МБДОУ «Детский сад» с. Усть - Лыжа

ФИЗКУЛЬТУРНЫЙ ДОСУГ

В старшей разновозрастной группе совместно с родителями

***ТЕМА: «МАМА И Я СО СПОРТОМ - ДРУЗЬЯ»***

 Воспитатель: Хренова Н.М.

Ноябрь 2014 г.

**Место проведения**: спортивный зал.

**Одежда детей и родителей**: спортивная форма.

**Материал и оборудование**: обручи, скакалка, кегли, мячи, зрительные ориентиры, платочки, муз. сопровождение, плакаты для украшение для зала.

**Ход праздника**:

**Ведущий:**                         «Поиграй-ка, поиграй-ка

                                          Нам веселый стадион

          С физкультурой всех ребят

    Навсегда подружит он.

           Если хочешь стать умелым,

                        Ловким, быстрым, сильным, смелым

          Научись любить скакалки,

     Вожжи, обручи и палки!

Никогда не унывай!

       В цель мячами попадай!

                 В санках с горки быстро мчись,

    И на лыжи становись-

           Вот здоровья в чем секрет!

                  Будь здоров! Физкульт - привет!»

«Здравствуйте уважаемые гости и участники соревнований! Мы рады приветствовать вас на наших первых веселых стартах в этом учебном году, проходящих под девизом: **«Мама и я со спортом - друзья»** Скоро праздник «День Матери» и нам очень хочется еще раз поздравить наших мам.

**Ведущий:** «На спортивную площадку

                    Приглашаем всех сейчас.

                    Праздник спорта и здоровья,

                    Начинается у нас!»

«Теперь уважаемые мамы, вам необходимо разделиться на две команды с помощью жеребьевки»

Сегодня необычная игра. Все знают игру «Крестики и нолики». Одна команда у нас крестики, а вторая- нолики. Вот перед вами табло. Команда выбирает цифру от 1 до 9 и выполняют обе команды задание под номером, которое выбрала команда. Чья команда выигрывает эстафету, мы ставим вместо цифры «крестик» или «нолик». И кто выиграет покажет табло.

**Ведущий: «**Ну, а теперь команды на старт!»

**1Эстафета: «Быстрые парочки**»

Мама и ребенок надевают на себя обруч и в нем бегут до ориентира, обегают его и также в обруче возвращаются назад.

**2 Эстафета: «Подними и положи»**

На полу-2 обруча, в обручах 4 кегли. Мама бежит и ставит по одной кегле в обруч, следом бежит ребенок и роняет кегли на пол. Побеждает команда быстрее всех справившаяся с заданием.

**3 Эстафета: «Двойные ходули»**

Ребенок встает на ноги маме и вместе с ней доходит до ориентира и обратно.

Ребенка на пол ставить нельзя!

**4 Эстафета: «Быстрые кони»**

атрибут "Гимнастическая палка " зажимается между ног. Бег "змейкой" между кеглями. Обратно по прямой.

**5 Эстафета:   «Быстрый мяч»**

 По сигналу дети по одному катят руками большой мяч, а мамы отбивая его в движении об пол.

А сейчас я предлагаю отдохнуть и послушать загадки про мам и отгадать их.

1.Эти шарики на нити
Вы примерить не хотите ль?
На любые ваши вкусы
В маминой шкатулке….(*бусы*)

2.В ушках маминых сверкают,
Цветом радуги сверкают.
Серебрятся капли-крошки
Украшения….(*сережки*)

3.Назовите-ка посуду:
Ручка прицепилась к кругу.
Блин испечь ей – ерунда
Это же….(*сковорода*)

4.В брюхе у него вода
Забурлила от тепла.
Как разгневанный начальник.
Быстро закипает….(*чайник*)

5.Это кушанье для всех
Мама сварит на обед.
И половник тут как тут-
Разольет в тарелки ….(*суп*)

**6 конкурс: «По магазинам»**

Мама бежит с тележкой до ориентира (ребенок рядом), берет мяч и везет обратно.

**7 Эстафета: «Кенгуру»**

Мама и ребенок, зажав между коленями мяч, прыгают до ориентира и бегом с мячом в руках возвращаются назад.

**8 Эстафета: «Повесь платок»**

Ребёнок бежит и несёт маме платок, мама бежит и вешает платок на верёвку

**9 Эстафета: «Быстро неси!»»**

Ребёнок бежит до ориентира, берёт спортивный инвентарь и приносит . Следующая бежит мама, так пока весь спортивный инвентарь не принесут.

Ведущий: «Вот и подошли к концу наши соревнования. (Подведение итогов и награждение команд почетными грамотами)

«Пусть вам семейные старты запомнятся,

 пусть все невзгоды пройдут стороной.

 Пусть все желания ваши исполнятся,

 а физкультура станет родной!»

Команды совершают круг почета и уходят в группу. Под песню Шаинского «Вместе весело шагать»