*Цель.*Привлечение родителей к совместной активной деятельности в детском саду пропагандировать здоровый образ жизни.

*Задачи.*

1. Обогащать детско-родительские взаимоотношения при проведении совместных мероприятий, уделяя при этом особое внимание пропаганде здорового образа жизни, профилактике заболеваний, сохранению и укреплению физического здоровья детей.
2. Заинтересовать родителей активнее участвовать в жизни детского сада.

**Ход занятия:**

**Ведущая :**

Здравствуйте, ребята! Здравствуйте гости!

Сегодня у нас занятия не простое, а вместе с папами и с  мамами Мы пригласили вас на занятия по физической культуре.

Уважаемые родители у Вас сегодня появилась возможность не просто присутствовать и посмотреть занятие,  но и так же вместе с вашими детьми активно принять участие

Я предлагаю вам отправиться в лес на поезде. В гости к ежику(дети и родители берутся друг за друга) Песенка «Загудел паровоз».

**1.** На носках идем и растем, растем, растем.

Ну, а мамы с папами  помогают, руки выше детям поднимают.

(Ребенок идет на носках, подняв руки, взрослый, находясь позади ребенка, берет его за вытянутые руки и слегка подтягивает вверх).

**2.** Вот и пошли на пятках, стройные ребятки.

Мамы с папой снова помогают, локти детям шире раздвигают.

(Ребенок идет на пятках, руки за головой, взрослый, находясь позади, раздвигает локти).

**3.** Крепче за руку держитесь по канату все пройдитесь.

(Ребенок и взрослый держась за руки идут приставным шагом по канату.)

**4.** Кегли змейкой обходите, ни одной не пропустите.

(Ходьба в паре змейкой.)

**5.**Крепче за руку держитесь и к полянке пробегись.

**6.** Маму с папой не отпускай и к полянке ты шагай.

Ребята посмотрите вот и ежика встретили. Ежик, здоровается с детьми. Ребята давайте с вами вместе позанимаемся.

Обще развивающие упражнения:

Упр. №1 «Ежик потягивается»

Исходная позиция: стоя, ноги слегка расставлены, руки вниз.

Руки в стороны, улыбнуться.

Вернуться в исходную позицию.

Повторить 5 раз. Темп медленный. Указания об осанке.

Упр. №2 «Ежик приветствует ребят»

Исходная позиция: стоя ноги слегка расставлены, руки на поясе.

Наклон вперед, поворот головы в одну сторону, другую сторону. Вернуться в исходную позицию.



Повторить 4 раза. Темп умеренный.

Указание: «Резких движений не делать». Показ и объяснение педагога.

Индивидуальные поощрения и помощь

Упр. № 3. «Ежик греется на солнышке»

Исходная позиция: лежа на спине, руки вдоль туловища – греется животик.

Поворот на живот – греется спинка.

Повторить 5 раз. Темп умеренный. 

Упр. № 4. «Всем весело»

Исходная позиция: стоя, ноги слегка расставлены, руки на поясе.

8 – 10 подпрыгиваний на месте и ходьба, размахивая руками.

Повторить 3 раза.

Указание «Прыгаем легко».



Мы к лесной полянке вышли,

Поднимаем ноги выше,

Через кустики и кочки,

(Дети перешагивают через ведерки и идут по кочкам).

Через норочку и в норки



(Дети проползают под дугу или мягкие модули)

Очень долго мы шагали,

Наши ножки не устали,

Мы еще и поиграем.

Подвижная игра: «Лиса и еж». Дети свободно ходят по залу в разных направлениях. По сигналу лиса дети приседают и обхватывают коленки, руками голову наклоняют к коленкам. Повторить игру 2 раза.

Посмотрите, сколько у ёжика друзей. Давайте мы с ними поиграем. Берите каждый себе друга (массажные мячики).

Массаж кистей рук с внутренней и тыльной стороны. Фуфти-фуфти-фуфти-фу,

 На себе грибок несу,

Самый сильный я в лесу,

А боюсь одну лису.

Дети выполняют движения в соответствии с текстом.

Ёжик выбился из сил,

Яблоки, грибы носил,

Мы потрем ему бока,

Надо их размять слегка,

А потом почешем брюшко,

Пощекочем возле ушка.

А потом погладим ножки,

Чтобы отдохнул немножко.

Ёж по тропке убежал,

Нам «Спасибо» пропищал.

Ребята давайте пойдем за ежатами и соберем их в корзинку. Смотрите, Ежик к нам вернулся, и что - то нам принес в корзинке. Ежик, благодарит детей и родителей за интересное занятие и дарит фрукты.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Центр развития ребёнка – детский сад №28

г. Яровое Алтайский край

**Непосредственно-образовательная деятельность по физическому развитию в первой младшей группе**

**«Физкультура вместе с папой и мамой»**



Воспитатель: Гостева Е. Б.

2016 г.