Муниципальное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад №11 "Колокольчик" Тутаевского муниципального района

**СПОРТИВНЫЙ ДОСУГ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ**

***«Мир спорта, игр, затей для родителей, детей»***

(с использованием игр с элементами зимних видов спорта)



 **Подготовила и провела:**

 **инструктор по физической культуре О.Л. Рубец**

**г. Тутаев,**

**2018г.**

**Цель:** приобщение детей и родителей к здоровому образу жизни через совместные спортивные мероприятия.
**Задачи:**
1. Совершенствовать знания детей и родителей о зимних видах спорта.
2.Развивать физические качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость.
3. Содействовать улучшению взаимоотношений между родителями и детьми.
**Оборудование:** 6 кеглей, 2 мяча, 2 обруча, 2 ориентира, 2 клюшки, 4 гимнастические палки, разрезные картинки со снеговиками, картинки с полезной и вредной едой, музыкальное сопровождение, медали, грамоты.

**Ход.**

*Дети и родители входят в зал под музыку.*

**Инструктор.**

Очень рады видеть вас,

Здравствуйте, ребятки.

Я надеюсь, все здоровы?

Всё у вас в порядке?

Дети:…………….

Очень рады видеть вас,

Здравствуйте, родители!

В нашем досуге принять

Участья, не хотите ли?

Родители………….

Мы зиму ждали не напрасно:

Морозным днем под небом ясным

Все будущие чемпионы

Торопятся на стадионы.

И для тебя, и для меня

Уже проложена лыжня.

Давно наточены коньки,

Блестят залитые катки.

Флажки видны на склонах снова-

К соревнованьям все готово.

Зима вступила в свои права и предлагает всем новые игры и развлечения. **Воспитатель**. ( Детям) Скажите, пожалуйста, какие зимние виды спорта вы знаете? (*фигурное катание, хоккей, биатлон, горные лыжи, беговые лыжи, санный спорт, кёрлинг и др.).* Молодцы!

(Родителям) А какие летние виды спорта вы знаете?

-Сегодня у нас у всех есть возможность показать себя, поиграть, посоревноваться, узнать, что то новое.

-Как вы думаете, что нужно делать, чтобы быть здоровыми?

*Ответы детей и родителей.*

Стихи детей о зарядке, о спорте.

**ОРУ «Я ты, он, она…»**

Нам лениться не годится, помните ребятки, даже звери даже птицы делают зарядку!

**Разминка с родителями и детьми «Заячья зарядка»**

**Инструктор.** Разминку провели, можно приступать к соревнованиям.

Санки ждут нас всех зимой,

Солнце, снег искрится.

Хорошо с горы крутой

С ветерком скатиться.

**Эстафета «Дружные санки»**

*Дети и родители парами в обруче бегут до ориентира и обратно, передают эстафету следующим участникам.*

**Инструктор:**

Березки в инее и елки,

Дрожат снежинки на иголках,

И бесконечная лыжня,

И деревянных два «коня»,

**Эстафета «Веселые лыжники»**

*Дети и родители с двумя палками обегают змейкой препятствия, туда и обратно.*

**Инструктор.**

Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора.

Крики: «шайбу!», «мимо!», «бей!» -

Значит там игра - ... (хоккей)

**Эстафета «Хоккеисты»**

*Дети и родители ведут шайбу клюшкой до ориентира, обратно бегом, передают клюшку и шайбу следующему участнику.*

**Инструктор**.

А что можно еще делать на улице зимой?

Ответы детей.

**Эстафета «Слепи снеговика»**

*Дети и родители катят комок до ориентира, и бегут обратно.*

Чтобы получился снеговик, мы сейчас его будем выкладывать из бумаги.

**Аттракцион «Собери снеговика»**

*Вызываются пары (ребенок, родитель, кто быстрей выложит разрезанную картинку снеговика на полу)*

**Инструктор.**А сейчас поиграем в игру без слов, но с движениями.

**Пантомима «Угадай что это? »**

*Ведущий раздает одному из участников название вида спорта, участник должен без слов показать этот вид спорта, а остальная команда угадать, команда сама выбирает, кто будет показывать, а кто угадывать.*

(баскетбол, лыжный спорт, футбол, фигурное катание, волейбол, хоккей,

конькобежный спорт и др.)

**Инструктор.** А что вы знаете про здоровое питание? (Показать карточки)

**Эстафета «Здоровое питание»**

*Дети и родители бегут до ориентира, выкладывают карточку с вредной едой или с полезной к определенной картинке, и возвращаются обратно.*

**Инструктор:** Вот и закончились конкурсы, и я предлагаю поиграть в игру «Два Мороза»

**П/И «Два Мороза»**

*Выбрать пап для ведущих ролей*

**Инструктор.**

Праздник веселый удался на славу.

Думаю, всем он пришелся по нраву!

**Воспитатель.**

Всем известно, всем понятно,
Что здоровым быть приятно.
Только надо знать

Как здоровым стать!

*Раздать медали и грамоты для детей и родителей. Фотография на память.*