

Сценарий физкультурного досуга с детьми старшего дошкольного возраста и их родителями «Как весело в саду живется!»

Воспитатели: Бычкова. О.С. Ришко.Л.Ю.

Цель: Привлекать родителей к активному участию в спортивной жизни детского сада, приобщать семьи воспитанников к здоровому образу жизни.

Задачи:

- формировать у детей потребность в здоровом образе жизни
- прививать интерес к физической культуре и желание заниматься спортом
- воспитывать чувство любви к семье, стремление участвовать в играх-эстафетах
- совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.

Предварительная работа:

Пригласить семьи воспитанников на семейные соревнования, объединиться в две команды, придумать название команд и девиз.

Подобрать музыку для входа команд, соревнования, подготовить грамоты и медали, памятные подарки.

Беседы о здоровом образе жизни, видах спорта.

Ход:

Под музыку в зал входят семейные команды и строятся возле скамеечек параллельно друг другу.

Ведущая: Здравствуйте дорогие ребята, родители и гости.

Мы рады приветствовать вас на нашем празднике «Мама, папа, я- спортивная семья!»

На спортивную площадку

Приглашаем всех сейчас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас!

Особенно хотелось бы поприветствовать спортивные семьи:

Семья: Лысенко Софии

Семья: Шалаева Данила

Команды готовились к соревнованию, придумали название команды и девиз.

Итак:

Команда- « Спортки »

Девиз: Мы не зря пришли сюда,

Победим всех без труда!

Ведь Спортки старались,

Спортом занимались!

Команда- «Паруса»

Девиз: Мы не верим в чудеса,

Мы команда- Паруса!

И с достойными сразимся

Победить не поленимся!

Ведущая: Обратите внимание – это ваши болельщики, поприветствуем их!

Болельщики, а как вы умеете хлопать? А как умеете топать?

Представление жюри:

Представляем вам наше жюри, которое будет судить нашу сегодняшнюю встречу.

(Идет представление жюри).

Оценивать наши успехи будет жюри в составе:

1 Бинюковой. О. Ф.

2 Шевченко. Л. А.

3 Москвиной. Ю.А.

(зачитываются критерии оценок от 3 до 5 баллов за задание).

Ведущий: Мы желаем вам от души,

Чтоб результаты Ваши

Все были хороши!

Чтоб не знали вы сегодня усталости

И доставляли себе и нам много радости!

Разминка:

И так, начинаем наше соревнование с разминки.

Выполняется физическая разминка под музыкальное сопровождение

(в соответствии с текстом).

Соревнования:

1 задание(музыка:)

Игра **«Пожалуйста!»** на внимание, для всех членов команд.

Правило: выполнять только то движение, после названия, которого я скажу: **«пожалуйста»**.

Я буду говорить название упражнений, а вы будете их выполнять, только если я скажу: **«Пожалуйста»**. Самой внимательной команде жюри присуждает балл.

Два шага вперед

Присесть 1раз *(пожалуйста)*

Подпрыгнуть 75 раз вокруг себя

Положить другу руку на плечо *(пожалуйста)*

Постоять на одной ноге

Поднять руки вверх

Глубоко вдохнуть и выдохнуть *(пожалуйста)*

Повернитесь 1 раз вокруг себя *(пожалуйста)*.

2 задание (музыка)

Каждое утро родители ведут детей в детский сад, дети, часто, не выспались, сонные. И как это иногда бывает, вы сейчас это покажете.

Эстафета *«Как пингвины»*, для всех членов команд.

Оборудование: 2 мяча, 2стула.

Правило: с мячом между ногами добежать до стула и обратно, передать мяч.

Участники команд встают друг за другом. Первые участники берут мяч, мяч нужно держать между ногами, продвигаетесь прыжками до стула и обратно, добегаете до своей команды, отдаете мяч следующему в команде. Команде, которая быстрее всех выполнит задание, присуждается балл.

3 задание (музыка)

А иногда добираются до детского сада по узенькой тропинке.

Игра *«Змейка»*, для всех членов команд.

Оборудование: 10 кеглей.

Правило: встать в колонну, положить руки на плечи впереди стоящего, и пройти змейкой между кеглями, не сбивая их, вернуться и быстро построиться в колонну.

Команде, которая построится первой присуждается балл. За каждую не сбитую кеглю присуждаются еще баллы.

4 задание

Дети в детском саду делают зарядку, а мамы в это время тоже укрепляют свое здоровье – крутят обруч на талии – следят за фигурой.

«Обручи», для мам, по одной от каждой команды.

Оборудование: 2 обруча.

Правило: обруч необходимо крутить в течении 1 минуты.

5 задание

Дети очень любят рисовать, и взрослые тоже!

«Художники», для всех членов команд.

Оборудование: 2 мольберта, 2 листа ватмана, 2 набора фломастеров.

Правило: команды строятся друг за другом, бегут по очереди и рисуют часть рисунка, как только услышите сигнал необходимо передать эстафету следующему.

Отгадайте загадку и узнаете, что нужно будет нарисовать:

Странный дом мчит по дороге –
Круглые в резине ноги.
Пассажирами заполнен
И бензином бак наполнен. (*Автобус*)

Жюри оценивает слаженность работы команды, законченность рисунка.

6 задание (для болельщиков)

Видов спорта много есть,
Даже все не перечесть.
Будем мы сейчас играть,
Виды спорта... узнавать.

Игра «*Трансляция*», для всех членов команд.

Оборудование: карточки с картинкой, обозначающей вид спорта (*лыжный спорт, тяжелая атлетика, плавание, фигурное катание, теннис, спортивная гимнастика, футбол, хоккей*)

Правило: с помощью мимики и жестов объяснить вид спорта своей команде.

Команде, которая быстрее и больше отгадает видов спорта, присуждается балл.

7 задание

Все знают, что убирать разбросанные игрушки тоже полезно – наклоны и приседания важные упражнения.

Игра «*Кто больше соберет игрушек*», для одного ребенка от каждой команды.

Оборудование: 40 игрушек, 2 корзинки.

Правило: быстро собрать в корзинку, как можно больше игрушек.

Победит команда, которая соберет больше игрушек.

Пока жури, подводит итоги соревнований, поиграем в игру «Полезно – вредно», игра на внимание. (ДЛ Я БОЛЛЕЛЬЩИКОВ)

Правила: когда услышите название еды, которую кушать не полезно – топайте, а если полезно – хлопайте. (*Геркулесовая каша, печеные яблоки, какао, простокваша, борщ, творожная запеканка, морковные котлеты, овощное рагу, рыбные котлеты, апельсины, простокваша, чипсы, конфеты, майонез, кока-кола, поп — корн, картофель фри*).

Подведение итогов соревнования

Соревнования подходят к концу, все задания выполнены. Наступил самый волнительный момент, пришла пора узнать победителя соревнований. Прошу команды построиться.

Слово предоставляется жюри.

Проводится награждение победителей (*медали каждому ребенку, дипломы участника каждой семье*).

Игроки под музыку проходят круг почета.

Заключительное слово

Пусть вам семейные старты запомнятся

Пусть все невзгоды пройдут стороной

Пусть все желанья ваши исполнятся!

А физкультура станет родной.

Пусть все это только игра

Но ею сказать мы хотели: «великое чудо семья!»

Храните ее, берегите ее, нет в жизни важнее цели!

На этом наша встреча заканчивается. Желаем всем участникам крепкого здоровья и бодрого настроения! Папам быть всегда такими сильными, мужественными, мамам- обаятельными, и всем, всем- быть здоровыми и любить физкультуру!