Спортивный досуг с участием родителей

"Зовем родителей на старт".

(спортивные соревнования родителей и детей в **подготовительной группе**)

**Цели:**

* сохранение и укрепление здоровья детей,
* развитие психоэмоциональной сферы.

**Задачи:**

* развитие скоростно-силовых качеств, быстроты, ловкости, умения действовать сообща, командой
* воспитание у детей осознанного отношения к собственному здоровью,
* формирование у детей положительного отклика на занятия спортом и желание активно участвовать в них.

**Оборудование:** мячи большие 2 шт., ракетки – 2шт., кубики – 20 шт., стойки – 4шт., гимнастические палки – 4шт., корзина для мячей – большая – 1 шт., дуги для подлезания – 3 шт., обручи – 4шт., обручи плоские – 4 шт, флаги – 2 шт.

**Дополнительное оборудование**: гимн Москвы (О.Газманова), музыка для танца рок-н-ролл, медали – шоколадки

**Участники**: команда детей, команда родителей, судьи, ведущий, помощники (расставляют и убирают оборудование для эстафет)

**Место проведения:**спортивный зал

**Ход соревнований**

Команды с флагами входят в зал под музыку О.Газманова “Москва”,

Перестроение (композиция исполняется детьми, родители смотрят)

Ведущий приветствует команды

Перекличка:

\*Мы сегодня в этом зале  
Мам и пап своих собрали!  
Их зовём на состязанья –  
Классные соревнования

\*Будем вместе бегать, прыгать  
Будем вместе в мяч играть  
В самых сложных эстафетах  
Вместе будем побеждать

\*Чья семья сильнее всех?  
Кто отпразднует успех?  
Не боится кто преград?  
Эй, родители, на старт!

\*Кто со спортом с детства дружен  
Не бывает тот простужен,  
Сильным, ловким тот растёт,  
И здоровым круглый год

**Разминка: проводит воспитатель по физкультуре**

**Ведущий представляет судей соревнований и**

Команды занимают свои исходные позиции. Судьи объявляют о начале соревнований

**1 эстафета**

“Полоса препятствий”: подлезание под дугу, продеть через себя обруч, перепрыгнуть барьер, оббежать стойку, передать эстафету хлопком по ладони. Побеждает команда, первая закончившая соревнование.

**2 эстафета**

“Ловкий мяч” мяч обручем ведётся до стойки, обруч одевается на стойку, мяч зажимается между коленями, прыжками игрок продвигается в обратном направлении, следующий начинает движение с зажатым между коленями мячом, у стойки забирает обруч, двигается задом в обратном направлении, ведя мяч обручем и т.д.

**3 эстафета**

“Пронеси не урони”. У каждого члена команды кубик. (ракетка одна на команду), первый несёт на ракетке кубик, оббегает стойку, закидывает кубик в корзину, передаёт ракетку следующему.

**4 эстафета**

“Собери команду”

Первый бежит с гимнастической палкой, оббегает стойку, к нему цепляется следующий и уже вдвоём бегут опять оббегать стойку и т.д., по кА все члены команды не присоединятся к палке

**5 эстафета**

“Передача” команды выстраиваются перед 2-мя обручами, в одном лежат 4 кубика. По одному кубики передаются назад через голову а возвращаются низом через ноги, складываются в другой обруч, далее берётся следующий кубик

**Ведущий объявляет о том, что соревновательная часть закончена, пока судьи подводят итоги. Дети исполняют спортивный танец**

Итоги соревнований объявляют судьи, вручают команде родителей грамоты за участие в соревнованиях, а родители награждают своих детей медалями

Всем спасибо!