**Физкультурное занятие родителей и детей 2 младшей группы**

**«В мире мячей, шаров и пузырей!»**

Родители находятся в зале, дети забегают в зал, а родители их встречают мыльными пузырями!!! Потом родители берут детей на руки, обнимают, подкидывают!

Большие мячи расставлены по залу, ходьба между мячами (Родители с детьми), бег (родитель на мяче прыгает на месте, а ребенок вокруг него бегает), чередование, родители лежат на спине головой в середину ноги на мяче, дети проползают.

***ОРУ на больших мячах:***

1. Мама сидит на мяче, ноги вытянуты, ребенок на ней, лицом к маме. Мама держит ребенка за руки и опускает его вниз, затем подтягивает к себе и обнимает.
2. Мама сидит на мяче, ребенок лежит на ее ногах на животе, как «рыбка». «Рыбка» качается на волнах.
3. Мама сидит на полу на коленях, ребенок лежит животом на мяче, мама, придерживая его, качает в разные стороны. Тоже самое можно на спине, или мама стоит, ребенок на животе на мяче, обхватив его руками, мама держит ребенка за ноги и качает вперед-назад.
4. Ребенок сидит на мяче и с помощью мамы балансирует или прыгает на месте.

***Основные упражнения:***

1. Дети берут средние мячи, а родители делают воротики, малыши прокатывают мяч в ворота и сами проползают за мячом. Мама щекотит или поглаживает своего малыша!
2. Дети берут маленькие мячи и встают в одну шеренгу, родители встают за ними. Дети прокатывают мяч на другую сторону зала, бегут за ним и возвращаются к своей маме **(мамы меняются местами).**

***Массаж «Колючий ежик»,*** родители с детьми рассаживаются по всему залу и под музыку выполняют массаж «колючим» мячиком.

Игра с воздушными шарами!!!

Дети выходят из зала с шариком и мыльными пузырями!

