**Конспект организованной образовательной деятельности по физическому развитию во 2 младшей группе совместно с родителями**

**Тема: В гостях у солнышка**

**Цель**: способствовать формированию здорового образа жизни; умению быстро устанавливать эмоционально-тактильный контакт взрослых и детей, а также искренне и открыто выражать свои чувства.

**Программное содержание:**

1. Способствовать эмоциональному сближению родителей с ребенком.

2. Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре

3. Упражнять в имитации различных животных.

4. Воспитывать интерес к занятиям физкультуры, осознанное отношение к своему здоровью.

5. Знакомить детей и родителей с элементами массажа в игровой форме.

**Ход ООД:**

Физкультурное занятие начинается у нас.

На веселую зарядку приглашаем всех сейчас!

И так обнимитесь,

Дружно за руки возьмитесь,

И по кругу становитесь.

(Все выстраиваются парами: ребенок - родитель.)

**Вводная** часть:

- Я приглашаю вас на прогулку в лес.

Мы шагаем друг за другом лесом и весенним лугом,

Носом глубоко дышите, спинки ровненько держите.

Не зевать, не отставать, упражнения все выполнять.

*Ходьба и бег между предметами (кубики), поставленными по двум сторонам зала (между кубиками расстояние 0,5 м). По 5–6 предметов с каждой стороны. По одной стороне ходьба «змейкой» между предметами, по другой – бег. Упражнения повторяются 2–3 раза. Главное в игровом задании – не задевать за предмет вовремя ходьбы и бега и соблюдать оптимальную дистанцию (не «наталкиваться» друг на друга)*

Построение в круг (пришли на полянку). *Ходьба обычным шагом.*

Пришла весна, мы ждали тебя,  
Солнышко ярче свети. Пусть бегут ручьи  
Пусть птички летят, о весне кричат

И весточку шлют, о том, что лесные жители малышей ждут.

О.Р.У.  
1. . "*ждет*Медведь" - (*между ног узкая дорожка, руки вдоль туловища*) услыхал медведь и ну реветь, лапы разминать высоко их поднимать.

И. п. – ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. Махи руками вперед-назад 4 раза подряд вернуться в исходное положение, отдыхаем (4–5 раз).

2. "Сова" - (*между ног узкая дорожка, руки на поясе*). Совушка-сова большая голова, в дупле сидит во все глаза глядит.

И. п. – ноги на ширине ступни, руки на пояс. Присесть, обхватить колени руками, встать, вернуться в исходное положение (4 раза).

3. «Лиса хвостик распушила» (*сядьте, ноги врозь, руки в упоре сзади)*.

И. п. – сидя, ноги врозь, руки в упоре сзади. Наклон вперед, коснуться руками носков ног, выпрямиться, р назад (3–4 раза).

4. (*Лежа на животе, руки согнуты в локтях перед собой*) "Жучки"- выползали, на солнышке лапки согревали.

И. п. – лежа на животе, руки согнуты в локтях перед собой. Попеременное сгибание и разгибание ног (серия движений на счет 1–4, повторить 3–4 раза).

5. "Зайки" – Покажите ушки и прыгайте как зайчики.

Прыгаем как зайчики девочки и мальчики.

*- А теперь восстанавливаем дыхание: руки поднимаем вверх через нос вдыхаем, выдыхаем через нос – руки опускаем вниз.*

О.В.Д.

– Ребятки, давайте позовём солнышко.  
***Солнышко, вёдрышко  
Выгляни в окошко  
Согрей, обогрей  
Телят, ягнят  
Ещё маленьких ребят.***- Не слышит солнышко, пойдём к нему в гости. Живёт оно за лесом, за болотом, за горой.  
1 – ***пойдём по тропочке лесной, как «медвежата».*** Встаньте на четвереньки на краю полянки. А мам я попрошу встать на другом краю полянки. По- моему сигналу-хлопку- вы направляетесь к своим мамам. Располагаются у исходной черты, становятся на четвереньки, с опорой на ладони и стопы.

По сигналу воспитателя «медвежата» передвигаются на четвереньках в прямом направлении до мамы (папы). Поднимаются и хлопают в ладоши над головой. Дистанция составляет не более 3 м (2 раза).   
2 – ***Пойдём по мостику через ручеёк***. Сейчас мы соорудим мостик. (ставят гимн. скамейки). Мамы (папы) будут вас страховать.

Равновесие. В колонне по одному дети выполняют ходьбу по гимнастической скамейке (высота – 25 см) в умеренном темпе, свободно балансируя руками (2–3 раза). Выполнив упражнение, ребенок должен сойти со скамейки, сделав шаг вперед-вниз. Воспитатель напоминает детям, что голову и спину надо держать прямо. Страховка с помощью родителей.  
3 – ***по "болоту" с кочки на кочку*** (прыжки на двух ногах). А теперь, ребята, будем прыгать с кочки на кочку, а мамы на вас посмотрят. Прыгайте по кругу друг за другом. С кочки на кочку прыгали, даже не заметили, как потеряли своих мам (пап).

**Поиграем в игру «Найди свою маму (папу)» *Музыкальное сопровождение***

Пока играет музыка вы бегаете, как музыка закончится ищите свою маму (папу). Мамы расходятся в разные стороны, а дети бегают врассыпную в середине зала.

*Ты побегай, поиграй, только маму не теряй!* (по сигналу дети бегут к маме, обнимают ее)

Воспитатель предлагает поиграть еще раз. Теперь дети прыгают. Родители меняются местами друг с другом.

*Ты попрыгай, пошали, после к мамочке спеши!* (дети ищут своих мам, обнимают их)

Воспитатель: Замечательно справились! Все своих мам нашли! Мы много играли, а теперь пришло время отдохнуть, расслабиться, сделать массаж. Сядьте парами по кругу дети спиной к мамам (папам).

- Взрослые, смотрите на меня и повторяйте движения вместе со мной.

Массаж «**ДУБ» *Музыкальное сопровождение***

Дятел на дубу сидит и стучит, стучит, стучит, (положить ладонь на спинку и постукивать указательным пальцем)

Ищет под корой жучков и съедобных червячков. (слегка пощипать)

Ну а если грянет гром, и польётся дождь потом, (на слово «гром» хлопнуть по спинке, а затем побарабанить пальцами)

Дятел спрячется в дупло, в нём и сухо и тепло. (попытаться сунуть руку за шиворот или подмышку).

Молодцы! Встаньте в круг, друг за другом мы пойдем и солнышко найдем.

Заключительная часть:

Ходьба в колонне по одному. Воспитатель «открывает солнышко»

- А вот и солнышко улыбнулось вам!

Ярче вы лучи сияйте  
И земельку согревайте  
Зеленейте стебельки  
Расцветайте все цветки.

*-*Солнышко высоко, но оно дарит вам свои лучики*.*

*Ребята подойдите ко мне и возьмите лучики солнца, встаньте в круг, покажем, как солнышко встает.*

**Релаксация.**

**Вот как солнышко встает…**  
Вот как солнышко встает (Медленно поднимают руки вверх)  
Выше, выше, выше!  
К ночи солнышко зайдет (Медленно опускают руки)  
Ниже, ниже, ниже.  
Хорошо, хорошо («Фонарики»)  
Солнышко смеется,  
А под солнышком всем (Хлопают в ладоши)  
Весело поется.

Воспитатель:

Мы по лесу погуляли, поиграли, подышали.

И вернулись без сомненья все с хорошим настроеньем!

Надеюсь было вам весело, интересно, занятно. И здоровье укрепили – и деток повеселили. Спасибо, что поучаствовали. А солнышко вам дарит частичку своего тепла. (Воспитатель дарит детям маленькое солнышко).