ног до корзины; 3.подлезание под верёвкой. | И.п. – основная стойка. 1-2 –выпад правой ногой вправо, лента вверх; 3 -4 –вернуться в и.п. Тоже левой. И.п. – основная стойка, лента вниз. 1- лента вперёд; 2 –лента вверх; 3 -4 –вернуться в и.п. И.п. – лежа на спине, лента в прямых руках за головой. Поднять прямую ногу, коснуться носка двумя прямыми руками, тоже самое левой ногой. И.п. – сидя, ноги врозь, лента на коленях. Поднять ленту вверх, наклон вперед, коснуться пола между носков ног, выпрямиться, вернуться в и.п. | Воздействие оранжевого цвета на психику схоже с воздействием красного цвета. Он поможет раскрепоститься, взбодрит и поможет создать хорошее настроение. | **«Собери радугу».** Дети делятся на две команды. Каждой команде выдать полоски соответствующие цветам радуги. Каждый участник команды должен разместить одну полоску в соответствии с очередностью цветов радуги.  **«Волшебный колпачок».** Дети встают спиной в круг с закрытыми глазами. В середине находится ведущий воспитатель с «колпачком» оранжевого цвета. Под музыку воспитатель выбирает одного ребенка, ставит его в центр и накрывает колпачком. ПО окончании музыки дети поворачиваются в круг и угадывают кто стал отсутствовать.  **«Скажи и передай»**. Дети встают в круг. Ведущий с клубком в руках называет предмет природы, оранжевого цвета. Затем передает следующему, выполняя задание по аналогии. | Оранжевый цвет | Обсуждение в круге вопросов: "Что запомнилось больше всего", "Что понравилось", "Что самое сложное". Каждый ребенок кратко отвечает только на один вопрос. |
| Зелёная пятница | Формирование потребностей в ежедневной двигательной деятельности, формирование коммуникативной компетенции. | атласные ленты, кочки, кегли, обручи, флажки, мешочек (внутри картинки с изображением животных зеленого цвета), мяч, мольберт, салфетки (все предметы зеленого цвета), проектор, ноутбук, колонки. | 1. прыжки на двух ногах через кочки;2. прыжки в обручи по типу игры «классики»;3. бег змейкой между кеглями. | Разминка под музыку с зелеными флажками.И.п. – Стойка ноги на ширине ступни, флажки вниз. Поднять руки с флажками в стороны, вверх, в стороны, вернуться в и.п., 5-6 раз.И.п. – стойка ноги на ширине плеч, флажки вниз. Руки в стороны; наклон вперед, помахать флажками из стороны в сторону, выпрямится, вернуться в и.п., 3-4 раза.И.п. – стойка ноги на ширине ступни, флажки вниз. Флажки в стороны, правую (левую) ногу в сторону на носок; вернуться в и.п. | Цвет жизнеутверждающий. Ассоциируется с природой, молодостью, свежестью. Все оттенки зеленого цвета благоприятно действуют на способность концентрировать внимание. Однако темные оттенки зеленого могут подавлять. | **«Повтори не ошибись»**. Дети встают в круг. Под музыку по кругу передается мяч. Во время остановки музыки мяч остаётся в руках у одного из детей. Этот ребенок должен показать в середине круга упражнение. Остальные дети повторяют за ведущим. Музыка возобновляется и мяч переходит далее по кругу.**«Мешочек с изображением зеленых животных»**. Дети встают в круг. По музыку передается мешочек. Во время остановки музыки мешочек остаётся в руках у одного из детей. Ребенок достает картинку с изображением животного таким образом, чтобы окружающие не видели. Воспитанник изображает в середине круга животное с иллюстрации. Остальные дети отгадывают. Музыка возобновляется и мешочек переходит далее по кругу.**Игра «Салфетки для сервировки»**. Дети делятся на две команды. Задача детей добежать до стола, взять салфетку зеленого цвета и сложить по образцу. Далее готовую салфетку вложить в кармашек, прикопленный к мольберту. По окончании игры воспитатель подводит итог. | Зеленый цвет | Дети становятся в одну шеренгу, по команде по одному пробегают под покрывалом красного цвета. В покрывале имеется отверстие для пролезание ребенком. Покрывало надевается на каждого участника под релаксирующую музыку. |
| Синяя пятница | Формирование потребностей в ежедневной двигательной деятельности, формирование коммуникативной компетенции. | атласные ленты, дуги, гуашь, бутылка пластиковая для рисования на снегу, спортивные скамейки, обруч, шляпа, отрез ткани атласной (все предметы синего цвета), лошадь на палке, проектор, ноутбук, колонки. | 1. Подлезание под дуги;2. Прыжки в классики;3. Скольжение по скамейке. | Разминка под музыку с зелеными флажками.И.п. – основная стойка, обруч вниз, хват рук с боков. 1. обручи вперед; 2. обруч вверх, вертикально; 3. обруч вперед; 4. вернуться в и.п.И.п. – стойка ноги на ширине плеч, обруч вниз, хват рук с боков. 1. Поворот туловища вправо, руки прямые; 2. Вернуться в и.п. Тоже влево. 3-5 раз.И.п. – стойка ноги врозь, обруч в согнутых руках перед грудью. 1-2 наклон вперед, коснуться ободом обруча пола между носками ног; 3-4 вернуться в и.п. 3-4 раза.И.п. – основная стойка, руки на пояс, обруч на полу. Прыжки вокруг обруча вправо и влево. 3-4 раза. | Цвет покоя. Успокоит нервную систему перед сном, снимет излишнюю нервозность и возбуждение. Он положительно действует на укрощение аппетита. | **«Конная эстафета».** Дети делятся на две команды. Первый участник на «коне» с шляпой на голове скачет как на лошади. Обогнув конус возвращается к команде, передает эстафету следующему.**«Волшебное покрывало»**. Дети встают в одну шеренгу и по очереди пробегают в тоннеле из атласного покрывала, максимально соприкасаясь с тканью. | Синий цвет | Обсуждение в круге вопросов: "Что запомнилось больше всего", "Что понравилось", "Что самое сложное". Каждый ребенок кратко отвечает только на один вопрос. |
| Голубая пятница | Формирование потребностей в ежедневной двигательной деятельности, формирование коммуникативной компетенции. | атласные ленты, обручи, натянутая веревка, вязаный мяч, покрывало, геометрические фигуры (все предметы голубого цвета), проектор, ноутбук, колонки. | 1. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах; 2. Пролезание в обруч; 3. Подлезание под натянутой веревкой | Разминка под видео зарядку «Чударики | Цвет водной стихии. Цвет легкости и невесомости. Станет хорошим помощником при снятии усталости после тяжелого дня. Но все же, избыток голубого цвета может привести к охлаждению и отчуждению в отношениях любящих людей. Как и синий, является цветом, сдерживающим аппетит. | **«**Геометрические фигуры»**.** Дети с закрытыми глазами наощупь выбирают геометрическую фигуру. Далее под музыку в хаотичном порядке передвигаются по залу. В момент окончания музыки ребятам необходимо сориентироваться и найти «команду своей фигуры». **«Повтори».** Дети становятся в круг. Под музыку передают вязаный мяч, как только музыка остановилась, ребёнок держащий мяч, выходит в середину круга и показывает спортивное упражнение. Все остальные дети повторяют. Музыка возобновляется и мяч передают далее по кругу. | Голубой цвет | Дети становятся в одну шеренгу, по команде по одному пробегают под покрывалом красного цвета. В покрывале имеется отверстие для пролезание ребенком. Покрывало надевается на каждого участника под релаксирующую музыку |
| Фиолетовая пятница | Формирование потребностей в ежедневной двигательной деятельности, формирование коммуникативной компетенции. | атласные ленты, кегли, покрывало, (все предметы фиолетового цвета), проектор, ноутбук, колонки | 1. Бег змейкой между кеглями 2. Забрасывание мяча в корзину 3. Прыжки через натянутую веревку | Разминка под видео зарядку «Чик зарядка» | Это весьма опасный цвет, так как он давит на психику и может вызвать апатию – именно поэтому старайтесь его использовать в интерьере в небольших количествах. Тем не менее, оттенки фиолетового могут помочь человеку повысить самооценку, позитивно влияет на разработку больших планов, помогает развиться чувствительности. Кроме того, в умеренных дозах оказывает успокаивающее действие на психику. | **«Покрывало открывается…»**. Дети делятся на две команды (мальчиков и девочек). По команде ведущего «Покрывало открывается, девочки собираются…» девочки забегают под покрывало, которое держат два воспитателя на вытянутых вверх руках. Девочки танцуют по народную музыку (например, «Валенки). Далее по аналогии в игру вступает команда мальчиков. **«Что мы делаем не скажем, а что делаем покажем».** Дети встают в круг. С помощью считалки выбирается ведущий, который выходит за дверь, а в это время один из участников показывает определённое действие, которое должен угадать ведущий. | Фиолетовый цвет | Обсуждение в круге вопросов: "Что запомнилось больше всего", "Что понравилось", "Что самое сложное". Каждый ребенок кратко отвечает только на один вопрос. |