

*Опыт работы на тему:*

*«Совместные  
физкультурные  
занятия  
с родителями»  
1 часть*

# *Совместные физкультурные занятия*

*Цель: формирование у родителей основы физкультурной грамотности (приобретение элементарных навыков организации двигательной деятельности ребёнка, знания о физиологических особенностях детского организма), реакции на физическую нагрузку.*

*•Совместные физкультурные занятия способствуют гармонизации отношений родителей и детей, сближают их, позволяют ощутить радость от совместной двигательной деятельности и установить эмоционально-тактильный контакт.*

# Структура совместных физкультурных занятий



## Вводная часть

- Педагог настраивает взрослых и детей на эмоционально-тактильный контакт, используя ритуал приветствия
- Они готовятся к предстоящей двигательно-игровой деятельности и физической нагрузке



## Основная часть

- У детей и родителей формируются умения выполнять физические упражнения в паре посредством участия в подвижных играх, игровых и музыкально-ритмических упражнениях.

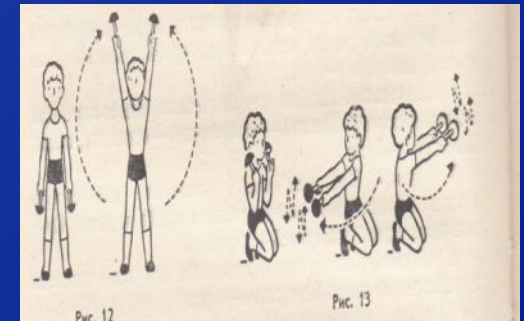
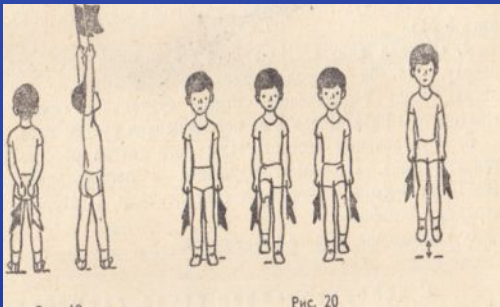


## Заключительная часть

- Нагрузка снижается, выполняются релаксационные упражнения, упражнения на восстановление дыхания.
- Проговаривание наиболее понравившихся моментов и трудностей, с которыми столкнулись участники.
- В конце проводится ритуал прощания

# Домашние задания

- Способствуют повышению двигательной активности детей, помогают подтянуть отстающего
- в развитии движений дошкольника, скоординировать занятия
- по физическому воспитанию
- в домашних условиях.



# Обратная связь



*Каждый родитель имеет возможность*

*в письменном виде высказать своё пожелание, предложение или задать интересующие их вопросы.*

*После каждого занятия оформляется фотовыставка «Вместе с мамой, вместе с папой».*

