МБДОУ «Детский сад №13 комбинированного вида»

Совместное физкультурное занятие для детей и родителей

«В гости к смешарикам»

**Подготовила: воспитатель**

**Шошина Ирина**

**Задачи:**

- знакомить детей и родителей в игровой форме с фитболом как оборудованием для физического развития;

- упражняться в прокатывании мяча до 1 килограмма, прыжках на двух ногах с продвижением вперед высотой 5-10 сантиметров;

- развивать координацию движения, равновесие;

- увлекать детей и родителей совместной игрой, создавая атмосферу доброжелательности;

- делиться опытом использования фитбола дома.

**Оборудование:** герои смешарики( Нюша, Копатыч, Крош, Еж) домики, 6 фитболов, кочки, набивные мячи, телевизор.

**Вводная часть**

**Психогимнастика**

Воспитатель: Здравствуйте мои дорогие

Маленькие и большие

Вместе за руки возьмитесь

И друг другу улыбнитесь

(Дети и родители здороваются с гостями)

Воспитатель: Скажите, вы любите мультфильмы?

Дети: Да!

Воспитатель: А с кем вы их смотрите?

Дети: С родителями.

Воспитатель: Какие мультфильмы ваши самые любимые?

(Дети называют свои любимые мультфильмы)

Воспитатель: Сейчас вы посмотрите фрагмент и попробуйте угадать из какого он мультфильма.

(Смотрят отрывок из мыльтфильма)

Воспитатель:Сегодня мы вместе с родителями отправимся в гости к смешарикам:

Что ж, друзья идем вперед,

Много нас открытий ждет.

**Вводная часть**

1. Мы шагаем друг за другом

Лесом и зеленым лугом. (обычным шагом)

1. До чего трава высока

То крапива то осока,

Ноги выше поднимай

На траву не наступай. (высоко поднимаем колени)

1. Смотри болото впереди

По кочкам надо нам пройти. (на носках)

1. Бежит тропинка через лес

И вьется словно змейка

Попробуй ка бежать быстрей

И не упасть сумей-ка. (бег)

**Основная часть**

1. **Нюша**

Воспитатель: Вот мы видим дом красивый,

А вокруг цветы растут

И хозяйка просто чудо!

Королева красоты!

Воспитатель:**.** Вы узнали чей это домик?

Здравствуй Нюша.

Дети: Да. Это домик Нюши.

Нюша: Есть у меня такой дружок

У него упругий бок

Весел очень и упруг

Долететь может до туч

Мячик звонкий и упругий

Не завидуйте подруги.

Можно вместе поиграть

Можно мячик побросать.

Вы к мячу скорей вставайте

Упражнение начинайте.

**ОРУ с фитболами.**

«Часики»

Мы на мячиках сидели

Во все стороны глядели

Тик-так, тик-так,

Ходят часики вот так.

И.п.: дети сидят на мячах, ноги вместе, руки на поясе. Родители стоят сзади.

1- повернуть голову влево;

2- прямо; 3-4 – тоже в другую сторону. Повторить 6-8 раз.

«Птичка»

Птичка по небу летала

И детишек увидала.

И.п.: дети сидят на мячах, ноги вместе, руки на поясе. Родители стоят сзади.

1- поднять прямые руки через стороны вверх; 2- и.п. родители помогают детям, держа их за руки. Повторить 6-8 раз.

«Зонтик»

Зонтик в руки мы берем

С ним не страшно под дождем.

И.п.: дети сидят на мячах, ноги вместе, руки на поясе. Родители стоят сзади, руки держат на поясе у детей.

1- правую руку поднять вверх, наклониться влево; 2- и.п.; 3-4 тоже в другую сторону. Повторить 6-8 раз.

«Пружинка»

Как пружинки целый день

Прыгать нам совсем не лень.

И.п.: дети сидят на мячах, ноги вместе, руки на поясе. Родители стоят сзади.

Повторить 8-10 раз.

«Самолеты»

Самолеты загудели,

Самолеты полетели.

И.п.- лежа на животе на мячах, ноги прямые на полу, руки обхватывают мяч. Родители придерживают детей за пояс.

1-2- руки «крылья» развели в стороны; 3-4-и.п.

Повторить 4-6 раз.

«Мостик»

Мы построим крепкий мостик,

Чтоб ходить друг к другу в гости!

И. п.- лежа на животе на мячах, руки перед мячом на полу, ноги прямые, упираются в пол. Родители придерживают детей за колени.

1-4- шагать на руках вперед, перекатываясь на мяче, ноги оторвать от пола; 5-8 шагать в и.п.

Повторить 3-4 раза.

Воспитатель: Скажем Нюше спасибо за то, что научила нас выполнять веселую гимнастику на фитболе.

**ОВД**

Воспитатель: Здравствуй Копатыч!

Где ты был?

Копатыч: мед в лесу я сторожил.

Пчелки весело кружили

Мишке меду предложили

Возвратился я домой

С бочкой меда, чуть живой!

Помогите мне друзья

Закатить его сюда-в берлогу. (2-3 раза)

Прокатывают мячи между кочками.

Копатыч: Спасибо вам большое, вы очень мне помогли.

Один бы я не справился.

Воспитатель: Этот домик разноцветный,

Как хозяин длинноух!

Он из далека заметный

И доносится «бух-бух»!

Кто здесь живет? Догадались?

Здравствуй Крош! Ну как живёшь?

Крош: В лесу недолго до беды

Но я заяц не простак

Умею запутывать следы

Вот-так! Вот-так! Вот-так!

Туда-сюда петляю след

Вперед, назад и в бок.

Где заяц был, там зайца нет!

Прыг-скок! Прыг-скок! (прыгают)

Вот молодцы! Как ловко у вас получается. А мне потренироваться надо.

Воспитатель: Не будем тебя отвлекать Крош, до свидание!.

Воспитатель: Вот мы видим чей-то домик,

Он стоит на берегу.

И частенько ходит кролик

В гости к другу своему.

Догадались, кто живет в этом домике?

Познакомитесь это ежик

Он знаток лесных дорожек.

Весь в иголках осторожно,

Уколоться больно можно.

**Игра «Ежик»**

Я вас долго ждал друзья

Поиграть пришла пора.

Ежик-еж

На колючку ты похож

У тебя иголки очень-очень колки

Будем мы убегать

Ты попробуй нас поймать

Воспитатель: Ну, что ж наше путешествие подошло к концу.

У зверей мы побывали

Круглых, словно шарики

Детям очень благодарны

Малыши смешарики.

**Рефлексия**

Воспитатель: Ребята вам понравилось наше путешествие?

А вам, уважаемые взрослые?

С кем из героев вам было интересней всего?

(дети отвечают)

Воспитатель: Наши новые друзья приглашают нас в хоровод дружбы.

Встали все в огромный круг

Слева друг и справа друг

Круг большой как наше солнце

Светят лучики в оконце

Солнце дарит нам тепло (обнимание)

дарит радость и добро (хлопки)