

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 33 «Радуга»

Конспект физкультурного занятия
для детей младшего дошкольного возраста
совместно с родителями по теме «Физкультура с папой»

с использованием образовательных технологий:

- игровые технологии (закрепление знаний);
- здоровьесберегающие технологии.

Воспитатель: Татьяна Александровна Политова

Цель: организация работы с родителями по физическому развитию детей в рамках здоровьесберегающих технологий.

Задачи:

- мотивировать у взрослых и детей потребность в двигательной активности;
- учить детей ходьбе и бегу друг за другом, враспынную, ползанию на четвереньках, прыжкам на месте и с продвижением вперёд, основам владения мячом;
- развивать быстроту реакции, ловкость, сноровку,
- прививать интерес родителей к совместным мероприятиям с детьми;
- способствовать эмоциональному сближению родителей и детей.

Предварительная работа: изготовление пригласительных открыток (апликация из готовых форм).

Оборудование: шарфики для игры «Жмурки» на каждого родителя, канат, кегли, большие мячи, самолетики.

Ход занятия



1. Вводная часть.

Дети и родители стоят по двум сторонам зала, напротив друг друга.

Воспитатель: Здравствуйте, ребята и папы! Мы рады приветствовать вас на празднике спорта. Вы любите заниматься физкультурой? Зачем? (Ответы детей и родителей). С физкультурой дружить – здоровыми быть!

Сегодня наши папы будут заниматься вместе с нами, будут у нас учиться. А сначала мы поиграем в «Необычные жмурки»: родителям завяжем глаза, а детки медленно будут проходить мимо вас. Попробуйте на ощупь узнать своего ребёнка. (Каждый ро-

дитель, узнав своего ребёнка, обнимает его).

Воспитатель: А сейчас – небольшая разминка.

(Проводится самомассаж – растирание и поглаживание лица, ушных раковин, шеи).

Воспитатель: Ну, а теперь мы все построимся в колонну и идём по периметру зала шагом (родители идут позади своего ребёнка).

- Вы занимаетесь, чтобы скорее вырасти и стать вот такими высокими! А взрослые помогают вам расти.

(Ребёнок идёт на носках, подняв руки, взрослый, находясь позади ребёнка, берёт его за вытянутые руки).

- Родители помогают вам стать вот такими стройными! (Ребёнок идёт на пятках, руки за головой; взрослый разводит его локти в стороны).

- По канату ходить вместе с родителями можно вот так.

(Ребёнок и взрослый, держась за руки, идут приставным шагом по канату, опираясь носками об пол).

- Разноцветные кегли можно обходить вот так.

(Ходьба в паре «змейкой»).



Воспитатель: А сейчас мы с вами поедem на поезде.

(Взрослый сажает ребёнка на руки и берёт свои руками согнутые в локтях руки ребёнка; продвигаются вперёд на ягодицах).

Воспитатель: Теперь наши малыши превращаются в котят, им надо пробежать под мостиками.

(Взрослый, наклоняясь вперёд, касается руками пола; ребёнок проползает под ним на четвереньках).

- Вместе интереснее прыгать (прыжки с продвижением вперёд в паре) и бегать (бег в паре).



Воспитатель: Можно ненадолго убежать от родителей (дети бегают в рассыпную по залу) и затем возвратиться к ним (родители обнимают детей, прижимают к себе, кружат).

2. Основная часть.



Общеразвивающие упражнения под музыкальное сопровождение:

1. Ручки и пальчики здороваются.

И. п.: стоя лицом друг к другу, взявшись за руки, ноги на ширине плеч. Ребёнок и взрослый поднимают руки через стороны вверх, встают на носки.

2. Вот какие сильные!

И. п.: стоя лицом друг к другу, выставив одну ногу вперёд, руки согнуты в локтях перед грудью, ладони соединены. Поочерёдное выпрямление рук в локтях.

3. Вот какие ловкие!

И. п.: стоя на коленях, ребёнок спиной к родителю, его ноги расположены между ног родителя, руки на поясе; взрослый поддерживает их. Одновременные

повороты

вправо.

4. Вот какие

И. п.: сидя на спиной к

5. Вот как

И. п.: стоя вместе.

(ребёнок

6. Вот как

И. п.: стоя вместе.

– 3

7.

ний. Сейчас

сторону зала и вернуться обратно, прижавшись друг к другу.

(Ребёнок, стоя лицом к взрослому, ставит свои стопы на его ноги, идут вместе).



гибкие!

полу, ноги в стороны, руки на поясе, ребёнок взрослому. Наклоны к правой – левой ноге. мы играем!

лицом друг к другу, взявшись за руки, ноги Приседание поочерёдное приседание приседает – взрослый стоит, и наоборот).

мы веселимся!

лицом друг к другу, взявшись за руки, ноги Прыжки на месте в чередовании с ходьбой (2 повторения).

Дыхательные упражнения «Каша кипит».

Воспитатель: Настало время игровых заданий, должны пройти на противоположную

сторону зала и вернуться обратно, прижавшись друг к другу.

Воспитатель: Играть с мячом нравится и детям, и взрослым. Ребята, возьмите каждый по мячу. Какой мяч? (Круглый, гладкий, яркий, красивый). Как можно с ним играть? (Катать, бросать, подбрасывать, отбивать). Вы будете прокатывать мяч своим родителям (сидя напротив друг друга на расстоянии 2 метров).

Воспитатель: А сейчас мы поиграем в «Самолетики». Родители будут ждать вас на «аэродромах». По сигналу: «Взлет!» - вы бегайте по залу. По сигналу: «Посадка!» - вы должны быстро прибежать к своим родителям на «аэродромы».

3. Заключительная часть.

Воспитатель: Сегодня, ребята, вы занимались физкультурой вместе с папами. Вам понравилось? (Ответы детей). А в следующий раз мы пригласим наших пап на занятие на прогулке.

- Дети, сядьте на колени к родителям, обнимите их и скажите на ушко добрые, ласковые слова. (Игровое упражнение «Добрые слова»).

- Я думаю, что все участники нашего занятия заслужили почетные грамоты, вкусные и полезные подарки (фрукты или соки).

Желаю всем здоровья и отличного настроения!

