

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 двигательной-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.

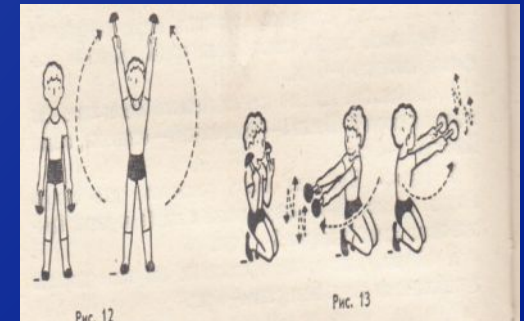
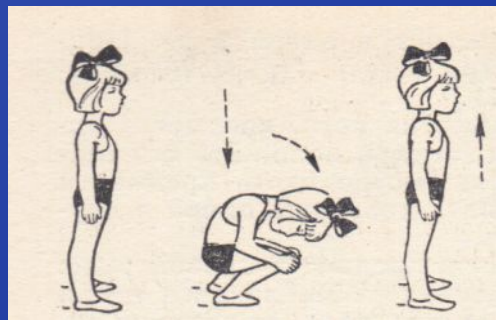
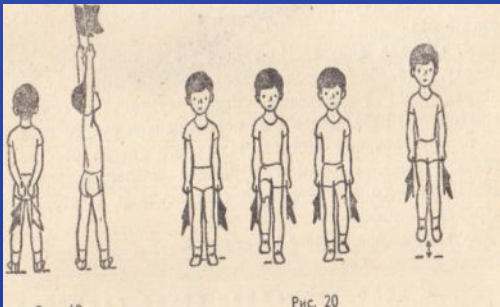


Заключительная часть

- 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».

