**Конспект физкультурного занятия**

**для детей младшего дошкольного возраста с привлечением родителей**

**«На поиски Колобка»**

**Цель:**

установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательно-игровой деятельности.

**Задачи:**

- Упражнять в ходьбе и беге, выполнения упражнений с мячами;

-Развивать чувство равновесия, координацию движений, при ходьбе на повышенной опоре. Повторить упражнения в ползании, в прыжках на двух ногах.

- Воспитывать у детей интерес к занятиям физкультуры и осознанное отношение к своему здоровью.

-Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости, удовольствия от совместной двигательно-игровой деятельности.

**Ход занятия:**

Ребята заходят в зал.

**Воспитатель:**

**Здравствуй, солнышко – дружок,** (руки вверх, *«фонарики»*)

**Здравствуй, носик – пятачок** *(указательным пальцем показываем носик)*

**Здравствуйте, губки** *(показываем губки)*

**Здравствуйте, зубки** *(показываем зубки)*

**Губками *«почмокали»*** (*«чмокаем»*)

**Зубками *«пощёлкали»*** (*«щёлкаем»*)

**Ручки вверх подняли** *(поднимаем ручки вверх)*

**И ими помахали** *(машем ладошками)*

**А теперь все вместе –**

**«Здравствуйте!»** **- сказали***(хором здороваемся)*

**Вбегает бабушка со словами:** «Ой, ребятки, помогите, помогите! Потерялся колобок. Положила на окошко, а он прыг, прыг и на утёк!

**Воспитатель:** Ой, ребятки, ну что будем делать? Поможем бабушке? Найдем колобка? Надо отправляться в сказку. И помогут нам в этом наши мамочки! (приглашаем мамочек подойти к своим деткам)

**С мамой за руки возьмись,**

**Друг за другом становись.**

*Все выстраиваются друг за другом*

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Выглянуло солнышко и зовет гулять. Как приятно с солнышком вместе нам шагать! | Ходьба обычная в  колонне по одному 0,5 круга |
| 1. Выглянуло солнышко, светит высоко, по тропинке с солнышком шагаем мы легко! | Ходьба на носках, руки  в стороны 0,5 круга |
| 1. Мы шагаем, мы шагаем, выше ноги поднимаем! Раз, два, три, четыре, пять  - Колобка идем искать. Выше ноги поднимаем, дружно весело шагаем! | Ходьба с высоким  подниманием колен 0,5 круга |
| 1. Вдруг мы тучку увидали. От нее мы побежали. Мы бежали, мы бежали, мы от тучки убегали. | Бег в колонне по  одному за взрослым 1 круг |
| 1. Быстро так мы убегали, что немножечко устали. Вместе будем отдыхать, потихонечку шагать. Воздух носиком вдыхать. Ровно, глубоко вдыхаем, точно так же выдыхаем. | Ходьба в колонне по одному 1 круг  Дыхательное упражнение |
| **Дети медленно шагают по кругу, вместе с родителями, мамочки берут мячи, останавливаются каждый около своего ребенка, встают друг напротив друга** | |

ОРУ с мячом

|  |  |
| --- | --- |
| 1. ***«Жили-были дед и баба на полянке у реки».*** 2. Наклоны головы, вправо и влево. | 1. «Наклоны головы»  И.п. – стоя, ноги вместе. руки с мячом за спиной  1 - наклон головы вправо, 2-прямо, 3 –влево, 4 - прямо. 4-5 раз |
| 1. ***«И любили очень – очень на сметане колобки».*** 2. Показываем свои колобочки. Руки вперед, прямые, мяч держим. | 2. «Покажи колобок»»  И.п. – стоя, ноги на ширине плеч, в руках малый мяч у  груди; 1- руки вперед с мячом;  2 – вернуться в И.п. 5 раз |
| 1. ***«Хоть у бабки нету силы, но бабка тесто замесила!»*** 2. Наклоняемся, спину держим прямую, ноги не сгибаем. | 3. «Наклон к ноге»  И.п. – стоя, ноги на «ширине плеч  руки внизу с мячом; 1- 3 наклониться, мячиком коснуться пола  4- вернуться в И.П. 4 раз |
| 1. ***«Вышел ровный, вышел гладкий, не соленый и не сладкий».*** 2. Спину держим прямо, вот какой получился «колобок». | 4. «Приседания с мячом»  И.п. – стоя, ноги вместе, внизу в  руках мяч; 1- присесть, руки  вперед с мячом; 2- вернуться в И.п. 4 -5 раз |
| 1. ***«Очень круглый, очень вкусный. Даже есть его нам грустно».*** 2. Прыгаем вокруг мяча на двух ногах, на носочках. | 5. «Прыжки с малым мячом»  И.п. – стоя, малый мяч лежит на полу перед собой.  Прыжки на двух ногах вокруг мяча. 2 раза |
| **«Непоседе Колобку**  **Стыть бы на окошке.** | **Но решил он: «Убегу!**  **Разомнусь немножко!»** |

**Воспитатель:** Куда же он подевался?

**Покатился колобок**

**Мимо ёлок и берез** (проводится бег «змейкой» между ёлочками)

**По ребристой дорожке**

**Где комары и мошки** Игровое упражнение «Тропинка (ребята проходят по массажной дорожке) Родители страхуют детей.

Ребята встречают зайчика на дорожке

**Воспитатель:** Здравствуй, зайчик! Ты колобка не встречал?

**Зайчик:** Встречал! Но я не скажу, и не покажу куда он покатился, пока вы со мной не поиграете.

**Воспитатель**: Ребятки, ну что, надо поиграть с зайкой.

**Девочек и мальчиков превращу всех в зайчиков.**

**Ну-ка, зайки все присели,**

**Друг на друга посмотрели.**

**Лапками похлопали:**

**Хлоп да хлоп, хлоп да хлоп,**

**Раз подскок, два подскок-**

**Поскакали все в лесок.** *Игровое упражнение «Зайчата» (прыжки из обруча в обруч)*

**Зайчик:**Ой, какие вы молодцы, ребята! Ваш колобок покатился прям в лесок, вон по той дорожке…

**Воспитатель: Раз, два, три, четыре, пять**

**продолжаем мы искать** (шагают по кругу)

**А на встречу, ой-ой-ой,**

**К нам медведь бредёт тропой**

**Воспитатель:** Ой, Мишка, здравствуй! А не видал ли ты Колобка?

**Медведь:** Видал, видал. Только не скажу, куда он покатился, пока вы не поможете мне перебраться через мостик (ревёт)

**Воспитатель:**

**Мишка, Мишенька, медведь,**

**Ну, не надо так реветь,**

**Ты уж лучше не реви,  
 Вместе с нами проползи**

(выполняют ползание на четвереньках по скамейке, родители подстраховывают детей)

**Воспитатель:** Ну что, Мишка, помогли мы тебе, пора нам и рассказать, куда колобок покатился.

**Медведь:** Спасибо ребята!Ну, хорошо, скажу! Он прямо к лисичке побежал вон туда!

(ребята благодарят медведя и шагают дальше) появляется лиса

**Лиса:** Ой, ребятки, здравствуйте!Вы кого ты ищите? **(ответы детей)**

А вот и не отдам, пока вы со мной не поиграете.

**Воспитатель:** Ну что, обязательно поиграем. Мы любим играть.

**Подвижная игра «Рыжая лисичка»**

Дети стоят в домике за ленточкой, лиса сидит в норе напротив. Дети, говоря слова, идут к лисе:

**«Вот сидит лисичка – рыжая сестричка.**

**Притворилась, будто спит,**

**А сама на нас глядит.**

**Ты, лисичка не гляди,**

**А, попробуй, догони!** Дети убегают в домик, а лиса их ловит. Игра повторяется 2 раза.

**Лиса:** Ой, совсем уморили. Хорошо, хорошо. Сейчас принесу я вам то, что вы искали. (лиса уходит)

**Воспитатель:**

Ох, устали мы искать,

Что ж пора нам отдыхать,

На коврике полежать. (ребята ложатся на коврик)

***Родители проводят детям массаж***

Массаж «ДУБ»

**Дятел на дубу сидит и стучит, стучит, стучит**, (положить ладонь на спинку и постукивать указательным пальцем)

**Ищет под корой жучков и съедобных червячков**. (слегка пощипать)

**Ну а если грянет гром, и польётся дождь потом**, (на слово «гром» хлопнуть по спинке, а затем побарабанить пальцами)

**Дятел спрячется в дупло, в нём и сухо и тепло.** (сунуть руки за шиворот или подмышку).

**Воспитатель:** Ребята, ну а сейчас мы немного отдохнём

Упражнение на релаксацию *«Спинка отдыхает»* (звучит спокойная музыка)

**Мы на коврике лежим,**

**Прямо в потолок глядим**

**Лежат ровно пяточки,**

**Плечики, лопаточки.**

**Спинка ровная, прямая**

**И нисколько не кривая**

**Реснички опускаются**

**Глазки закрываются…**

**Мы спокойно отдыхаем**

**Сном волшебным засыпаем**

**Дышится легко, ровно, глубоко**

**Наши ручки отдыхают**

**Ножки тоже отдыхают**

**Отдыхают, засыпают.**

**Было славно отдыхать,**

**А теперь пора вставать!**

**Потянитесь! Улыбнитесь!**

**И совсем уже проснитесь!**

**Воспитатель:** Ой, ребята, бабушка, ну что это такое. Убежала лисичка. Снова нам не видать колобка. Ну, ка давайте позовём лисичку. Наберём больше воздуха, вдохнём глубоко и при выдохе крикнем «Ау-у-у, лисичка» (повторяется несколько раз) - ***(дыхательная гимнастика)***

Лиса отзывается за кулисами: «Я бегу, бегу, бегу!»

**Входит Лиса, выносит колобка**

**Лиса:** Ну как вам его не отдать. Вы такие были решительные, смелые, выносливые. (Отдаёт колобка).

**Воспитатель:** Ну что, бабушка, нашли мы твоего колобка. Ребята, где мы сегодня путешествовали? Кого мы встретили? (зайку, медведя, лисичку) Мне тоже понравилось путешествовать с вами, было очень интересно и весело. Вы сегодня были быстрыми, ловкими, дружными.

**Бабушка:**

Поискали? Поиграли? «Нагуляли» аппетит?

Вот теперь и подкрепиться вам совсем не повредит.

Принимайте угощенье! Всем на удивленье! **- бабушка угощает всех настоящими колобками** (испеченными пончиками)

Детки приглашаются вместе с родителями к столу с чаем

**Список использованных источников:**

<http://naymenok.ru/stihi-dlya-detskogo-massazha/> - Стихи для детского массажа

<https://infourok.ru/sportivnyj-dosug-dlya-srednej> -Подвижная игра «Рыжая лисичка»