**Физкультурный досуг вместе с родителями**

**для детей средних групп**

**инструктора по физ.воспитанию Чахеевой С.Г.,**

 **посвящённый Дню Защитника Отечества**

**Цель:** Формировать у детей положительный эмоциональный настрой; воспитывать такие качества, как дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам по играм и состязаниям.

активизировать у родителей желание заниматься физической культурой вместе с детьми. Совершенствовать зрительно-двигательную ориентировку детей во время игр, развивать внимание, точность и согласованности движений.

**Предварительная работа:**

Беседа с детьми на тему "Кто такие защитники Отечества?"

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

Под спортивный марш дети входят в зал.

***Ведущая*** :  Дорогие ребята! Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы ещё раз убедиться, какими мы выросли крепкими, здоровыми, сильными, ловкими. Сегодня у нас необычные соревнования, так как вместе с нами будут соревноваться ваши мамы и папы.

***Ведущая:***  Чтоб расти нам сильными, ловкими и смелыми,

 Ежедневно по утрам мы зарядку делаем.

*Звучит музыка, дети выполняют общеразвивающие упражнения.*

***Ведущая.*** К солнцу руки поднимаем, дружно весело шагаем.

 Приседаем и встаем, и ничуть не устаем.

*(Дети и взрослые заранее распределены в комады, у них значки. Построение команд в две шеренги друг против друга. Ведущий представляет команды и их капитанов. Приветствие команд.)*

***Ведущая.*** Первое наше соревнование ***«Чья команда быстрее соберется»***

*(в круг, взявшись за руки; в шеренгу; сидя в кругу, взявшись за руки)*

*Ведущая подводит итог и вручает победившей команде флажок.*

***Ведущая.*** Есть у нас веселый мячик!

 Посмотрите, как он скачет.

 Надо нам друзей позвать

 С новым мячиком играть.

Следующая эстафета «Кто быстрее передаст мяч друг другу».

Команда-победительница получает флажок.

*Музыкальная пауза. Песня* ***« Будем солдатами ».***

***Ведущая.*** Время пришло ***большой эстафеты:***

1 этап – ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками, 2 этап - пролезание в обруч, 3 этап – перепрыгнуть через препятствие, 4 этап – возвратиться бегом.

***Ведущая.*** У нас сегодня весело: мы бегаем, играем

 По очереди прыгаем, друг друга догоняем.

Аттракцион ***«Кто быстрее вытянет скакалку»***

***Ведущая.*** Следующая игра – эстафета ***«Веселая тройка»***

*(Команды строятся по два ребенка и один взрослый, по команде одевают обруч и бегут до ориентира и обратно.)*

*Раздается стук в дверь.*

***Ведущий.*** Тук-тук-тук! Кто стучится тут?!

*Входит «Медведица»*

***Ведущая.*** Здравствуй, Машенька! Как мы рады, что и ты пришла к нам на праздник! А почему же ты грустная?

***Медведица.*** Я немножко толстовата, я немного косолапа. Вы поверьте мне ребята, в этом я не виновата!

***Ведущая.*** А скажи нам, Машенька, чем ты занята по утрам?

***Медведица.*** Я, ребята, долго сплю, до полудня я храплю…

***Ведущая.*** Расскажи нам по порядку: часто делаешь зарядку? Спортом занимаешься? Водою обливаешься?! Как ты закаляешься?

***Медведица.*** Нет, зарядку-то, ребята, я не делала никогда! Закаляться?! Страшно, братцы! Ведь холодная вода! Может средство есть другое, чтобы сильным, ловким стать. От других не отставать?

***Ведущая.*** Конечно есть.

**1 взрослый:** «Есть такое средство! Есть. Надо меду меньше есть!»

**2 взрослый:** «Утром не валятся, физкультурой заниматься!»

**3 взрослый:** «Бегать, прыгать и скакать, душ холодный принимать!

***Медведица.*** *(Чешет лапой в затылке).*Ой, ой, ой! Мне не суметь! Я же все-таки медведь!

**4 взрослый:** Ничего не бойся, Маша. Будь в команде нашей!

**5 взрослый:** «Рядом с нами ты вставай, все за нами повторяй».

**Аттракцион *«Перетягивание каната».***

***Музыкальная пауза. Девочки поют «Веселые частушки».***

***Медведица.*** Поиграем мы немножко.

 Вот для вас сегодня ложка!

**Аттракцион *«Пронеси и не урони»***

*(Дети и родители несут шарик на ложке).*

***Ведущая.*** Объявляю ***конкурс капитанов «Кто больше отожмется от пола».***

***Ведущая.*** А теперь, «***Кто кого перепляшет»!?***

***Ведущая.*** Готовтесь! Сейчас будет заключительная эстафета ***«Кто быстрее»!?***

*(Бег с эстафетной палочкой до ориентира и обратно).*

***Музыкальная пауза. Песня «Про папу»***

***Ведущая.*** А сейчас подведем итоги *(считают количество флажков в каждой команде)*

***Медведица.*** Вы, ребята, научили меня любить спорт, быть ловкой, смелой, сильной. Но и я вас не забыла, приготовила для вас сюрпризы.

*Дети под музыку вместе с родителями идут в группу.*