ГККП ясли-сад «Гулдер»

**Спортивный досуг**

**«Мама, папа я спортивная семья»**

**Участники: Старшая группа**

**Составил и провел: инструктор по физической культуре Козловская Т.С**

**2016год.**

**Спортивный досуг**

**«Мама, папа я спортивная семья»**

Цель: привлечь детей и родителей к занятиям физической культурой и спортом. Доставить детям и родителям удовольствие от спортивных занятий физкультурой, способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи. Пропагандировать значение физической культуры как средства достижения физической красоты, ловкости и выносливости.

**Инструктор**: Внимание! Внимание! Всем добрый вечер дорогие гости и болельщики.

Мы рады приветствовать вас на нашем спортивном празднике. Наши спортивные соревнования будут оценивать жюри.

**Инструктор:** А теперь приглашаем наши семейные команды. Команды представят себя. (команды называют название и девиз)

**Инструктор:** Сегодня участвуют две команды : «Кукол» и «Попугайчиков»,

В каждой команде по пять семей**.**

**Все собрались? Все здоровы?**

**Бегать, прыгать вы готовы?**

**Ну, тогда подтянись.**

**Не зевай и не ленись,**

**На разминку становись!**

**(выполняют веселую зарядку по эл.носителю)**

**Инструктор:** Начинаем соревнования. первое состязание для детей-

**1 задание**. «Помоги по хозяйству»

Натянута бельевая веревка, каждый из команды подбегает к веревке, берет из корзины платочек , прищепками зацепляет платочек к веревке и бегом возвращается к команде.



2 **задание** «Поход в магазин»(для родителей и ребят)

Первый из команды берет большую игрушку –мишки, оббегает вокруг корзины и передает следующему и так каждый игрок, побеждает та команда ,чья первой закончит забег с мишкой..



**3 задание** «Ходьба по кочкам» (для родителей и детей)

Ребенок идет по кочкам(мягким модулям, а передвигают, переставляют родители). Побеждает та команда , которая не разу не оступилась с кочки на пол.



**4 задание** «Хоккей» (для родителей и детей)

Каждый из игроков команды должен забить шайбу в ворота.

**5.задание.** «Ходьба под радугой» (дети проползают под дугами , а родителям усложнено перепрыгнуть через скамейку и проползти под дугами.)





**6.задание**. «Мяч в корзину».

Корзины расположены от команд на 2 метра, необходимо забросить мяч любым способом( из-за головы, от груди, от плеча одной рукой…)

**7.задание.** «Скакалка» (конкурс для родителей , кто из мам до30-40 раз про прыгает на скакалке ).



Награждение команд грамотами и витаминами.



ГККП ясли-сад «Гулдер»

**Спортивный досуг**

**«Мама, папа я спортивная семья»**

**Участники: Старшая группа «Жемчужинка»**

**Составил и провел: инструктор по физической культуре Козловская Т.С**

**2016год.**

**Спортивный досуг**

**«Мама, папа я спортивная семья»**

Цель: привлечь детей и родителей к занятиям физической культурой и спортом. Доставить детям и родителям удовольствие от спортивных занятий физкультурой, способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи. Пропагандировать значение физической культуры как средства достижения физической красоты, ловкости и выносливости.

**Инструктор**: Внимание! Внимание! Всем добрый вечер дорогие гости и болельщики.

Мы рады приветствовать вас на нашем спортивном празднике. Наши спортивные соревнования будут оценивать жюри.

**Инструктор:** А теперь приглашаем наши семейные команды. Команды представят себя. (команды называют название и девиз)

**Инструктор:** Сегодня участвуют две команды : «Кукол» и «Попугайчиков»,

В каждой команде по пять семей**.**

**Все собрались? Все здоровы?**

**Бегать, прыгать вы готовы?**

**Ну, тогда подтянись.**

**Не зевай и не ленись,**

**На разминку становись!**

**(выполняют веселую зарядку по эл.носителю)**

****

**Инструктор:** Начинаем соревнования. первое состязание для детей-

**1 задание**. «Помоги по хозяйству»

Натянута бельевая веревка, каждый из команды подбегает к веревке, берет из корзины платочек , прищепками зацепляет платочек к веревке и бегом возвращается к команде.

2 **задание** «Поход в магазин»(для родителей и ребят)

Первый из команды берет большую игрушку –мишки, оббегает вокруг корзины и передает следующему и так каждый игрок, побеждает та команда ,чья первой закончит забег с мишкой..

****

**3 задание** «Ходьба по кочкам» (для родителей и детей)

Ребенок идет по кочкам(мягким модулям, а передвигают, переставляют родители). Побеждает та команда , которая не разу не оступилась с кочки на пол.



**4 задание** «Помоги маме»

Мешочек весом 2кг. С мешочком в руках нужно оббежать карзину и передать следующему игроку.



**5.задание.** «Ходьба под радугой» (дети проползают под дугами , а родителям усложнено перепрыгнуть через скамейку и проползти под дугами.)

**6.задание**. «Собери мячи в корзину».

Корзины расположены от команд на 2 метра, необходимо с корзиной в руках подбежать к ведру с мячами взять один мяч положить в корзину и передать другому игроку , так пока не закончатся мячи в ведре. 

**7.задание.** «Скакалка» (конкурс для родителей , кто из мам до30-40 раз про прыгает на скакалке ).

Награждение команд грамотами и витаминами.

