**Спортивный досуг с родителями и детьми средней группы**

**«Здоровые дети – в здоровой семье»**

**Цель**: пропаганда здорового образа жизни, дружеских отношений детей и родителей, развитие внимания, ловкости, быстроты реакции, умения быстро бегать, прыгать, ориентироваться в пространстве, воспитание решительности в действиях.

**Оборудование:** зонты, обручи, мячи: 2-больших, 4-средних, 6- маленьких, платки, шляпы,

Добрый день дорогие дети, мамы и папы, уважаемые гости!

Сегодня мы собрались здесь, чтобы поближе познакомиться и крепче подружиться друг с другом, посмотреть, что умеют наши дети и наши родители. Я призываю команды к честной спортивной борьбе. Желаю вам успеха. Пусть победит сильнейший.

Мы будем соревноваться в силе, ловкости, скорости и выносливости. И не важно, кто станет победителем в этом состязании – главное, чтобы мы все почувствовали атмосферу доброжелательности, взаимного уважения и понимания.

Итак, начинаем соревнования «Здоровые дети – в здоровой семье»!

1реб.

*С нами рядом папы, мамы.*

*Папы бросили диваны,*

*Мамы бросили кастрюли*

*И костюмы натянули*

2реб.

*Все хотят соревноваться,*

*Пошутить и посмеяться.*

*Силу, ловкость показать*

*И сноровку доказать.*

3реб.

*Папа, мама, словно дети*

*Сами ждут минуты эти*

*Им на игры, право слово*

*Не хватает выходного.*

Представление команд, членов жюри.

1. **Эстафета «Самый быстрый»**

Команда стоит на старте. Первый ребенок, затем родитель. По сигналу

ребенок бежит к конусу, где на стуле лежат вещи: куртка, шляпа, зонт.

Одевает сначала плащ. Затем шляпу и раскрывает зонт со словами: «Кажется дождь начинается». Затем всё снимает и бежит к родителю, передает ему эстафету, дотронувшись до плеча. Затем тоже самое выполняет родитель.

1. **Эстафета «Самый шустрый»**

Родитель встает боком, широко расставив ноги, а ребенок проползает между ног, так идут до конуса, обратно бегут, взявшись за руки.

1. **Эстафета «Самый ловкий»**

Родитель катит обруч до конуса и обратно, а ребенок пролезает в него.

1. **Эстафета «Самый меткий»**

Родитель стоит на расстоянии 3-х метров от ребенка с корзиной в руках, а ребенок забрасывает мячи в корзину.

1. **Эстафета «Самый внимательный»**

Пока звучит музыка все бегут за обручами, как только музыка останавливается, надо занять обруч, кому не хватит, тот выходит из игры.

Пока жюри подводят итоги, со зрителями и участниками проводится **игра «Самый умный»:**

-От многих ушел, а лису накормил

-Кто живет в улье

-Какое число месяца будет в субботу

-Назовите пять дней подряд, не называя чисел и дней недели

-Чем вытаскивают гвозди

-В какой стороне света встает солнце

-Прежде чем его мы съели, все наплакаться успели

-Что за дерево стоит: ветра нет, а лист дрожит

-Я увидел свой портрет, отошел – портрета нет

Слово жюри - объявление победителей.

4реб.

*Этой встрече все мы рады,*

*Собрались не для награды.*

*Нам встречаться чаще нужно,*

*Чтобы все мы жили дружно*.

Награждение медалями:«Самый быстрый», «Самый шустрый», «Самый ловкий», «Самый меткий», «Самый внимательный», приз зрительских симпатий : «Самый умный».

**Литература**:

1.Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие. – М.: АРКТИ, 2005. – 108 с. (Развитие и воспитание).

2.Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ: Основные виды, сценарии занятий. – М., 2005. – 112 с. – (Методическая библиотека).

3.Детский сад – семья: аспекты взаимодействия. Практическое пособие для методистов, воспитателей и родителей.\ Авт.-сост. Глебова С.В. – Воронеж: ЧП Лакоценин С.С., 207 – 111 с.

4. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для 5-7 лет.: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре. -М.: Издательство ГНОМ и Д,2003