***Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение общеразвивающего вида***

***д/с «Буратино»***

***Физкультурный досуг в средней группе***

***«Папа, мама, я – спортивная семья!»***

***Составила:***

***Инструктор по физической культуре***

***Кононова Елена Александровна***

***г. Удомля 2013г.***

***Цели:*** Через различные формы работы способствовать общему укреплению здоровья детей; сближению детей и родителей через совместные игры; активно вовлекать родителей в совместную деятельность.

***Задачи:***

***Образовательные:***

* закрепить знания детей о домашних делах;
* Создать условия для проявления ребенком ловкости, скорости;
* Показать родителям физическое развитие детей;
* Создать атмосферу радости, обоюдного обогащения знаниями, умениями и навыками при выполнении различных заданий.

***Развивающие:***

* развивать у детей навык равновесия;
* развивать мышцы рук и ног;
* развивать чувство согласованности движений с музыкой.
* развивать у детей выносливость, быстроту реакции, скорость;
* Продемонстрировать родителям умения детей прыгать, бегать и другие

физические навыки;

***Воспитательные:***

* развивать умение детей быть организованными;
* Воспитывать у детей волевые качества: умение проигрывать и умение
* побеждать;
* Воспитывать у родителей чувство взаимоподдержки, взаимопомощи

***Оздоровительные:***

* Создать эмоционально-комфортную атмосферу.
* Оздоравливать организм ребенка, с помощью движений и действий;

***Место проведения:*** зал

***Оформление зала:*** зал оформлен под квартиру, ширма с окном, шарики, транспарант с надписью названия досуга.

***Оборудование:***

***Герои:*** Карлсон.

***Сюрпризный момент:***  танец детей старшего возраста.

***1.Организационный этап.***

***Педагогическая цель:*** вовлечь детей в совместную игровую деятельность.

***Цель, которую должны достигнуть дети:*** войти в совместную деятельность для участия в играх.

***Перед началом соревнований все дети со своими родителями рассаживаются в зале. Участники также располагаются в зале, на первых рядах.***

***Воспитатель:*** Уважаемые родители !

Нам очень приятно видеть вас в этом зале. Спасибо что откликнулись на наше предложение поучаствовать в соревнованиях. Ведь в наши дни мы так мало времени уделяем своим детям. Надеемся, что этот вечер, проведённый в дружеской атмосфере поможет вам стать ближе к детям и окунуться в детство.

***Звучат звуки пропеллера, из окна появляется карлсон, исполняя песню и танец.***

***Карлсон:***  Здравствуйте, здравствуйте мои друзья!

Мне так приятно опять вернуться в этот знакомый мне дом.

Я так много времени провёл здесь с Малышом. Но мне пришлось улететь и я долгое время здесь не был. Мой Малыш наверное уже давно вырос. Как бы я хотел его увидеть?

***Голос:***  Карлсон, я здесь ***(выходит папа одного из мальчиков).***

Я так рад тебя видеть! Я стал большим и у меня теперь есть свой малыш ***(показывает на мальчика сидящего рядом)***.

***Карлсон:***  Малыш, а помнишь, как мы шалили?

Давай сегодня мы пошалим с ребятами и их родителями. Только будем шалить по хорошему помогая маме навести дома порядок, сварить обед, да ещё погуляем по крыше.

Мы непросто так будем всё это делать, а проведём небольшие соревнования.

И так приветствуйте участников соревнований:

команда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_: семьи …..;

команда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ : семьи…….

***Карлсон называет фамилии семей, участвующих в соревнованиях. Семьи проходят в зал, вставая в шеренгу.***

***2 этап. С опорой на личный опыт.***

***Педагогическая цель****:* создать условия для участия в досуговой деятельности.

***Цель, которую должны достигнуть дети:*** выполнить правильно игровое задание.

***Карлсон:*** Для того, чтобы нам было весело шалить давайте для начала

потанцуем.

***(участники, располагаясь по залу, выполняют разминку по показу Карлсона)***

***3этап. Основной.***

***Педагогическая цель****:* вовлечь детей в досуговую деятельность, создать условия поддержки каждого ребёнка для привития ЗОЖ.

***Цель, которую должны достичь дети:*** показать свои физические навыки и уменияполучить положительные эмоции, от участия в играх.

***Карлсон:*** Ну, присядьте, отдохните! Молодцы! Хорошо размялись!

Раз у нас соревнования, значит, должно быть жюри. Представляю вашему вниманию самых лучших шалунишек в мире: …

***(в жюри сидят по одному воспитателю с группы и методист).***

Они будут следить за тем, как вы умеете шалить. У каждой команды будет своя «накопительная корзина», в которую на протяжении всех состязаний, за быстро и правильно выполненное задание, будут складываться мячи (баллы). И таким образом, всем будут наглядно видны результаты состязаний

***(дать жюри корзину с маленькими мячами и две разноцветные корзины каждой команде).***

А ещё у нас есть болельщики, они будут вас поддерживать. Болея за вас они будут стучать ногами и хлопать в ладоши. Попробуем!

Раз все на месте тогда я объявляю, что наши соревнования начинаются!

***1 эстафета: «Спешим домой, чтоб пошалить»***

Сейчас команды будут спешить домой: мама и папа после работы забрали своего малыша из детского сада, а на улице идет дождь. Папа несет за спиной ребёнка, а мама бежит за ними, укрывая ребенка зонтом от дождя. ***(Каждой команде выдается зонт).***

***Карлсон:***  Молодцы! Добрались домой, не намочились!

А дома у мамы дел невпроворот, но ничего и здесь можно пошалить, помогая мама постирать.

***2 эстафета «Нужно высушить бельё»***

Мама постирала, а теперь бельё нужно повесить посушить. Вот вам корзина с бельём и верёвка с прищепками. Первой бежит мама с корзиной. Все остальные бегут вешать бельё на верёвку. Последней тоже бежит мама и приносит корзину обратно.

***Карлсон:***  Молодцы! Хорошо постарались!

Устали! Отдохните немного. Жюри подведёт итоги после двух эстафет. А сейчас специально для вас «Танец с метёлками»

***(дети исполняют танец с метёлками).***

***Карлсон:*** После такого танца у меня возникла идея.

А давайте подметём полы!

***3 эстафета: «Подметаем, мусор собираем»***

Этот конкурс не простой. Мы с вами и пол подметёт, и пошалим. Каждой команде даётся по швабре и игрушке. Ставятся стойки. Нужно ведя игрушку «змейкой» между стойками замести её в корзину, обратно возвращаемся бегом, и передаёт швабру следующему. Кто быстрее уберёт мусор?

***Карлсон:***  Ух, ты! Как чисто!

А я вот здесь в штанах дырку обнаружил.

Ваши мамы шить умеют? Сейчас посмотрим.

***4 эстафета: «Вдеть нитку в иголку»***

Сейчас мы будет вдевать нитку в иголку, чтобы подшить штаны.

Папы и дети от линии старта встают боком, держа в каждой руке по два обруча. Ставят их сбоку от себя на ребро, образуя связку. Мама держит в руках длинную веревку, по команде бежит к обручам и пролезает в них боком или прямо. Протягивая за собой веревку. Обегает вокруг ориентира и так же возвращается к линии старта. Чья мама быстрей прибежит, та команда и победит.

***Карлсон:*** Какие мамы умницы! Сразу видно профессионалы!

Мы немного отдохнем

Себе спину разомнем.

Предлагаю всем взрослым и детям сделать друг другу массаж спины «Дятел».

***(Участники команд и болельщики строятся в три колонны 1-я папы, 2-я мамы и 3-я дети).***

Дятел жил в дупле пустом, Похлопывают ладонями по спине

друг другу.

Дуб долбил, как долотом.

Тук, тук, тук! (2 раза) Поколачивают пальцами по спине.

Долбит дятел крепкий сук.

Клювом, клювом он стучит, Постукивают кулачками по спине.

Дятел ствол уже долбит.

Дятел в дуб все тук, да тук… Постукивают ребрами ладоней.

Дуб скрипит: Что там за стук?

Дятел клювом постучал, Поглаживают ладонями спину.

Постучал и замолчал,

Потому что он устал.

Массаж делают два раза, по команде разворачиваются кругом.

***Жюри подводит промежуточные итоги.***

***Карлсон (достает из кармана пакет с конфетами):***

Что-то мне сладенького захотелось.

Подождите, я знаю очень интересный «Самый вкусный конкурс».

***5 эстафета «Самый вкусный конкурс».***

Сейчас наши родители покормят своего ребенка конфетой.

1 этап - папа с завязанными глазами должен дойти до кубика, взять с него конфету. Развязать глаза и бегом принести ее маме;

2 этап - мама бежит до ориентира приставным боковым галопом, и вернуться таким же способом к своей команде. Пока она бежит, ей предстоит развернуть конфету. Подбежать к ребенку и отдать ему конфету;

3 этап - ребенок съедает конфету.

Кто быстрее?!

***(Пока проходит конкурс Карлсон угощает оставшихся детей конфетами.)***

***Карлсон:*** Молодцы! Мне понравилось, как вы едите конфеты.

Вам, наверное, очень хочется пить.

Я хочу угостить лимонадом ваших участников соревнований.

***6 Эстафета «Вкус победы»***

Испытать этот вкус должны все! Участники «паучками» (папа, мама и ребенок встают спиной друг к другу, сцепившись локтями) добегают до отметки, обратно возвращаются по «льдинам» (дается пелёнка на каждую семью – мама и папа тянут пелёнку с сидящем на ней ребёнком). На финише их ждет напиток под названием «Вкус победы» (этикетки сделаны организаторами конкурса). Побеждает та команда, которая быстрее выпьет напиток через коктейльную трубочку. На финише стоят стаканы по количеству команд, в каждом стакане по три трубочке.

Чья команда быстрей?

***Карлсон:*** Пока наше жюри подводит итоги всех конкурсов и

определяет победителя, мы с малышами немного потанцуем.

***(танец Карлсона с детьми)***

***4этап. Итоговый.***

***Педагогическая цель:*** мотивировать детей на дальнейшую игровую деятельность на прогулках в зимнее время.

***Цель, которую должны достичь дети:*** заинтересоваться участием в игровой деятельности в зимнее время.

***Карлсон:*** А теперь я предоставляю слово нашему уважаемому жюри.

***Жюри объявляет результаты конкурса. Участникам вручаются грамоты.***

***Круг почета всех семейных команд.***