**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №8 «Белоснежка»**

**Конспект физкультурного занятия с участием родителей**

**«Путешествие в страну Спортландию»**

**для детей старшего дошкольного возраста**

***в рамках реализация психолого-педагогической технологии***

***«Навстречу друг другу» М.Н. Поповой***



**Воспитатель: Банщикова Ю.С.**

**Мегион, 2021**

**Задачи:**

1.Помочь родителям и детям ощутить радость, удовольствие от встречи друг с другом, от совместной двигательной деятельности.

2. Способствовать расширению у родителей диапазона вербального и невербального общения с ребенком, умению быстро устанавливать эмоционально-тактильный контакт с ним, а также искренне и открыто выражать свои чувства.

3.Способствовать развитию у родителей и детей умения настраиваться друг на друга, чувствовать партнера для успешности в совместной двигательной деятельности.

4. Расширять у детей двигательный опыт, развивая функциональные системы, координацию движений, ориентировку в пространстве, силу, ловкость, смелость, выносливость.

5.Способствовать эмоциональному сближению родителя с ребенком.

6. Приобщать детей и родителей к здоровому образу жизни.

**Предварительная работа:** изготовление пригласительных билетов для родителей.

**Оборудование:** обруч, тоннель, коврики по количеству детей, скамейки, гимнастические маты, игрушки зайки и мишки, 2 маски кошки.

**Музыкальное сопровождение:** фонограмма «Непоседы - скакалка», «Непоседы - Барбарики», «Вместе с нами».

**Ход занятия.**

*Дети входят в зал, где уже ожидают их родители*

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите к нам в гости сегодня пришли родители, чтобы поиграть с нами. Давайте подбежим к ним. (*Взрослый ловит подбежавшего ребенка и прижимает к себе)*.

*Приветственное слово воспитателя.*

Добрый день! Здравствуйте! Мы рады, что отложив все свои дела, вы пришли сегодня поиграть вместе с нами. Это не только весело и приятно, но и полезно, играть со своими детьми! Наше развлечение физкультурное. Значит, мы активно проведем время!

**Воспитатель:** Мы будем состязаться в быстроте и ловкости, силе и сноровке. Значит, нам не обойтись без легкой тренировки!

*Игра средней подвижности «Запретное движение».*

**Основное правило:** повторять все движения под музыку за инструктором, кроме запретного (о нем договариваются в начале игры). Молодцы!

**Вводная часть**

**Воспитатель:** Мысегодня отправляемся в страну «Спортландию». Это такая страна, где все взрослые и дети любят спорт. В этой стране все смелые, ловкие, сильные. Ребята, а вы хотите стать такими (ответ детей).

**Воспитатель:**

Чтоб расти и закаляться

Будем спортом заниматься.

Все собрались? Все здоровы?

Бегать, прыгать вы готовы?

Ну, тогда подтянись

Не зевай и не ленись,

На разминку становись!

**Воспитатель:** Приглашаю вас отправиться в путешествие. Для этого возьмите своего ребенка за руку (*родители встают в детско – родительские пары*). Нам предстоит нелегкий путь.

**1. «Высокие и низкие деревья».** Родитель встает чуть позади ребенка, берет его за руки и тянет вверх за кисти, помогая приподняться ребенку на носки, затем ребенок приседает.

**2. «Гибкие веточки».** Родитель стоит, ноги на ширине плеч. Ребенок лежит на животе между ног, вытянув руки вперед. Взрослый наклоняется вперед, берет ребенка за кисти рук и приподнимает, ребенок прогибается.

**3. «Силачи».** Стоя напротив друг друга, ладони ребенка и мамы (папы) соединены. Сгибание и разгибание рук в парах.

**4. «Домик».** Взрослый и ребенок лежат на спине, головой друг к другу и держатся за руки. Затем поднимают ноги вверх и пытаются соединить ступни.

**5. «Обезьянки».** Взрослый и ребенок стоят лицом друг к другу. Родитель берет ребенка за талию, ребенок подпрыгивает и садится на его бедра. Взрослый поддерживает руками спину ребенка, помогая ему прогнуться назад.

**6. «Веселые зайчата».** Родитель и ребенок берутся за руки и выполняют прыжки на двух ногах по кругу, в правую сторону, затем в левую сторону.

**Воспитатель:**

С трудной задачей

Вы справились ловко.

Есть у вас сила,

Есть и сноровка!

Каждый весел и здоров

К соревнованиям готов!

**Основная часть**

**Воспитатель:** Вот мы и на месте. Спортландия приглашает нас попробовать различные виды спорта. Это и секция спортивной гимнастики, и акробатики, и велоспорта, и скелетона. Я вам предлагаю распределиться по станциям, на каждой станции родители совместно с детьми будут выполнять определённые задания; вам необходимо пройти все станции.

**1 станция «Спортивная гимнастика»:** Ходьба по скамейкам навстречу друг другу, спуститься со скамейки и обняться. Родители подхватывают детей, кружат их.

**2 станция «Акробатика»:** Перекаты на мате боком.

И. п. - лежа на мате. Перекаты до конца мата. Родители сначала помогают ребенку, а потом выполняют тоже.

**3 станция «Скелетон»:** Ползание на животе по скамейке навстречу друг другу.

И. п. – лежа на животе. Подтягиваясь руками, проползти по скамейке.

Родители и дети выполняют задание навстречу, спуститься, обняться и покружиться.

**4 станция «Велоспорт»:** Выполнение упражнения «Велосипед» в парах.

И. п. - лицом друг к другу, стопы соединены. Одновременное сгибание и разгибание ног.

**Воспитатель:**

Чтоб расти и закаляться не по дням, а по часам,

Физкультурой заниматься ежедневно надо нам!

И мы уже сегодня сильнее, чем вчера.

Вот сейчас мы с вами проверим, какие вы стали сильные, ловкие, смелые.

***Эстафеты - соревнования.***

*Все участники делятся на две команды,*

*состоящие из детско–родительских пар*

**1. Эстафета «Тачка».** Ходьба на руках с поддержкой за ноги до ориентира. Обратно вернуться бегом за руки. Передают эстафету следующему.

**2. Эстафета «Дружные ножки».** И. п. - ребенок встает спиной к взрослому, стопами на стопы взрослого. Обратно вернуться бегом за руки. Передают эстафету следующему.

**3. Эстафета «Туннель».** Родители образуют «туннель»: и. п. - упор на коленях. Проползти под туннелем, обратно вернуться бегом. Побеждает та команда, которая быстрее выполнит задание.

**4. Эстафета «Туннель-2».** Теперь дети образуют «туннель»: и. п. – упор согнувшись. Родители проползают под туннелем и бегом возвращаются. Побеждает команда, которая быстрее выполнит задание.

**Заключительная часть.**

**1. Подвижная игра «Кот и мыши»**. «Мы веселые мышата, любим прыгать и скакать. Раз-два-три, лови». Сначала «кот» - родитель, потом - ребенок и взрослый.

**2. Игра «Мышки в норках».** Сейчас, родители будут норками, а дети мышатами. Мамы и папы обнимают своих детей двумя руками. По сигналу дети-мышата выбегают из норок, бегают по залу, в это время родители меняются местами, на сигнал «Сова», дети - мышата бегут к своей норке и родители их обнимают.

**3. Игра малой подвижности «Тепло-холодно»**.

**Воспитатель:** Ребята, подойдите ко мне, я вам кое-что скажу по секрету. Родители для вас приготовили сюрприз (*мыльные пузыри*) и спрятали его в зале. Если я скажу «тепло», значит, в том месте и надо искать сюрприз.

**Воспитатель:** Молодцы! Как вы ловко справились с этим заданием.

**Воспитатель:**

Пусть вам семейные встречи запомнятся,

Пусть все невзгоды пройдут стороной,

Пусть все желания ваши исполнятся,

А физкультура станет родной!

А сейчас давайте дружно встанем в круг и, передавая друг другу «волшебный» мяч, поделимся своими впечатлениями от совместно проведенного времени.

**Воспитатель:** Благодарим за внимание. Надеемся на скорую встречу!