Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №164

Конспект спортивного развлечения для детей среднего дошкольного возраста и их родителей

**«Семейные веселые старты»**

Подготовили и провели:

инструктор по физо

Быкова О.А.

воспитатели

Тверь, 2015г.

Задачи:

* Образовательные:
* разнообразить формы работы с родителями;
* формировать умение выполнять знакомые движения легко и свободно.
* Воспитательные:
* воспитывать у детей любовь к родителям, чувство гордости за них;
* учить радоваться их победам и успехам;
* дать детям раскрыть свои спортивные способности;
* способствовать формированию положительных эмоций;
* поощрять участие родителей и детей в совместных играх и физических упражнениях.
* Развивающие:
* развивать двигательные способности – силу, быстроту, выносливость, координацию.

Оборудование:

* шары для украшения зала,
* по 10 красных и зеленых флажков,
* обруч d=70 см,
* 2 длинные скакалки,
* 2 конуса,
* мягкая игрушка,
* 2 алюминиевых обруча d=100 см,
* 20 мешочков для метания,
* 20 мячиков маленького диаметра,
* 2 корзины,
* 2 маленьких плоских обруча и 2 больших плоских обруча,
* 20 мячей среднего диаметра.

Ход праздника.

*Под музыку В.Шаинского «Вместе весело шагать» в зал входят семейные команды.*

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

Празднику спортивному

Рада детвора

Юным физкультурникам-

Ура! Ура! Ура!

Сегодня у нас как на настоящих спортивных соревнованиях наши результаты будет оценивать жюри.

**Слово жюри:** Конкурсы, эстафеты, соревнования будут оцениваться по 2-бальной системе, то есть если команда выигрывает, то получает 2 очка, проигрывает – 1 очко. Желаем вам успехов!

**Ведущий:** Командам приготовиться к приветствию.

*Приветствие команд.*

**1-й ребенок:**

С мамой, папой в выходной

Бегали на лыжах, и в снежки играли.

Мы здоровы и сильны, вот какими стали.

**2-й ребенок:**

И опять приходим в сад,

Чтоб здоровье укреплять.

Будем спортом заниматься,

Прыгать, бегать и метать.

**3-й ребенок:**

Надо спортом заниматься

И привычку завести:

Умываться не бояться,

Физкультурой заниматься

И здоровыми расти!

**4-й ребенок:**

Стать чемпионом – все мы знаем –

Задача сложная для всех.

Соревнованье начинаем

И твердо верим в наш успех!

Ведущий: Предлагаю наши веселые семейные старты считать открытыми! Всем участникам мы желаем успехов!

Всем полезен звонкий смех!

Поиграем и узнаем,

Кто смелее и ловчее,

Кто внимательнее всех!

1. **Игра на внимание «Будь внимательным!»**

(в качестве разминки, без очков)

Дети и родители образуют круг. Сначала ведущий называет и показывает одно движение (например: руки вперед, правую руку вверх, присесть, подняться на носки, руки назад, левую ногу вперед и т.п.), а затем называет одно, а выполняет другое. Все участники должны выполнять названное движение. Тот, кто ошибается - садится. Выигрывает самый внимательный.

1. **Эстафета «Кто быстрее соберет флажки»**

Участники – все. В обруче – флажки 2-х цветов красные и зеленые. Первые участники бегут парами (взрослый и ребенок), ребенок берет 1 флажок своего цвета (у одной команды – красные, у другой – зеленые) и парами возвращаются обратно. Затем бежит следующая пара и так далее. Побеждает команда первая собравшая все свои флажки.

1. **Эстафета «Паучок»**

Участвуют дети и родители парами. Взрослый ведет ребёнка до конуса, держа за ноги, ребёнок идёт на руках, обратно - оба бегом.

1. **Эстафета «Кто быстрее»**

Участники – мамы. Кто быстрее командами друг за другом проскачет на скакалке до конуса и обратно.

1. **Соревнование «Поточное проползание»**

Все участники строятся в командами в две колонны: впереди родители, а дети сзади. Исходное положение: стоя, ноги шире плеч. Начиная с последнего ребенка, дети проползают вперед, встают в колонну спереди, и так до первого ребенка (взрослые не ползают). Первый забирает из обруча игрушку. Кто быстрее заберет игрушку, тот и победил.

1. **Соревнование «Кто самый сильный?»**

Участники – папы. В роли гирь предлагается побыть детям. У папы на руке висит ребенок. Дети стараются удержаться как можно дольше. Чей папа дольше всех продержит, та команда и победила.

1. **Эстафета «Дружная семья»**

Участники – все. Пара (взрослый и ребенок) одевает на себя обруч и боком бежит до конуса и обратно, передают обруч следующей паре. Побеждает команда, которая быстрее справится с заданием.

1. **Соревнование «Меткие стрелки»**

Участники – все. Родителям раздаются мячики, детям мешочки для метания. На полу выставляются две отметки (плоские обручи) и корзины для обеих команд: маленький обруч на расстоянии 1,5-2м от корзины – для детей, а большой на расстоянии 3м – для взрослых. Участники парами по очереди выполняют броски. Чья команда больше забросит мячей и мешочков, та и победила.

1. **Соревнование «Танцевальное»**

Все участники распределяются по всему залу. Взрослый с ребенком танцуют рок-н-ролл, зажав мяч спинами. Чья пара продержится дольше всех, не уронив мяч, та команда и победила.

Ведущий: Командам – построиться! На этом наши веселые соревнования подошли к концу. Все вы показали, какие сильные, ловкие, умелые. Слово предоставляется жюри.

Все участники соревнования награждаются грамотой.

Пусть вам семейные старты запомнятся,

Пусть все невзгоды пройдут стороной,

Пусть все желания ваши исполнятся,

А физкультура вам станет родной!

Так как спорт – это прежде всего здоровье, за участие всем полагаются призы – фрукты. Угощайтесь и спасибо за участие обеим командам.