Физкультурный досуг в средней группе

«Вместе с мамой, вместе с папой с физкультурою дружу».

Инструктор по физвоспитанию:

Храмайкова С. П.

Ноябрь 2014г.

*Цель:*

Оптимизировать двигательную активность воспитанников.

*Задачи:*

1. Создавать у детей радостное настроение, высокий эмоциональный подъём.
2. Воспитывать умение быть организованными, поддерживать дружеские отношения со сверстниками.
3. Обогащать родителей знаниями, практическими умениями в организации и проведении детского досуга.
4. Прививать любовь к занятиям физической культурой и спортом.

*Оформление зала:*

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

*Оборудование:*

Аудиоаппаратура, записи весёлой музыки. Эмблемы команд «Солнышко», «Мячики». Обручи по количеству детей + 2 взрослых. Мячи по количеству участников. 2 длинные верёвки. 6 стульчиков, 3 скакалки. 2 лопаты, 2 колобка, настоящие колобки по количеству участников праздника.

*Ход мероприятия:*

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

*Ведущий:* Добрый день, дорогие ребята, уважаемые родители – гости нашего праздника. Нас встречает страна Спортландия. Сегодня Спортландия собрала ребят вместе с мамами и папами на спортивный праздник «Вместе с мамой, вместе с папой с физкультурою дружу».

*1 ребёнок:* Я, как мама, я, как папа,

С детства спортом увлекаюсь.

*2 ребёнок:* Вместе с мамой, вместе с папой

Физкультурой занимаюсь.

*3 ребёнок:* И скажу я вам, друзья,

Мы - спортивная семья.

*Ведущий:* Мы с удовольствием приглашаем вас в увлекательный мир весёлых игр. Итак, перед вами команда «Мячики» и команда «Солнышко» - дети с участием родителей.

А сейчас пора размяться,

Прежде чем соревноваться.

В круг скорее все вставайте,

Упражненья выполняйте,

За мной дружно повторяйте.

***Музыкально – ритмический танец «Разноцветная игра»***

*(дети и родители выполняют танец по показу ведущего).*

*Ведущий:* А сейчас пришло время поиграть, удаль, ловкость да быстроту свою показать.

***Эстафета 1. «Какая команда быстрее построится».***

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

***Эстафета 2.***   ***«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.*

*Ведущий***:**  Дети поиграют в игру «Самолёты».

***Подвижная игра «Самолёты».***

***Эстафета 3. «Пингвины 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 его справа и возвращаются. Мячи передаются вторым игрокам, потом третьим. Папам ещё дополнительно дать по мячу в руки. Побеждает команда, завершая первой игру.*

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

***Подвижная игра «Лошадка».***

***Эстафета 4.*  *«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.*

***Эстафета 5.*  *« Кому достанется скакалка».***

*Участвуют только взрослые – по три человека в команде. На пол кладут скакалки под стульчиками, которые стоят в середине зала. Участники садятся на стулья (спиной друг другу). Как только заиграет музыка, каждый бежит в свою сторону, добегает до пирамиды, обегает её, возвращается, садится на стул, вытаскивает скакалку в свою сторону (дёргает), опередив соперника. Побеждает та команда у кого больше скакалок.*

***Музыкальный номер.*** ***«Буги-Вуги».***

***Эстафета 6.*  *«Бег с колобком».***

*Взрослые вместе с детьми каждой команды должны пронести мяч на лопате до ориентира, обогнуть его, вернуться к своей команде, передать мяч и лопату следующим игрокам.*

***Игра – хоровод «Колобок»***

*Дети становятся в круг и произносят слова.*

Колобок просил детей:

«Испеките мне друзей!»

*Ходят по кругу, взявшись за руки.*

Мы старались, мы лепили,

*Имитируют руками.*

Мы их в печку положили.

*Вытягивают руки вперёд.*

А пока они пеклись,

Звери в гости собрались:

*Ходят в другую сторону по кругу, взявшись за руки.*

Зайка – попрыгайка.

Мишка – топтышка.

Лисичка – сестричка!

*Имитируют повадки зверей.*

В печку мы заглянем –

Колобки достанем!

*Стоят на месте. Воспитатель подходит к печке, достаёт съедобные колобки.*

*Ведущая:*  Ой, какие они румяные, душистые! Так и просятся на стол! Хлеб всегда был символом дружной семьи, объединяющий всех вместе. Приглашаем на чаепитие в группу по окончании праздника.

Итак, наш праздник завершен,

Пусть все это только игра,

Но ею сказать мы хотели:

Великое чудо - семья!

Храните ее, берегите ее!

Нет в жизни важнее цели!!!