**Конспект физкультурного досуга с участием родителей**

**Автор Заварницина Наталья Михайловна (Iкв. категория) Воспитатель ФИЗО МДОУ «Детский сад комбинированного вида №139 «Дюймовочка»**

**Цель.** Повысить интерес детей и родителей к занятиям физкультурой, воспитывать взаимовыручку и спортивный характер

**Оборудование.** Скакалки - 6 штук; мелкие игрушки - 15 штук ватман - 3 листа; фломастеры - 3 штуки; мячи - 9 штук; кегли -18 20 штук; канат - 2; платок; ленточки -12 штук.

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

*Звучит спортивный марш. В зал входят команды-участницы.*

**Ведущий.** Раз, два, три, четыре -

Кто живёт у нас в квартире? Раз, два, три, четыре, пять -Всех могу пересчитать: Папа, мама, брат, сестрёнка, Кошка Мурка, два котёнка, Мой щегол, сверчок и я -Вот и вся наша семья. (Г.Сапгир)

Сегодня - День семьи и у нас в детском саду проходи! спартакиада «Папа, мама, я - спортивная семья!» Наши участник проявят силу, ловкость, сноровку. Точно известно, Хотите, верьте, хотите - нет, Что спорт до сих пор повсеместно Приносит пользу, а не вред.

**I ребёнок.** Мы готовы для парада!

Высоко взлетай наш стяг.

В детском саду - спартакиада!

Стать призёром - не пустяк!

**II ребёнок.** Новичкам мы очень рады,

На друзей ровняй свой шаг! В детском саду - спартакиада, Стать призёром каждый рад!

**III ребёнок.** Ты сильней - тебе награда!

Завтра я сумею так.

В детском саду спартакиада! Стать призёром - не пустяк!

**IV ребёнок.** А когда с тобою дерзко

Мировой побьём рекорд,

Всем расскажем, что и детстве

Горячо любили спорт.

**Ведущий.** Спартакиада «Папа, мама, я - спортивная семья»  
открыта! Желаю всем участникам лёгких стартов, побед и доброго  
здоровья!

*Участники приглашаются на старт*

***Приветствие команд***

Команды произносят название своей команды и девиз.

**Ведущий.** Начинаем наш первый конкурс и приглашаем на старт

детей и пап.

***Эстафета «Прокати ребёнка на спине».***

Папы преодолевают дистанцию с ребёнком на спине.

**Ведущий.** Наше уважаемое жюри подводит итог первого конкурса.

А мы приглашаем мам.

***Конкурс «Весёлая скакалка».***

Мамы прыгают на скакалках до финиша. Обратно возвращаются

бегом.

**Ведущий.** Подошла очередь самых младших участников команды.

***Эстафета «Перенеси игрушку».***

дети переносят по одной игрушке из одного обруча в другой.

Первый, кто закончит, должен добежать до платочка и поднять его.

**Ведущий.** Объявляется семейный конкурс.

***Эстафета «Меткая семья».***

Команды выстраиваются на старте и метают мешочки в

вертикальную цель, дети - с 4 метров, мамы - с 8 метров, папы - с

10 метров. Выигрывает команда, у которой больше всего

попаданий.

**Ведущий.** Пока наши команды отдыхают и набираются сил, мы

объявляем конкурс для наших болельщиков.

***Эстафета «Полоса препятствий».***

Болельщики выстраиваются в две команды. По сигналу пробегают

«змейкой», перепрыгивают через кочки и бегом возвращаются к

своей команде.

**Ведущий.** Продолжаем наши соревнования. Команды

приглашаются на старт.

***Конкурс «Сбей кеглю».***

Для каждой команды у центральной стены выстраивают набор

кеглей. Нужно прокатить мяч по полу и сбить кегли. Каждому

участнику даётся по три попытки. Дети прокатывают мяч с 4

метров, мамы - с 6 метров, папы - с 8 метров. Выигрывает та

команда, у которой больше попаданий.

***Эстафета «Раз, два, три* - *беги».***

папа добегает до кегли, возвращается, берёт за руку маму,

возвращаются, берёт за руку ребёнка, втроём добегают до кегли и

возвращаются.

***Эстафета «Попрыгунчики».***

Прыжки в длину с места. Сначала прыгают дети, их результат

отмечают. Затем от этой отметки прыгают мамы. Их результат так

же отмечается. Затем прыгают папы, выигрывает та команда, чья

дистанция окажется длиннее.

**Ведущий.** Подошло время нашей заключительной эстафеты.

***«Перетяни канат».***

Команды по очереди соревнуются в перетягивании.

**Ведущий.** А теперь слово предоставляется жюри для подведения

итога наших соревнований.

Победителям вручается вымпел и грамота Папа, мама, я -спортивная семья». Остальным - «За волю к победе».