**Семейный познавательно оздоровительный досуг с мамами**

**«Моя мама самая спортивная»!**

 **Артюхина Марина Владиславовна**

 **Инструктор высшая квалификационная категория**

 **МБДОУ №7 «Чебурашка» ЗМР РТ**

**Цели**

-объединить условия педагогов и родителей в оздоровлении воспитанников.

**Задачи**

-сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей

-просвещать родителей в методах оздоровления ребёнка.

-вызывать у детей эмоциональный отклик в процессе развлечения, желание участвовать в нём.

-развивать двигательные навыки и физические качества.

-способствовать укреплению семейных связей через воспитание положительного отношения к родным людям.

-воспитывать нравственные качества: доброту. внимание к близким .

Оборудование: маски зверей ; массажные мячи по количеству детей.

**Ведущий**: В последние воскресение ноября Россия отмечает День Матери. В нашей стане День Матери, занимает особое место, праздник, к которому никто не может остаться равнодушным.

В этот день хочется сказать слова благодарности всем матерям, которые дарят тепло и ласку, любовь и нежность.

И пусть каждой из вас говорят тёплые слова ваши любимые дети! Пусть на ваших лицах светиться улыбка и радостные искорки сверкают в глазах, когда вы вместе!

**Мама:** Кто всего дороже нам

На белом свете?

Это дети это наши дети,

Маленькие люди

На большой планете.

Это наши дети, наши дети!

**Ведущая**:

Сегодня мы рады пригласить наших мам к нам в гости, в наш город Здравница!

Под музыку выбегают дети.

**1 ребёнок**

Все мы дружно вас встречаем.

И в наш город приглашаем.

Не простой весёлый город,

Радостный, задорный!

**Ведущая**:

В Здравницу, мои друзья .

Просто так попасть нельзя

Нужно вспомнить правила движения без промедления,

**(Танец правила движения).**

Теперь в автобус дружно сесть.

Занимайте-ка места.

Отправляемся друзья!

Мамы вместе с детьми садятся в автобус и поют песню «Мы едем, едем »

**Ведущий:** Остановка первая Площадь Олимпийская»

Нас встречает опытный инструктор,

**Инструктор:** Здравствуйте мои друзья, я вижу сегодня вы не одни, а с мамами, что за праздник у ваших мам?

**Дети:** «Сегодня праздник мам»

 **Инструктор:**

Нас встречают жители-все крепкие

Здоровые, спортивные!

Выходят дети «Батыры» под музыку выполняют упражнения с гантелями.

**2 ребёнок:**

Мы сегодня в гости к нам

Пригласили наших мам!

Заниматься вместе с нами

.Мы хотим вам предложить

Что бы семьям нашим дружным.

Все здоровенькими быть!

**3 ребёнок:**

Я сегодня встала рано.

Праздник у меня в саду.

Мы покажем и расскажем.

Как здоровье укрепляем.

Целый год у нас друзья

Видимо прошёл не зря!

.

**Мама:**

Как дела у вас, ребята?

Как вы время провели?

Как играли? Что видали?

Что за год узнать смогли?

Попрошу я вас, ребята,

Рассказать мне по порядку.

Например, как вы сегодня

Утром делали заряду?

Дети вместе с родителями выполняют элементы утренней гимнастики.

**Мама:** Что ж, осталась, я довольна!

Если кто- то без оглядки

Убегает от зарядки.

Он не станет нипочем,

Настоящим силачом!

**Инструктор:**

Наш автобус дальше мчится.

На проспект « Коррекция»

Здесь «Здоровячки покажут нам

Как осанку поправляют и стопу укрепляют.

**Дети вместе с родителями выполняют упражнения на коррекцию.**

**Ведущая**: Все прекрасно занимались.

 Наш автобус отправляется дальше.

Ведь чудес на свете много.

В мир игры ведёт дорога.

Мы ехали, ехали. и на улицу «Игры» приехали.

Предлагаем родителям поиграть вместе с детьми в следующую игру

Родители играю «У всех есть уши», вместе с детьми игра «Щука и караси».

**Инструктор:** Так с помощью игры. Дети не заметно для себя дают нагрузку на все мышцы, формируют правильную осанку, укрепляют стопу.

**Ведущая:**

А нас ждёт автобус

Нужно мамам выполнить задание: « Угадай знак».

В автобус, в автобус

Опять заходи

Маршрутов так много у нас впереди!

Следующая остановка: «Сказочная»

Кто не любит сказку, сказку любят все.

Ваши мамы подготовили вам сказку сейчас они вам ее покажут.

**Сказка «Теремок»**

**Инструктор**: Сказку показали, а теперь наших мам нужно нарядить к празднику.

**Конкурс: «Наряди маму».**

 **(После того маму дети нарядили мамы должны пройтись в наряде)**

**Ведущий:** Отправляемся дальше.

Внимание, внимание!

Улица «Массажная», детям очень нравится!

Предлагаем все встать в круг друг за другом. Кладут ладони на спину впереди стоящего ребёнка.

Чики - чики, чики –ща!

Вот капуста для борща.

(похлопывают ладонями спину)

Покрашу картошки.

(постукивают рёбрами ладоней) .

Свёколки, морковки,

Полголовки лучку,

Да зубок чесночку.

(Поколачивают кулачками)

И готов борщечок!

(Поглаживают руками)

**Ведущий:** Вот такой самомассаж можно делать и дома. А наше путешествие в город Здравница подошло к концу. Нам пора возвращаться в детский сад.