

Сценарий физкультурного досуга с родителями для детей среднего дошкольного возраста «С физкультурой мы дружны!»

Воспитатель
МДОУ детский сад №21 «Гнёздышко»
Дмитрук В.А.

Программные задачи: развивать значимость физической культуры и спорта, интерес к ним; создать радостное настроение у детей и взрослых; закреплять двигательные навыки, физические качества (быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве), воспитывать нравственно – волевые качества (целеустремлённость, взаимовыручку, дружелюбие). Включить здоровьесберегающие технологии;

Материалы: эмблемы для команд, воздушные шары, шесть пар «ласт», 2 набора конструктора, 2 игрушечные машины, 4 «сугроба».

Ход мероприятия:

Зал украшен шарами, на центральной стене – флаг России, флаг Кубани.

Дети с родителями под музыку входят в зал.

Ведущий. Пусть мороз трещит,
Вьюга в поле кружит,
Малыши – крепыши,
Не боятся вьюги !

Игра «Давайте все попрыгаем !»

Давайте все попрыгаем, попрыгаем, попрыгаем .
И ножками подрыгаем, подрыгаем, подрыгаем .
И ручками похлопаем, похлопаем, похлопаем .
И ножками потопаем, потопаем, потопаем .
И ручками помашем, помашем, помашем .
И весело попляшем, попляшем, попляшем !

Ведущий. Ай, да молодцы, хорошо поплясали. А посмотрите кто к нам пришёл,
услышав музыку.

(Входит печальный Медведь).

Ведущий .Здравствуй, Мишенька, почему ты такой грустный ?

Медведь . Я немножко толстоват
И немножко косолап .
Но поверьте мне друзья,
В этом виноват не я !

Ведущий . А скажи – ка, Мишка, нам,
Чем ты занят по утрам ?

Медведь . Я, ребята, долго сплю,
До обеда я храплю !

Ведущий . Расскажи нам по порядку
Часто ль делаешь зарядку ?
Спортом занимаешься ?
Водой обливаешься ?

Медведь. Нет! Зарядку, ребята, я не делал никогда!
Закаляться ? Страшновато!
Жуть! Холодная вода!
Может средство есть какое,
Чтобы сильным, ловким стать,
От других не отставать?

Ведущий. Есть такое средство! Есть!
Надо мёду меньше есть!
Утром долго не валяться,
Физкультурой заниматься;
Бегать, прыгать и скакать,
Душ холодный принимать!
Рядом ты с детьми вставай
Всё за ними повторяй!

Физкультминутка:

Раз, два, три, четыре, пять, начинаем приседать !
Влево – вправо повернулись
И друг другу улыбнулись .
Наклонились вперёд,
А теперь наоборот .
И ещё разок вперёд
И опять наоборот .
Потянулись, удивились
И на место приземлились .

Ведущий. Ну, как, Миша, тебе понравилась наша зарядка ?

Медведь. Да, я теперь в берлоге всегда её буду делать .

Ведущий. А теперь давайте поделимся на две команды и родители , и дети,
выбирайте эмблемы. Помогай, Миша! А мы сейчас начнём
соревнование.

Ведущий. И чтобы немного улеглось ваше волнение, предлагаем послушать
стихотворение, которые приготовили наши дети.

Спорт, ребята, очень нужен.

Мы со спортом очень дружим.

Спорт - помощник!

Спорт - здоровье!

Спорт - игра! Физкульт- ура!

Каждый день по утрам
Делаем зарядку.
Очень нравится нам
Делать по порядку:
Весело шагать, руки поднимать,
Приседать и вставать,
Бегать и скакать!

Ведущий: С кем, ребята, вы дружны?

Знать об этом все должны!

Дети: Солнце, воздух и вода –

Наши лучшие друзья!

Ведущий. А начнём мы наши состязания с постройки башни .

«Построй башню»

По – одному родителю с ребёнком от каждой команды. Игрушечный самосвал надо нагрузить кубиками, довезти до стройки и построить по образцу башню .

Ведущий. Молодцы, хорошо справились с первым заданием! Теперь следующий конкурс.

«Будем дружными !»

По команде, команды стоя друг за другом, держась за пояс. Идут, не размыкая цепочки, пройти «змейкой» среди кеглей и вернуться на исходную позицию.

Ведущий. Какие дружные у нас ребята. А теперь угадайте загадку:

Две весёлые подружки
Не отстали друг от дружки,
Обе по морю бегут,
Обе песенки поют.
Правильно, это ласты.

И у нас следующий конкурс.

«Гонки в ластах»

Соревнуются капитаны команд. Одев ласты, нужно обежать стул и вернуться в команду.

Ведущий. И сейчас мы проведём соревнование с элементами фристайла

«Фристайл с воздушными шарами»

Напротив каждой из команд по «сугробу». Родители, стоящими первыми, зажимают ногами, связанные между собой два маленьких воздушных шара. Бегут, стараясь не упустить шары. Подбежав к «сугробу»,обегают его. и возвращаются к своей команде, передают шары

Ведущий. Молодцы. А теперь задание на меткость.

«Меткие стрелки».

Чья команда быстрее и больше попадёт снежками в цель.

Ведущий. Молодцы, хорошо соревновались, до конца не сдавались! Думаю, к будущим Олимпийским играм подрастает достойная смена.

Ведущий: Судьи наши засиделись им помогут лесные звери. Вы теперь вставайте, с нами повторяйте.

Раз-присядка, два- прыжок

И опять присядка.

А потом опять прыжок

Заячья зарядка! Покажите как?

А лисята, как проснутся,

Очень любят потянуться,

Обязательно зевнуть ,

Ловко хвостиком махнуть! Ну, как?

Птичка скачет, словно пляшет

Птичка крылышками машет

И взлетает без оглядки

Это птичкина зарядка! Так сумеете?

Ну а мишка косолапый,

Широко разводит лапы,

То одну, то обе вместе,

Дома топчется на месте

А когда зарядки мало

Начинает всё сначала,

А вы так сумеете?

Судья.

И настал сейчас у нас.

Самый долгожданный час.

Все вы были молодцы,

И отважны и честны,

Показали ловкость, силу.

Танцевали вы красиво,

Благодарим всех за старанье,

Всем спасибо за вниманье!

(Вручаются всем участникам медали).

Ведущий. На этом наше развлечение завершено, но со спортом и физкультурой мы не прощаемся!