

Излучинское муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад комбинированного вида «Сказка»

Конспект
физкультурного досуга с родителями
«Мама, папа, я - спортивная семья!»
в группе общеразвивающей
направленности детей шестого года жизни

Воспитатель:
Таланкина С.В.

Цель: Пропагандировать здоровый образ жизни, способствовать приобщению семьи к физкультуре и спорту. Доставить детям и родителям удовольствие от совместных занятий физкультурой, способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи.

Задачи:

Воспитывать в детях дружелюбие, стремление к взаимовыручке, умение радоваться успехам других;

Создать положительный эмоциональный настрой у детей, веселое, бодрое настроение, почувствовать радость движения;

Развивать двигательные навыки: силу, быстроту, гибкость, координацию, выносливость.

Оборудование и материалы: эмблемы для команд по количеству участников; дипломы и медали для победителей; воздушные шары для оформления зала и для эстафеты с воздушными шарами; две теннисные ракетки, четыре обруча; десять кубиков; две гимнастические палки; два больших мяча; десять маленьких мячей; две корзины для мячей; шесть средних мячей, аудиозапись марша и музыкальной физкультминутки, музыкальный центр.

Предварительная работа: Подготовка к досугу: вручение приглашений родителям, оформление зала, эмблем для команд, дипломов, медалей «Самому сильному», «Самому активному», «Самому находчивому», составление приветствий команде - сопернице, гостям, жюри, дети заранее учатся громко произносить название команд, девизы.

Ход досуга

Дети и родители в спортивной форме маршем под музыку входят в зал. На груди детей и взрослых эмблемы команд: «Звездочки» и «Солнышко».

Воспитатель: - Добрый день, дорогие родители и дети. Я рада приветствовать вас в этом светлом зале. Сегодня у нас необычный праздник, а спортивный с родителями «Мама, папа, я – спортивная семья!». Семья – это близкие и любимые люди. Во многих семьях, есть свои традиции, когда по вечерам или за обедом вся семья собирается за большим столом, радуется друг другу, и все рассказывают, как прошел день, что в нем было удачного, а что - не очень. А есть семьи особенные, именно они собрались сегодня в этом нарядном зале. А особенные они потому, что все члены этих семей - и взрослые, и дети - дружат со спортом.

Дети – Любим, петь и рисовать,

Спортом заниматься.

И советуем мы всем
Чаще улыбаться
Все мы спортом заниматься
Любим с самого утра!
И приветствуем ребята
Громким вас «Физкульт-ура»!

Воспитатель: Все семьи у нас сильные, ловкие, смелые и очень любят соревноваться. Только в каждом соревновании есть победители и проигравшие, а как же мы определим, чья команда выиграла?

Дети: Надо выбрать жюри.

Воспитатель: Правильно, надо выбрать жюри. Я предлагаю выбрать жюри бабушек, которые пришли сегодня на наш досуг. Они мудрые и справедливые! Они будут следить за успехами наших команд, и оценивать их.

В жюри выбирают: трех человек. Они занимают свои места.

Воспитатель: Только перед соревнованиями нам, как настоящим спортсменам нужно размяться. Выходите в круг на середину нашего зала.

Разминка:

Клен

Ветер тихо клен качает,
Вправо – влево наклоняет.
Раз - наклон и два – наклон,
Зашумел листвою клен.

Наклоны корпуса вправо и влево.

Те же наклоны руками,

Поднятыми вверх.

Лесорубы

Лесорубами мы стали,
Топоры мы в руки взяли.
Раз- два, раз- два,
Будут на зиму дрова.

Ходьба на месте, руки свободны.

Руки внизу берутся в замок.

Наклоны вперед с имитацией

Движения «рубка дров».

Воспитатель: Теперь после того как мы размялись, я попрошу наши команды построиться. Дети и родители в спортивной форме, Перестраиваются в две колонны.

Воспитатель: Вот они наши отважные игроки. Договоримся, что капитаном каждой команды станет ребенок.

Дети выбирают капитанов своих команд.

В: Поприветствуем наши команды

Команда: «Солнышко» (хором)

Наш девиз: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!» (хором)

Команда: «Звездочки» (хором)

Наш девиз: «Звезды яркие горят, спорт веселый ждет ребят!» (хором)

Воспитатель: Команды обязуются! Играть!

Дети: Честно!

Воспитатель: Играть

Дети: По правилам!

Воспитатель: Все к соревнованиям готовы

Дети: Все!

В: Команды на старт!

1. «Эстафета - с воздушными шарами»

Эстафету начинают капитаны команд. Каждый из капитанов получает воздушный шар и теннисную ракетку. С ним надо добежать до ориентира, неся шарик на ракетке, не придерживая его руками, обежать его, обратно бежать, держа его в раках. Взрослые бегут, подбрасывая шарик ракеткой. Выигрывает команда, игроки которой первыми закончили эстафету.

2. «Эстафета - с обручами»

Капитан, добегают с обручем до ориентира, катит его на ребре, придерживая рукой, обегают ориентир и передают эстафету следующему игроку. Взрослые – на пути к ориентире должны запустить обруч так, чтобы он катился. Побеждает, та команда, игроки которой первыми закончили эстафету.

3. Соревнование «Прокати мяч»

Прокатить мяч между кубиками «змейкой» с помощью гимнастической палки, до ориентира, обратно бегом и передать мяч следующему игроку.

4. Эстафета «Гонка мячей верх»

Команды встают строго в колонну по одному за капитаном. Мяч прокатывается по рукам, последний с мячом становится вперед. Эстафета продолжается до тех пор, пока капитан не вернется на свое место.

5. Эстафета «Гонка мячей низ»

Команды встают строго в колонну по одному за капитаном. Мяч прокатывается между широко расставленных ног, последний с мячом становится вперед. Эстафета продолжается до тех пор, пока капитан не вернется на свое место.

Воспитатель: – Закончен первый этап соревнований, и обе команды могут отдохнуть. Детям предлагаю отгадать загадки на спортивную тему:

Кто гантели поднимает,
Дальше всех ядро бросает?
Быстро бегаёт,
Метко стреляет,
Как одним словом их всех
называют? (Спортсмены)

Зеленый луг,
Сто скамеечек вокруг,
От ворот до ворот
Бойко бегаёт народ.
На воротах этих -
Рыбацкие сети. (Стадион)

Этот конь не ест овса,
Вместо ног - два колеса.
Сядь верхом и мчись на нем,
Только лучше правь рулем.
(Велосипед)

Две курносые подружки
Мчатся, мчатся друг за дружкой.
Обе ленты на снегу
Оставляют на бегу. (Лыжи)

Льется речка – мы лежим,
Лед на речке – мы бежим. (Коньки)

Мы с бараньими рогами
Вниз под горку мчимся сами,
А как на гору взбираться,
Начинаем упираться. (Санки)

Два кольца
И две веревки –
Я на них
Вращаюсь ловко. (Спортивные
кольца)

Силачом я стать хочу,
Прихожу я к силачу:
- Расскажите вот о чем -
Как вы стали силачом?
Улыбнулся он в ответ:
- Очень просто. Много лет
Ежедневно, встав с постели,
Поднимаю я?.. (Гантели)

Воспитатель: – Молодцы ребята, быстро справились с загадками. А, сейчас, музыкальная пауза!

Музыкальная физкультминутка. Взрослые и дети выполняют движения под веселую музыку.

В: - Вот, мы с вами отдохнули, но соревнование наше еще не закончилось. Продолжаем наши игры и эстафеты.

6. «Пингвин с мячом» (Участники взрослые)

Прыжки с зажатым между колен мячом среднего размера до ориентира, обратно – бегом.

7. «Кто быстрее» (Участники - дети)

На расстоянии в обруче лежат кубики – по количеству детей - участников. Игроки по одному бегут к обручу и берут один кубик. Возвращаются и кладут кубик в свой обруч.

8. «Паучок»

Участвуют дети и родители из обеих команд. Взрослый ведет ребенка до ориентира, держа за ноги, ребенок идет на руках, обратно – оба бегом. Эстафета продолжается пока капитан не станет первым.

9. «Бег с тремя мячами»

На линии старта первый по сигналу бежит до обруча и берет удобным способом 3 мяча, возвращается с ними к команде и передает мячи следующему. Второй бежит с тремя мячами и складывает их в обруче. Назад он возвращается пустой. Следующий участник бежит пустым до лежащих мячей, поднимет их, возвращается с ними назад к команде.

10. «Чья команда самая дружная?»

Сначала бежит первый участник, обегает вокруг ориентира и возвращается назад, берет за руку второго участника и они бегут вдвоем, затем 3,4,... и т.д. выигрывает команда, которая не разорвала цепочку.

Воспитатель: Подходит к концу наш спортивный праздник. Сейчас мы, попросим наше жюри огласить итоговые результаты всех конкурсов соревнования. Но независимо от того, кто станет победителем, мы уверены, что сегодня победили все команды – и мамы, и папы, и наши дети. Все они показали, что могут быть умелыми, сильными и самое главное – здоровыми.

Жюри объявляет результаты соревнований, называет победителей встречи.

Награждение команд. Вручение призов.

Вот и выявили победителей.

Скажем Спасибо жюри и зрителям.

Спортсменам – новых побед.

А всем - наш спортивный привет.

Спортом занимайтесь

Почаще улыбайтесь

Семья – это свято,

Семья – это счастье!

Если дружба и здоровье в семье, -

Вам смогут позавидовать все!

Под торжественный марш команды делают круг почета и выходят из зала.