Управление образования городского округа Коломна

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 8 общеразвивающего вида»

Спортивное развлечение

 с родителями

"Я и мама – мы спортсмены!"

 Выполнила:

 инструктор по ФК

 Петрушина О.В.

г.о. Коломна 2017г.

**Программные задачи:** Формировать уважительное отношение к взрослым, дружеские отношения между детьми; воспитывать любовь к физическим упражнениям и спорту, воспитывать чуткое отношение к товарищам; развитие ловкости, быстроты, выносливости.

**Цель:** Пропагандировать здоровый образ жизни; способствовать

приобщению семьи к физкультуре и спорту; совершенствовать двигательные умения и навыки в непринужденной обстановке.

**Спортивное оборудование:** мячи-хопы (2шт.); мешки для прыжков (4шт.); обручи (8шт.); ленточки (16шт.); кубики (6шт.); канаты (2шт.); корзины (2шт,); кукольные вещи и игрушки; коляски (2шт.); конусы (8шт.); тоннели (2шт.); мячи большие (2шт.); стулья (4шт.); верёвочки (2шт.)

**Инструктор:** Добрый вечер дорогие друзья! Здравствуйте, наши дорогие мамы! Здравствуйте, ребята!

Сегодня мы предлагаем нашим мамам, поучаствовать в соревнованиях, играх и танцах, вместе со своими детьми. Но собрались мы не только для того, чтобы посоревноваться в силе, ловкости, смекалке и выносливости, а самое главное, чтобы подружиться друг с другом и получить заряд хорошего настроения. Но перед эстафетами, нужно провести разминку.

*Танец разминка для детей и мам под фонограмму «Солнышко лучистое»*

**Инструктор:** Дорогие наши мамы, вам нужно, разделится на команды. Для этого мы сейчас проведём жеребьёвку.
*Задание:* мамы подходят к столу, на столе стоит поднос с цветными кружочками. Кружочки двух цветов зелёного и жёлтого. Мамы вытягивают кружочки, смотрят, какой им цвет достался, зелёный или жёлтый. Так получается две команды.

Затем дети хором по подгруппам поддерживают команды мам:

**Речевка:**

            Мы мамам желаем удачи и новых спортивных побед!

            Сражайтесь, боритесь, дерзайте! Шлем мамам спортивный привет! (подготовительная группа)

            Мы вам скажем без прикрас: наши мамы просто класс!

            Высоки, стройны, умны! Наши мамы нам нужны!

(старшая группа)

**1. Эстафета «Солнышко»**

На противоположной стороне зала лежит обруч жёлтого цвета. Каждый участник команды берёт из корзины ленточку жёлтого цвета - «лучик». По сигналу первый участник бежит к обручу и кладёт «лучик» ленточку и возвращается обратно, передавая эстафету другому участнику. Побеждает та команда, которая первая выложит «лучики».

**2. Эстафета** **«Пройди, не урони»**

Каждая команда получает по три кубика. Надо поставить кубики друг на друга, взявшись за нижний кубик, перенести их до ориентира. Передвигаться с кубиками нужно по канату, приставными шагами. Побеждает команда, которая справится с заданием быстрее, не уронив кубики.

**3. Эстафета** **«Уборка комнаты»**

По залу разбросаны разные предметы, которые надо прибрать. Мама, с куклой в руках, поднимает вещь и несёт в корзину, возвращаясь обратно, передаёт куклу второму участнику. Выигрывает та команда, которая первой закончит уборку.

**4. Эстафета «Поездка с малышом»**

У каждой команды стоят детские коляски с малышом внутри. Мамы везут коляску змейкой между конусами, стараясь не уронить её. Чья команда справиться с заданием аккуратнее, та и победит.

**5. Эстафета** **«Скачки на мячах-хопах»**

Участники на стартовой линии с мячами-хопами. Доскакать до ориентира и обратно, передав мяч другому участнику.

**6. Эстафета** **«Прыжки в мешках в парах»**

Первые игроки команд (мама и ребёнок) встают обеими ногами в мешки, придерживая их при этом двумя руками на уровне чуть выше пояса. По сигнал, первые участники команды начинают прыгать в мешках, отталкиваясь при этом обеими ногами, правой и левой одновременно до ограничителей, развернувшись обратно прыгают в противоположную сторону.

**7. Эстафета** **«Мы в тоннели»**

По сигналу участники (мама и ребёнок), взявшись за руки, бегут до тоннеля. Подлезают в тоннель по очереди, опять взявшись за руки оббегают ограничитель и возвращаются к команде, предавая эстафету другим участникам. Выигрывает команда, которая быстрее и без ошибок выполнившая задание.

**Игра с мячом «Ты катись весёлый мяч»** Участники встают в два круга, мамы в середине. У каждого круга мяч. По окончанию музыки, у кого в руках останется мяч, отходят в сторону. По окончании игры, выбывшие мамы и ребёнок *танцуют танец «Утят»*

|  |  |
| --- | --- |
| **Игра «Вытащи верёвочку»**Участники садятся на стулья спиной друг к другу. Стулья стоят на расстоянии, примерно 2 метра друг от друга. Под стульями лежит веревочка.  Под весёлую музыку игроки встают и бегут в левую сторону, огибая стулья. По окончании музыки возвращаются к своему стулу, садятся и стараются первыми схватить верёвочку. Кто сделает быстрее, тот выиграл.  |  |

**Инструктор:** Мы завершаем наше спортивное развлечение. Хочется поблагодарить мам и ребят за участие, терпение, выдержку, хорошее настроение. Давайте

похлопаем отважным мальчикам и девочкам. Смелым, ловким и очень

красивым мамам. Весёлым и активным болельщикам.