

Физкультурный досуг совместно с родителями
«Путешествие в Спортландию»
в средней группе №2 «Ежевичка».

Цель: активизировать дошкольников и их родителей в совместной двигательной деятельности, повышать активность, развивать физические качества.

Дети вместе с родителями входят в зал под музыку.

Ребёнок встаёт спереди, за ним стоит мама.

Воспитатель: Добрый день, уважаемые родители! Мы рады, что вы нашли время для встречи с нами. Сегодня мы приглашаем вас окунуться в мир детства, а главный спутник детства, как всем известно – это ИГРА. Сегодня вместе с детьми вы будете играть, веселиться и отдыхать. Сегодня мы отправляемся в страну «Спортландия». Это такая страна, где все и взрослые, и дети любят спорт.

Мы сильные, мы смелые! Нет слабых среди нас!

В веселую Спортландию Отправимся сейчас!

В этой стране все сильные, смелые, ловкие. Ребята, а вы хотите стать такими?

Чтоб расти и закаляться, Будем спортом заниматься.

Не зевай и не ленись, На разминку становись.

Разминка

1. Ходьба в колонне по одному.
2. Ходьба на носках, руки вверх.
3. Ходьба в присяде (полуприсяде).
4. Прыжки на двух ногах через препятствие. (Родители сели по кругу, ноги вместе. Дети перепрыгивают через ноги родителей)
5. Бег врассыпную.
6. При остановке музыки дети находят родителей и обнимают их. Повт 3 раза.

Воспитатель: Молодцы! Мне понравилось, как вы выполнили разминку. Вот мы и очутились в стране Спортландия.

Сейчас мы с ребятами проведём эстафету, а родители посмотрят, какие у них замечательные и ловкие дети. Разделимся на две команды с помощью игры «Чудесный мешочек». Каждый ребёнок достаёт квадрат и по цвету распределяются на 2 команды.

Для детей проводится игра-эстафета с обручами.

Воспитатель: Настала очередь играть взрослым, ведь они тоже когда-то были детьми и любили играть в разные игры. Можете вспомнить их названия? (*ответы родителей*).

Проводится игра - эстафета «По болоту».

Проигравшие танцуют под р.н. мелодию.

Воспитатель: Пришло время для **игры-эстафеты «Дружные ножки».**

И.п. – дети встают спиной к взрослому, стопами на стопы взрослого. Вместе шагают до фишки и обратно возвращаются бегом, держась за руки. Передают эстафету следующим участникам.

Воспитатель: наши ребята покажут свою сноровку, гибкость с следующей игре, которая **называется «Туннель».**

Родители образуют туннель. И.п. – упор на коленях. Дети проползают через туннель и возвращаются на место бегом.

Воспитатель: Пришло время и родителям показать свою сноровку и ловкость.

Итак, нас с вами ждёт **игра «Волшебный обруч».** Приглашаю посоревноваться родителей.

Вставайте в два круга, держитесь крепко за руки. Я вам дам по три обруча. Сначала вы пропускаете по кругу первый обруч, затем второй, а потом третий, используя тело.

Посмотрим, кто победит.

Воспитатель: Теперь мы немного отдохнём и все вместе ответим на вопросы *Игра «Это я, это я, это все мои друзья!»*

Если не согласны, тогда в ответ молчите, а если со мной согласны отвечайте: «Это я, это я, это все мои друзья!»

1. Отвечайте хором вмиг, кто здесь сильный баловник?
2. Я спрошу сейчас у всех, кто здесь любит песню, смех?
3. Кто привык у нас к порядку? Утром делает зарядку?
4. Кто из вас, скажите, братцы, забывает умываться?
5. И ещё один вопрос, кто себе не моет нос?
6. Спрошу серьёзно вас, друзья, со спортом кто дружен всегда?

Воспитатель: *Проводится игра на внимание «Хлопни, топни».*

Ведущий показывает игрокам цветные флажки, игроки выполняют движение в соответствии с текстом:

Синий – хлопают в ладоши;

Зелёный – топают ногами; **Красный** – кружатся.

Воспитатель: Всех приглашаю на *эстафету «Дружная семья».*

Встают в две команды. По сигналу пара (ребёнок и родитель) бежит до определённого ориентира, надев на себя обруч. При возвращении передаёт обруч следующей паре.

Воспитатель: Наступает час прощанья,

Будет краткой моя речь,

Говорю вам до свиданья,

До приятных, добрых встреч.