**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**Центр развития ребенка- Детский сад № 104 «Бэлэкэч»**

**Физкультурный досуг «Играем вместе с мамой»**

**для детей второй младшей группы**

Подготовила воспитатель:

Гайсина И.Р

**Задачи:**

• помощь родителям в установлении эмоционально-тактильного контакта с детьми в процессе совместной двигательной деятельности и осознании полезности «гимнастики вдвоем»;

• совершенствование у детей умения бросать мяч, перешагивать, прыгать, пролезать в обруч;

• формирование умения выполнять физические упражнения в детско-родительской паре.

**Оборудование:** дорожки (короткие, длинные, широкие, узкие); мячи (диаметром 12 см, обручи; платок.

**Ход досуга:**

Воспитатель: Уважаемые родители, дети, сегодня мы собрались, чтобы провести наш веселый досуг. Мы будем заниматься веселой физкультурой. Но сначала небольшая разминка.

**Разминка «Ладошечка»**

С **целью** снятия напряжения дети и мамы выполняют массаж ладоней.

Дай ладошечку, моя крошечка.

Я поглажу тебя по ладошечке.

На ладошечку, моя крошечка.

Ты погладь меня по ладошечке.

**Упражнение «Разминка» (Е. Железновой)**

**Цель:** развить у детей музыкальный слух, укрепить мышцы ног, рук.

Головой мы покиваем.

Носиками помотаем.

И зубами постучим.

И немножко помолчим

Плечиками мы покрутим.

И про ручки не забудем.

Пальчиками потрясем.

И немножко отдохнем.

Мы ногами поболтаем.

И чуть-чуть поприседаем.

Ножку ножкой подобьем.

И сначала все начнем.

**Общие развивающие упражнения в детско-родительской паре с обручем**

**1. Деревце**

Малыш встает, расставив ножки, обруч держит за спиной, обхватив его руками с одной и с другой стороны. Делает повороты вправо и влево, стараясь при этом держать спину прямо.

**2. Мячик прыгает**

**Цель:** улучшить деятельность органов дыхания и кровообращения, укрепить мышцы ног и спины, развить внимание, координацию движений.

Обруч лежит на полу, ребенок ставит руки на пояс и начинает прыгать внутрь обруча, а затем из него на двух ногах: вперед-назад.

**3. Догонялки**

Самое веселое упражнение! Мама ловит обручем ребенка (надевает его на малыша сверху, а ребенок старается убежать от нее.

**4. Упражнение «Совместная ходьба»**

Ребенок стоит спиной к маме и ставит свои стопы на ее стопы. Мама прижимает к себе ребенка и они идут вместе по кругу.

*(Дети с родителями идут в колонне парами по залу, затем по дорожкам, обходя предметы, гуляем в разные стороны. Переходят на бег парами друг за другом. Затем опять выполняют ходьбу) .*

Воспитатель: Ребята, по каким дорожкам вы шли?

Дети: Длинным, коротким, широким, узким.

Воспитатель: Ребята, а теперь давайте все вместе поиграем! Возьмите из корзинки мячики. Его можно помять, покатать, какой он?

Дети: Круглый, резиновый, мягкий.

**Игра «Догони мяч»**

Воспитатель: Раз, два, три, беги!

Взрослые бросают мячи на ковер, а их малыши добегают до того мячика, который был у их мам.

Воспитатель:

Ай, люли, ай, люли!

Раскатились все мячи!

А мы мячики найдем

И к мамочке отнесем!

**Игра на воображение «Мячики отдыхают».**

(Дети превращаются в мячики, а мамы легкий тёплый ветерок; мамы садятся на ковер, дети ложатся рядом с ними на спину и закрывают глаза.)

Воспитатель: Мячики отдыхают, а по комнате летает ветерок и дотрагивается до них.

(Мамы гладят своих детей по животику, по головке, по коленкам, по ручкам, по ножкам.)

Воспитатель: Уважаемые родители, дети, сегодня вы занимались вместе гимнастикой. Вам понравилось? Что именно? Сядьте друг напротив друга, обнимитесь и скажите на ушко друг другу добрые ласковые слова.