**Конспект совместного физкультурного занятия**

**для детей младшего дошкольного возраста**

**«В гости к Зимушке – Зиме!»**

***Программное содержание:***

* закреплять умение ходить по скамейке, перешагивать через предметы, подлезать под дугу;
* учить метать в горизонтальную цель;
* совершенствовать умение прыгать из обруча в обруч,
* содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости, удовольствия от совместных игр, эмоциональному сближению родителя с ребенком.

***Оборудование:*** импровизированные сугробы, маленькие скамейки, дуги, елочки, снежинки, снежки, обручи, шишки, корзина.

**Ход занятия**

***Вводная часть***

**Инструктор:** Здравствуйте ребята, здравствуйте взрослые, я знаю, что зимой больше всего вы любите бегать, прыгать и играть, кататься с горки и на санках. А взрослые любят ходить на лыжах и кататься на коньках. Сегодня я опять хочу порадовать вас. И поэтому мы пойдем в гости к Зимушке - Зиме.

Потеплее одеваемся, побыстрее собираемся, пока вьюга на дворе притаилась, затихла. Весело, весело время проведем, покатаемся, нагуляемся, ножки укрепим. Все готовы?

*(Дети и взрослые отвечают)*

**Инструктор:** вперед, вперед нас зимняя дорожка ждет.

1. Перешагивание через сугробы.

2. Ходьба по мостику.

3. Подлезание под дугу.

4. Бег врассыпную между снежинками.

**Инструктор:** Посмотрите, мы пришли с вами на снежную полянку, давайте погреемся, а для этого мы выполним с вами упражнения.

***Основная часть***

***Общеразвивающие упражнения*** под музыкальное сопровождение.

***1. Ручки и пальчики здороваются.***

И. п.: стоя лицом друг к другу, взявшись за руки, ноги на ширине плеч. Ребёнок и взрослый поднимают руки через стороны вверх, встают на носки.

***2. Вот какие сильные!***

И. п.: стоя лицом друг к другу, выставив одну ногу вперёд, руки согнуты в локтях перед грудью, ладони соединены. Поочерёдное выпрямление рук в локтях.

***3. Вот какие ловкие!***

И. п.: стоя на коленях, ребёнок спиной к родителю, его ноги расположены между ног родителя, руки на поясе; взрослый поддерживает их. Одновременные повороты взрослого и ребёнка влево – вправо.

***4. Вот какие гибкие!***

И. п.: сидя на полу, ноги в стороны, руки на поясе, ребёнок спиной к взрослому. Наклоны к правой – левой ноге.

***5. Вот как мы играем!***

И. п.: стоя лицом друг к другу, взявшись за руки, ноги вместе. Приседание поочерёдное приседание (ребёнок приседает – взрослый стоит, и наоборот).

***6. Вот как мы веселимся!***

И. п.: стоя лицом друг к другу, взявшись за руки, ноги вместе. Прыжки на месте в чередовании с ходьбой (2 – 3 повторения).

**О.В.Д.**

**Инструктор:** Погрелись? Давайте попрыгаем из домика в домик.

1. Прыжки из обруча в обруч.

**Инструктор:** Ребята смотрите белка, сколько шишек собрала на зиму, давайте с ними поиграем, будем забрасывать шишки в корзинку.

2. Метание в горизонтальную цель.

**Инструктор:** Ребята посмотрите, к вам пришел поиграть Мороз Красный нос.

***Подвижная игра «Я Мороз Красный нос»***

*Я Мороз Красный нос*

*Бородою весь зарос*

*Я в лесу ищу зверей*

*Выходите поскорей*

*Выходите зайки* (дети прыгают как зайки)

*Заморожу* (дети убегают к мамам, мамы ловят и обнимают детей)

*Выходите мишки* (дети идут как мишки)

*Заморожу* (дети убегают к мамам, мамы ловят и обнимают детей)

*Выходите лисички* (дети идут как лисички)

*Заморожу* (дети убегают к мамам, мамы ловят и обнимают детей)

*Выходите птички* (дети изображают птичек)

*Заморожу* (дети убегают к мамам, мамы ловят детей и обнимают)

***Заключительная часть***

**Инструктор:** А сейчас друзья мы с вами покатаемся на снежных каруселях.

*Игра «Карусели»*

**Инструктор:** Ну как вам понравилась наша зимняя прогулка? Всем большое спасибо!

Инструктор по физической культуре

Астапенко Г.Л.

2015г.