

Физкультурный досуг совместно с родителями

«С физкультурой мы дружны, нам болезни не страшны!»

Старший дошкольный возраст.

Подготовила инструктор по физической культуре Девяткина Е.П.

Цель: Формировать у детей положительный эмоциональный настрой; воспитывать такие качества, как товарищество, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам по играм и состязаниям. Привлечь к участию в празднике и жизни детского сада родителей.

Зал украшен разноцветными флажками, шарами. На центральной стене плакаты: «Сильным, ловким вырастай!», «Быстрее, выше, сильнее».

Под спортивный марш команды по очереди входят в зал и выстраиваются друг против друга.

Команда «Мячики» и команда «Солнышко» - дети с участием родителей.

Ведущий: Дорогие ребята! Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы ещё раз убедиться, какими мы выросли крепкими, здоровыми, сильными, ловкими. Сегодня у нас необычные соревнования, так как вместе с нами будут соревноваться ваши мамы и папы.

Ребёнок: Родители – такой народ,
На занятость спешат сослаться!
Всем надо спортом заниматься!
А вот, чтоб ставить всем рекорды,
И о больницах забывать,
Над взрослыми в вопросах спорта
Решили дети шефство взять!

Ведущий: Празднику спортивному рада детвора,
Юным физкультурникам –

Все: Ура! Ура! Ура!

Спортсмены –

Всегда впереди.

Блестят у них медали

И звёзды на груди.

Те звёзды и медали

Они завоевали,

Но все спортсмены наши

Вот так же начинали!

Ведущий: Сегодня у нас всё, как на настоящих соревнованиях. Оценивать наши результаты будет жюри (представляет).

Жюри: Конкурсы, эстафеты, соревнования будут оцениваться по двухбалльной системе, т.е. если команда выигрывает – получает 2 очка, проигрывает – 1 очко. Желаем вам успехов!

Ведущий: Командам приготовиться к приветствию! Командам поприветствовать друг друга.

Капитан команды «Мячики»:

Мы рады солнцу,
Мы рады ветру,
Мы – страны своей весна,
Нам, ребяташкам,
Жизнь счастливая нужна.
Готовясь к боям спортивным сейчас,
Сильней и отважней мы стали.

Соревнованья кому-то из нас,
Быть может подарят медали.

Капитан команды «Солнышко»:

Ещё не рекордсмены мы,
Ещё мы дошколята,
Растём мы все спортсменами,
Мы – дружные ребята!
Мы гуляем и играем,
Греет солнышко всех нас.
Физкультурниками мы стали-
Что покажем вам сейчас.

Ведущий: Вот и встретились наши команды. Пожелаем им успехов!
А сейчас мы проведём, как и полагается перед соревнованиями разминку.

Проводится ритмическая гимнастика

Ведущий: Команды, на старт!

1-й конкурс: «Какая команда быстрее построится».

Под музыку бег врассыпную по залу. По сигналу ведущего построение за своим капитаном.

Ведущий: Сейчас командам предлагаем занять места и объявляем следующий конкурс.

2-й конкурс: «Гонка обручей».

Участвуют все дети и один папа. Команды выстраиваются в шеренгу напротив друг друга. Каждый участник по очереди должен продеть обруч через себя и передать другому, последним стоит папа, он все обручи набрасывает через себя на пол. Выигрывает та команда, которая быстрее передаст обруч.

3-й конкурс: «Посадка картофеля».

Участвуют только дети. Дети становятся в две колонны, расстояние между колоннами пять-шесть шагов. Перед колоннами проводится линия старта. У детей, стоящих первыми, в руках корзинки с пятью-шестью картофелинами. Напротив колонн, в 5-6 м от стартовой линии, чертятся пять-шесть небольших кружков в ряд.

По сигналу ведущего первые игроки бегут к своим кружкам, раскладывают картофелины по одной в кружок, возвращаются обратно и передают пустые корзинки следующим. Те бегут к кружкам, собирают картофелины в корзинки и передают следующим по очереди игрокам корзинки с картофелем. Таким образом, одни сажают картошку, другие её собирают.

Выигрывает та команда, все игроки которой раньше выполнят задание.

Ведущий: Пока жюри подводит итоги, дети поиграют в игру «Самолёты».

4-й конкурс: «Пингвин с мячом».

Участвуют только папы и мамы. Первые номера в командах получают по мячу. Зажав его между коленями и передвигаясь прыжками, они устремляются к пирамиде, огибают её справа и возвращаются. Мячи передаются вторым игрокам, потом третьим.

Побеждает команда, завершая первой игру. Папам ещё дополнительно дать по мячу в руки.

Жюри подводит итоги.

Ведущая: Мы с вами, ребята, поиграем в игру «Лошадка».

4-й конкурс: «Сороконожка».

Команда берётся одной рукой за верёвку (дети в середине) и по команде бежит до обозначенного места и назад. Побеждает та команда, которая первая прибежит на финиш и не потеряет ни одного участника.

5-й конкурс: «Кому достанется скакалка».

Участвуют только взрослые – по шесть человек в команде. На пол кладут скакалку под стульчиками. Участники садятся на стулья (спиной друг другу). Как только заиграет музыка, каждый бежит в свою сторону, добегают до пирамиды, оббегают её, возвращаются, садятся на стул, вытаскивают скакалку в свою сторону (дёргают), опередив соперника. Побеждает тот, кому удаётся это сделать.

Объявляется музыкальный номер.

6-й конкурс: «Комбинированная эстафета».

Мамы выполняют бег со скакалкой, вращая её вперёд.

Папы ведут мяч и возвращаются обратно.

Дети бегут с мячом в руках.

Ведущий приглашает всех участников игры на танец «Буги-Буги».

Жюри подводит итоги.

Праздник заканчивается песней «Солнечный круг».