Управление образования и молодежной политики администрации Городецкого муниципального района Нижегородской области муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 29» 606503 Нижегородская область, г. Городец, ул. Фурманова,д.17 тел.(883161) 9-07-63

**Конспект совместного физкультурного досуга детей младшей группы с родителями.**

***"Физкультуру любим очень, каждый стать здоровым хочет!"***

Разработала:

воспитатель

МБДОУ "Детский сад №29"

Кольчугина Марина Геннадьевна

**2013-2014г.**

**Задачи:**

1.Помочь родителям и детям ощутить радость, удовольствие от встречи друг с другом, от совместной двигательно-игровой деятельности.

2.Расширить у детей двигательный и игровой опыт, развивая функциональные системы, координацию движений, ориентировку в пространстве, силу, ловкость.

3.Способствовать эмоциональному сближению родителей с ребенком.

Материал: мячи(по количеству детей),2 обруча, мишка, зайка.

**Методика и организация проведения**

Водная часть

День здоровья вместе с вами начинается у нас.

На веселую зарядку приглашаем всех сейчас!

И так обнимитесь,

Дружно за руки возьмитесь,

Друг за другом парами становитесь.

*(Все выстраиваются парами: ребенок- родитель)*

Ходьба. Мы шагаем, мы шагаем прямо по дорожке,

Хорошенько поднимаем выше наши ножки!

Ну – ка, веселее топ, топ, топ!

Вот как мы умеем топ, топ, топ!

Мы идем, идем, идем и совсем не устаем!

Бег. Ну а если не устали быстро-быстро побежали!

Тише, тише, не спешите на ходьбу переходите.

Ходьба на носках. Спину маме, (папе) повернем,

Руки вверх потянем, на носочки встанем.

*(Родители идут сзади ребенка и держат его за поднятые руки)*

Совместная Теперь мамы на свои ноги поставьте ножки своей крошки.

ходьба Руки в стороны, вперевалочку идем, как медведи мы вдвоем.

*(Ребенок стоит спиной к взрослому и ставит свои стопы на ноги взрослого; взрослый прижимает ребенка к себе, и вместе с ним идет)*

Снова за руки возьмемся и друг к другу повернемся.

Встанем парами в кружок, улыбнись скорей, дружок!

Основная часть

ОРУ

1. «Колокольчик».

И.п: взрослый и ребенок стоят лицом друг к другу. Руки ребенка взрослого "лодочкой".

В:Одновременно взрослый и ребенок наклоняются вправо и произносят: «Дин», а затем - влево и говорят: «Дон».

Д: 4-5 раз.

2.«Борцы».

И.п: партнеры стоят лицом друг к другу, выставив одну ногу вперед, опираясь на ладони партнера.

В: с напряжением поочередно руки партнеров то сгибаются, то разгибаются в локтях.

Д: 4-5 раз.

3.«Покажи ладошки»

И.п: стоя, ноги расставлены широко, руки за спиной.

В: прогнуться вперед, показать ладошки, сказать:"Вот!"

Д: 4-5 раз.

4. «Прятки».

И.п: стоя, ноги слегка расставлены.

В: присесть, обнять колени, встать.

Д: 4-5раз.

5. «Елочка». Взрослый стоит, руки опущены вниз чуть в стороны. Ребенок превращается в «зайчика» и прыгает на двух ногах вокруг «елочки». Потом меняются местами. Взрослые становятся зайчиками.

Педагог. Дорогие друзья вы замечательно выполнили все упражнения и можете повторять их дома.

Мы зарядку любим очень,

Каждый стать здоровым хочет!

А теперь отгадайте загадку.

Упадёт — поскачет,  
Ударишь — не плачет.

Ребятки, что это у меня в корзине? (мячи)

ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ДВИЖЕНИЙ.

Катание, метание;

Игра «Догоните мяч»

Дети и родители стоят с одной стороны группы. Педагог, стоя с ними рядом, высыпает из корзины разные по величине мячи. которые катятся в противоположный конец .

Подниму я корзину высоко-высоко,

Разлетятся мячики далеко- далеко,

Ребятки за ними скорее бегите

И маме своей круглый мяч принесите.

Педагог спрашивает у кого большой мячик. Затем предлагает родителям приподнять вверх ребенка у которого большой мяч, а потом- у кого маленький.

Игра «Прокати мяч»

Мячик сильно оттолкнем,

Встанем на четвереньки и за ним поползем.

Родители встают в шеренгу за своими детьми. По сигналу педагога дети толкают мяч, а затем ползут за ним на четвереньках, догнав мяч, они возвращаются к родителям. Педагог просит поднять вверх девочек, а затем мальчиков. Родители поднимают своих детей и обнимают.

Предложить детям сложить мячи в корзину.

Игра «Найди свою маму»

Мамы расходятся в разные стороны, а дети ходят в середине группы под веселую музыку.

Походи и поиграй, только маму не теряй!

По сигналу дети бегут к маме, обнимают ее.

Педагог предлагает поиграть еще раз. Теперь дети прыгают. Родители меняются местами друг с другом.

Ты попрыгай, пошали, после к мамочке спеши!

Педагог. Замечательно справились! Все своих мам нашли!

Заключительная часть

Педагог. Мы много играли, а теперь пришло время отдохнуть, расслабиться, сделать массаж

Массаж «Черепаха»

Дети стоят в кругу. Родители за своим ребенком .

Шла большая черепаха и кусала всех от страха. Хлопки ладошками по спине

Кусь- кусь, кусь- кусь, никого я не боюсь! Пощипывание

Черепаха не сердись Поглаживание ладошками

Лучше с нами улыбнись. Улыбаемся друг другу.

Затем родители с детьми меняются ролями. Дети делают массаж родителям.

Педагог: Вот как хорошо мы с вами поиграли, здоровье укрепили.

Все ребята смелые, ловкие, умелые!

А родители ваши – важные, сильные, отважные!

Ребятки, любите маму и папу? Тогда крепко-крепко обнимитесь и поцелуйте друг друга.

Кто спортом занимается, тот силы набирается.