**спортивный праздник для детей и родителей средней группы**

**Подготовила: инструктор Ф. К. Смычагина О. М.**

**Цель:**

1. Помочь родителям ощутить радость от совместной двигательной деятельности и понять полезность гимнастики вдвоем;
2. Формировать умение выполнять движения в детско-родительской паре;
3. Развивать у детей и совершенствовать у родителей двигательную память, внимание, мышление, воображение.

**Оборудование:** мячи по количеству детей, мягкий мяч.

**Оформление физкультурного зала:** зал украшен флажками, ленточками, воздушными шарами.

Родители и дети входят в зал.

***Инструктор:*** Здравствуйте дети! Здравствуйте, уважаемые родители! Я рада видеть вас в нашем спортивном зале. Если хотите, чтобы ваши дети были здоровыми, крепкими, сильными, выносливыми, веселыми, умелыми, любознательными, счастливыми – приходите чаще к нам на совместные занятия. Мы с удовольствием пригласим вас в увлекательный мир веселых игр. А сейчас….

Мы сильные, мы смелые!

Нет слабых среди нас!

В веселую Спортландию

Отправимся сейчас!

А поможет нам этот волшебный кубик. В нем спрятаны загадки. Давайте его бросим и посмотрим куда он нас приведет. Но чтобы нам хватило сил и выносливости мы сделаем разминку.

Упражнения под музыку Барбарики. Построениие в колонну через одного (ребенок, взрослый).

Прокатываем кубик и смотрим подсказку на выпавшей грани.

***1 сторона***

**Полянка здоровья**

Парная гимнастика:

*«Силачи»* Ребенок и взрослы, стоя в паре, упираясь ладонями друг в друга, преодолевают сопротивление.

*«Лодочка»* сидя лицом друг к другу, ноги врозь, упираясь ступнями, тянут по очереди партнера за руки на себя.

*«Домик»* лежа на спине голова к голове, одновременно поднимают ноги и соединяют их, чтобы получился «домик».

*«Обезьянка»* Ребенок и взрослый стоят лицом друг к другу, держась за руки. Ребенок, слегка присев, подпрыгивает и обхватывает своими ногами туловище взрослого, повиснув на нем. Затем спрыгивает и повторяет упражнение.

***2 сторона***

**Полянка веселых мячей**

***Инструктор:*** Ребята, отгадайте загадку:

Бьют его рукой и палкой,

Никому его не жалко,

Весело он скачет,

А зовется….

Правильно, *мячик*!

Раз, два, три! Мячик бери! (мячи разбрасывают по залу). Ребята, возьмите мяч и встаньте впереди родителей (мяч у ребенка в руках).

Ходьба в колонне из пар:

- на носках, руки вверх (взрослый, встав позади ребенка, берет его за вытянутые руки);

- на пятках, мяч за головой (взрослый разводит локти ребенка);

- дети идут на коленях, мяч в руках над головой (взрослые поддерживают мяч);

- бег врассыпную, мячи у взрослых в руках

***Инструктор:*** Раз, два, три! К родителям беги! (Родители обнимают ребенка, прижимают к себе, кружат).

***3 сторона***

**Поляна сюрпризов**

Внимание друзья! Есть загадки у меня!

То вприпрыжку, то в присядку

Дети делают…. (зарядку)

Две новые кленовые

Подошвы двухметровые:

На них поставил две ноги –

И по большим снегам беги (лыжи)

Я конём рогатым правлю.

Если этого коня

Я к забору не приставлю,

Упадёт он на меня (велосипед)

Я его кручу рукой,

И на шеи и ногой,

И на талии кручу,

И ронять я не хочу (обруч)

Маленький, удаленький

Громко кричит,

Судье помогает,

Устали не знает (свисток)

Что это у Галочки?  
Ниточка на палочке,  
Ниточка в воде,  
Палочка в руке.

***4 сторона***

Игра «Это я, это я, это все мои друзья!»

Если не согласны, тогда в ответ молчите.

А если со мной согласны отвечайте: «Это я, это я, это все мои друзья!»

1. Отвечайте хором вмиг, кто здесь сильный баловник?
2. Я спрошу сейчас у всех, кто здесь любит песню, смех?
3. Кто привык у нас к порядку? Утром делает зарядку?
4. Кто из вас, скажите, братцы, забывает умываться?
5. И ещё один вопрос, кто себе не моет нос?

***5 сторона***

Стадион «Убегайка»

Подвижная игра «Ловишка с мячом»

Выбираются водящие – пара взрослый и ребенок. По команде инструктора раз, два, три - беги! Дети убегают, взрослые стоят врассыпную по залу – они домики. Дети могут прятаться за их спины, убегая от водящих. Игру можно повторить – дети стоят, взрослые убегают. (проводится 3 раза)

***6 сторона***

Стадион «Засыпайка»

Релаксация под музыку.

***Инструктор:*** Наступает час прощанья,

Будет краткой моя речь,

Говорю я до свиданья,

До приятных, добрых встреч!