**ГБОУ СОШ пос. Просвет структурное подразделение «Детский сад «Сказка» м.р. Волжский Самарской области**

**Конспект физкультурного досуга с родителями и детьми**

**старшей группы**

**«Здоровые дети в здоровой семье!»**

Составил ст.воспитатель Суркова С.Э.

**Цель:**

*повысить интерес детей и родителей к спорту, доставить детям и их родителям удовольствие от совместного мероприятия.*

**Задачи:**   
*-формирование здорового образа жизни семей;*

*-развитие спортивных и двигательных навыков у детей и взрослых;*

*-способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи.*

*- воспитание чувства любви и гордости за свою семью, уважения к родителям.*

**Оборудование:** ракетки -2; большие обручи-2; лыжные палки -10; большие мячи-2; ледянки -2; мячи средние-8; клюшки-2; малые обручи-9.

**Ход.**

**Ведущий:**

Добрый день, дорогие друзья! Сегодня у нас замечательный праздник   
 «Здоровые дети в здоровой семье». Это праздник семейный, в котором будут принимать участие не только ребята, но и их родители.

Приятно видеть людей с доброй, приветливой улыбкой и счастливым взглядом. А если это семья – это приятно вдвойне.

**Ведущий:**

А сейчас мы хотим представить наших смелых и сильных пап.

**Папы**–*(делают шаг вперед)*

Вот они перед нами – слегка бодрые, местами подтянутые и даже в чем-то непобедимые, а в чем именно – мы узнаем позже (*папы встают на свои места*).

**Ведущий:**

А теперь, наши замечательные мамы.

**мамы**– *(делают шаг вперед)*

Они всегда в форме. Дают о себе знать постоянные тренировки: плита, бег по магазинам, прополка, стирка, уборка. И даже ежегодные передышки 8 марта не выбивают их из колеи. И мы уверены, что сегодня именно они будут задавать тон своим командам *(мамы делают шаг назад).*

**Ведущий:**

И, наконец, самые маленькие участники соревнований! *(дети делают шаг вперед)*

Это они еще с пеленок долгие годы закаляли постоянными тренировками и объединяли своих родителей в дружескую команду, ставя перед собой все новые задачи: тяжело в учении, легко в бою.

**Ведущий:**

Мы от души приветствуем и поздравляем всех, кто сегодня вышел на старт! Успехов нашим командам и побед!

**Ведущий:**

Затей у нас большой запас,   
И все они, друзья, для вас!   
И сейчас без опозданья   
Начинаем состязанье

**Первый конкурс «Хоккеисты»**

ведение мяча клюшкой

**Ведущий:**

Ну а следующая игра

Требует от игрока

Ловкости, умения,

Большого вдохновения!

Объявляем **следующий конкурс «**Не урони «снежок***»***  
 на теннисной ракетке перенести мяч

**Конкурс ««Санный спорт»**

Ребёнок или родитель садится на ледянку и «доезжает» до ориентира, обратно возвращаются бегом.

**Ведущий: а теперь отдохнем и отгадаем загадки**

Спорт на свете есть такой

Популярен он зимой.

По полозьям ты бежишь,

За соперником спешишь.(лыжные гонки)

Этот спорт известен всем,

Интересен он уж тем,

Что на льду людей толпа,

Шайба же на всех одна. (хоккей)

Как солдата нет без пушки

Хоккеиста не без…. (клюшки)

Из десятков разных стран

Собрались спортсмены к нам.

Вам названье вспомнить надо:

Этот «слет» -…(..Олимпиада)

Этот знак не продают,

А торжественно вручают.

За спортивные успехи

Им лишь лучших награждают.(медаль)

Болеть мне некогда ,друзья,

В футбол, хоккей играю я.

И очень я собою горд,

Что дарит мне здоровье…(спорт)

**Загадки- обманки.**

С ответом, друзья ,не торопитесь и на крючок не попадитесь!

Хоккеистов слышен плач:

Не попал в ворота мяч (шайба).

У Иринки и Оксанки

Двухколесные есть…….(не санки, а велосипеды)

Лыжня огибает деревья ,пеньки,

Несут , как на крыльях, нас наши….(не коньки, а лыжи).

Мячей футбольных ловец,

Стоит на воротах …(не пловец, а вратарь).

**Ведущий:**

**Игра «Катаем ком»**

катить мяч перед собой до ориентира и обратно

**Эстафета «Олимпийский огонь»**

держа в руках «факелы», по очереди пробегают «змейкой» между кеглями, оббегают ориентиры, возвращаются обратно в команду, передают «факел» следующему члену команды.

**Ведущий: конкурс *«Биатлон со снежками»***

Участники пробегают «змейкой» между конусами, выполняют прыжки из обруча в обруч, добегают до куба, наполненного ватными снежками. Необходимо попасть снежком в большой куб, после чего вернуться к команде.

**Ведущий:**

Последний вид соревнований,

«**Лыжные гонки**»

Первый ребёнок бежит змейкой между кубиками с лыжными палками в руках (гимнастическими, прижатыми с боку туловища, огибает ориентир и возвращается к своей команде, передаёт палки следующему.

Пора подводить итоги и награждать победителей.

**ВРУЧЕНИЕ ГРАМОТ.**

А завершаем мы наш праздник совместной пляской.

**«Танец маленьких утят»**