**Цель:** формирование навыков эффективного общения в семье.

**Задачи**:

1)Обучение родителей приемам массажа и дыхательной гимнастики;

2)Создание условий для освоения приемов психогимнастики; знакомство с нетрадиционным спортивным оборудованием;

3)Создание благоприятной атмосферы для проведения развлечения;

4)Развитие основных движений;

5) Развитие эмоционального контакта и тактильных ощущений детей и родителей.

**Оборудование:**

* аудиозаписи «Медведи», «Пляшут зайки», «Воробушки», «Воробушки и автомобиль»;
* обручи;
* сенсорные дорожки;
* аудиозапись «Шум моря»;
* пластиковые бутылочки с конфети + трубочки;
* мячики и парашют;
* оформление зала.

**Ход мероприятия:**

***Психолог:*** Здравствуйте, дорогие дети и родители! Надеюсь, совместное физкультурное занятие принесёт нам немало приятных минут. И начнём мы с традиционного приветствия!

**Приветствие**

«Дай ладошечку, моя крошечка! (Ребёнок подаёт ладошки родителю)

Я поглажу тебя по ладошечке.

Вот ладошечка, моя крошечка! (Родитель подаёт ладошки ребёнку)

Ты погладь меня по ладошечке.

**Игровые упражнения**

***Психолог:*** Приглашаю вас отправиться в путешествие в Страну радости! На чём мы поедем? Раз, два, три – покружись и в машинку превратись! Вот и стали наши малыши машинками. Подготовим их к дороге.

**Упражнение «Мойка машин»**

***Психолог:*** сейчас ребятки будут машинами, а мамы выступят в роли мойщиков машин. Я буду читать стихотворение, и показывать движения, ваша задача их повторять. По окончании стихотворения, когда я скажу слово «приговариваем» Вам нужно сказать как можно больше ласковых слов своему малышу, при этом продолжая поглаживать его.

«Моем,моем,моем,

Протираем,протираем,

Все колёса проверяем.

Полируем, полируем,

Приговариваем…»

**Упражнение «Сенсорные дорожки»**

***Физрук***: Наши машинки готовы к дороге, отправляемся в путь. (Дети и родители идут за педагогом по массажным коврикам, ребристой доске под музыку).

**Станция «Лесная»**

***Психолог:***

Ехали мы, ехали

И в лесок приехали.

А в лесу зверюшки ждут,

Нам задание дадут.

**Упражнение в парах**

«Медведи»- синхронная ходьба малышей и родителей, дети стоят на ступнях родителей (аудиозапись «Медведи»);

«Зайцы»- прыжки вокруг родителей (аудиозапись «Пляшут зайки»).

***Психолог:*** в лесу все зверята занимаются спортом. Давайте вместе с ними выполним упражнения.

***Игра «Все спортом занимаются»***

«Скачет лягушонок

Ква-ква-ква!

Плавает утёнок

Кря-кря-кря!

Все вокруг стараются - спортом занимаются!

Быстрая птичка

Чик-чирик!

Весело кружится

Чик-чирик!

Все вокруг стараются- спортом занимаются!

Маленький бельчонок

Скок-скок-скок!

С веточки на веточку

Прыг- скок-скок!

Все вокруг стараются – спортом занимаются!»

***Физрук:*** Молодцы, какие замечательные спортсмены из вас получились! Нам снова пора в дорогу! Впереди много интересного. *(Родители и дети проходят по сенсорным дорожкам).*

***Физрук****:* Мы с вами пришли на игровую полянку. Раз, два, три покружись и в птичек превратись.

**Подвижная игра «Птички и птенчики»**

***Физрук****:* Ребята, ваши мамы будут птицами, находящимися в своем гнезде, а вы птенчиками. Птенчики должны летать по залу под музыку *(аудиозапись «Воробушки»),* а когда музыка закончится, дети-птенчики бегут к своим мамам. *(Мамы-птицы могут меняться местами).*

***Физрук****:* Сейчас мамам мы предлагаем присесть на стульчики – и немного отдохнуть. А с ребятами мы поиграем в игру, которая называется «Воробушки и автомобиль». Девочки будут воробушками, а мальчики – автомобилями. Девочки летают по залу, а когда услышат звук автомобилей, которыми управляют мальчики должны разбежаться и сесть на стульчики.

***Физрук****:* А сейчас мы покружились и в ребяток превратились.

**Упражнение «Девочки и мальчики**»

***Физрук****:* Наши ребятки снова стали девочками и мальчиками. Я буду читать стихотворение, и выполнять движения, а вы должны повторять за мной.

Девочки и мальчики прыгают, как мячики,

Ножками топают, ручками хлопают,

Головками кивают и тихо приседают.

***Психолог****:* Ребята, послушайте и узнайте, куда мы с вами попали?

Верно, нас ждёт тёплое и ласковое море! *(Дети и родители проходят по сенсорным дорожкам).*

Мы спокойно и неторопливо идём по травке. Встаёт солнышко, его лучи согревают нас. Мы уже идём по песку. И вдруг налетел лёгкий ветерок! Давайте и мы подуем как ветерок, а для этого мы раздадим вам волшебные бутылочки. Вы подуете и узнаете, что из этого получится.

**Дыхательная гимнастика «Ветерок»**

***Психолог:*** Ребята, да у нас получился настоящий салют. А сейчас мы предлагаем вам поиграть в игру, которая так и называется «Салют». *(Педагоги с помощью парашюта подбрасывают мячи, после чего дети собирают их в коробочку. Игра может повторяться 2-3 раза).*

***Психолог:*** Наше путешествие подходит к концу. Пора возвращаться по дорожкам в детский сад!

А вы дорогу помните?

**Упражнение «Сенсорные дорожки**»

**Психолог:** «Дружно хлопнули в ладошки,

Вместе топнули ногой,

То, во что мы здесь играли,

Мы запомнили с тобой!

До свидания сказали,

Отправляемся домой!»