

Конспект совместного физкультурного занятия

для детей младшей группы с родителями

Дата проведения – 09.09.08г.

Провела: инструктор физ.вос-я Кравченко Н. А.

Цель: Помочь родителям и детям ощутить радость, удовольствие от совместной двигательной-игровой деятельности. Способствовать развитию у родителей и детей умения настраиваться друг на друга, чувствовать партнёра в совместной двигательной-игровой деятельности. Развивать у детей ориентировку в пространстве, силу, ловкость и смелость.

Ход занятия.

Родители находятся в зале, дети заходят.

Ф: Дружно за руки возьмитесь, друг за другом парами становитесь (все выстраиваются парами). Представьте, что мы с вами находимся в лесу. Но полянка грустная: нет солнышка. Давайте его позовём:

Солнышко-ведрышко

Посвети немножко.

Выйдут детки погулять

Выйдут детки поиграть.

Появилось солнышко. Поют птички. У всех прекрасное настроение. В лесу растут разные по высоте деревья. Ребята, покажите, какие высокие деревья растут в лесу.

(Каждый родитель, встав чуть позади ребёнка, берет его за поднятые вверх руки (за кисти), тянет их слегка вверх, поднимает ребёнка на носки и так продолжает ходьбу).

Ф: Покажите низкие деревья

(Ходьба детей «гуськом», родители держат их за талию).

Ф: В лесу могут встретиться препятствия, например, упавшие деревья. Под ними можно пролезть, а другие можно перешагнуть. Давайте преодолеем препятствия.

(Родители садятся на пол, сгибают обе ноги в коленях, руки в упоре сзади. Затем родитель приподнимает туловище вверх, ребёнок проползает на четвереньках под спиной взрослого. Родитель садится, берёт ребёнка за руки и помогает ему перепрыгнуть через свое туловище (5-браз).

Ф: Что можно найти под ёлочкой? (шишки)

А сейчас давайте соберем шишки и узнаём, кто больше набрал. Но собирать их будем не руками, а ногами.

(Родитель и ребёнок держаться за руки. Ребенок пальчиками стопы захватывает шишку, поднимает согнутую ногу вверх и отдаёт шишку взрослому)

Ф: Ой, ребята, нам ворона письмо принесла, да еще и сундук.

Посылаю тебе друг,
Замечательный сундук.
Но висит на нём замок,
Чтоб открыть его ты смог.
Нужно знать простое слово:
Только скажешь и готово.

Какое, это слово? (Пожалуйста)

В сундуке карточка с заданием. Хочет ворона знать, справитесь ли вы с ним.

ОРУ

1. «Стойкий солдатик»

Ребёнок стоит спиной к родителю, сгибает руки в локтях и напрягает их. Родитель слегка присев, держа ребёнка под локти, приподнимает его. Ребёнок подтягивает согнутые ноги к животу.

2. «Поднялись на горку»

Родитель держит ребёнка, который стоит к нему лицом, за руки. Ребёнок поднимается вверх по его ногам как можно выше.

3. «Лодочка»

Родитель сидит, на большом стуле вытянув обе ноги вперёд. Ребёнок садится на его бёдра лицом к нему держит его за руки. Родитель медленно опускает ребёнка спиной на свои ноги, а затем поднимает в и. п.

4. «Рыбка»

Родитель сидит, на большом стуле ребёнок ложится животом ему на ноги (поперёк) опускает вниз голову и руки. Родитель слегка поглаживает ребёнка по спине, помогая расслабиться. Затем ребёнок поднимает голову, ноги, вытягивает обе руки вперёд, возвращается в и. п.

5. «Зайчики»

Родитель и ребёнок прыгают, взявшись за руки.

Ф: А теперь устроим соревнования.

ОВД

1. Совместная ходьба.

Ребенок ставит свои стопы на стопы взрослого. Родитель принимает туловище ребёнка к себе, и они вместе идут.

2. Прокатывание мяча между предметами.

Родитель и ребёнок каждый катят мяч по своей дорожке.

3. Тачка.

Ребенок встаёт на четвереньки родитель берёт его за ноги и оба двигаются вперёд.

П/И «Птички в гнездышках»

Мамы - это «гнездышки». Они сидят на полу, обняв колени руками. Ребята - это «птички». Под музыку «птички летают» как только музыка заканчивается «птички» летят в свои «гнездышки». Родители раздвигают ноги и обнимают своих «птенчиков».