***Совместный физкультурный досуг на природе***

***родителей и детей старшего дошкольного возраста***

**«СОЛНЦЕ, ВОЗДУХ, СПОРТ И МЫ!»**

*Гудинова Е.В*

*инструктор по физической культуре*

*ДОУ 17 Кировского района СПБ*

**Цель:** Пропаганда здорового образа жизни среди детей и родителей. Создать праздничное настроение.

**Задачи:**

* Привлечь родителей к активному участию в спортивной жизни детского сада. Помочь им установить эмоционально-тактильный контакт с детьми, ощутить радость от совместной двигательной деятельности.
* Закрепить навыки детей, полученные на занятиях физической культуры. Совершенствовать двигательные умения детей в беге, прыжках, метании мяча в цель.
* Развивать умение действовать по сигналу, ловкость, быстроту реакции, внимание. Воспитывать выдержку, доброжелательность.

**Участники:**дети и родители старшего дошкольного возраста.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Длительность:**40 минут, вторая половина дня.

**Оборудование:** мячи среднего размера и малые, флажки-ориентиры, деревянные ложки, картофель (небольшие клубни), 2 стульчика, 2 детских ведерка, 2 пластмассовых корзины, 2 каната, бубен.

**Предварительная работа:** составление сценария, оформление зала, подготовка музыкального номера, изготовление эмблем, придумывание название команд, девизов-приветствий; занятия по физической культуре, игры и эстафеты на прогулке, разучивание с детьми и родителями совместных упражнений для разминки.

**Оформление площадки:** *Спортивная площадка украшена лентами, шарами. Звучит веселая музыка. Дети собираются на площадке.*

**Ход досуга**

*На спортивную площадку под музыку выходят 2 команды, состоящие из детей и их родителей. У каждой команды есть капитан. У участников соревнований на груди эмблема своей команды.*

**Ведущий (инструктор по физической культуре).**

Приветствует сад наш веселых гостей,

От теплых улыбок стало светлей.

Оставили папы сегодня работу.

И мамы забыли большие заботы.

Родители здесь, и здесь детвора…

Любителям спорта наше «УРА»!

**Родители.**

**1-й.**

Всем ребятам наш... (все вместе) привет!

И такое слово:

Спорт любите с малых лет -

Будете здоровы!

**2-й.**

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо бы узнать,

Как здоровым можно стать!

**3-й.**

В мире нет рецепта лучше -

Будь со спортом неразлучен,

Проживешь тогда сто лет -

Вот где кроется секрет!

**4-й.**

Приучай себя к порядку -

Делай каждый день зарядку,

Смейся веселей,

Будешь здоровей.

**5-й.**

Спорт, ребята, очень нужен!

Мы со спортом крепко дружим!

Спорт - помощник, спорт - здоровье,

Спорт - игра, физкульт... (все) ура!

**Ведущий.**

— Все собрались? И все здоровы?

Соревноваться вы готовы?

Ну, тогда, вы подтянитесь,

Не зевайте, не ленитесь!

Ждут вас испытания –

Веселые соревнования,

Кто тут смелый, ловкий,

Покажи сноровку!

*Ведущий представляет команды, их капитанов. Команды приветствуют друг друга, говорят свой девиз*

**Команда «Кузнечики»**

Быстрые и шустрые,  
Нету нас прыгучей!  
Нам сегодня побеждать  
Выпадает случай.  
Достойно будем мы играть,  
Свою команду представлять!

**Команда «Стрела»**

Девиз:

Как стрела, мы будем мчаться,  
Вам за нами не угнаться!

**Команда «Спортики»**

Девиз:

Мы не зря пришли сюда,  
Победим всех без труда!  
Ведь Спортики старались:  
Спортом занимались!

**Команда «Дружные ребята»**

Девиз:

Мы дружные ребята,  
Надежные друзья!  
К победе рвемся смело,  
Нам отступать нельзя!

**Команда «Большая компания»**

Девиз:

Мы компания большая,  
Нам никто не помешает,  
За победу будем драться,  
Вам за нами не угнаться!

**Команда «Радуга»**

Мы как радуги цвета,

Неразлучны никогда!

**Ведущий.**

— Прежде чем начать соревнования, давайте сделаем небольшую разминку под музыку.

*Как только разминка закончилась, в зал вбегает Незнайка*

**Незнайка.**

— А что это вы здесь делаете?

**Ведущий.**

— Здравствуй, Незнайка!

**Незнайка.**

— Всем привет! Ну что же вы здесь делаете?

**Ведущий.**

— У нас соревнования. В них участвуют разные команды. Они состоят из детей и их родителей. Хочешь участвовать в соревнованиях, Незнайка?

**Незнайка.**

— Конечно, я самый сильный и ловкий, и еще быстрее всех бегаю! Ну, вы начинайте, а я потом присоединюсь.

**Ведущий.**

— Все готовы? Начинаем наши соревнования! Сначала проверим, дружные ли у вас команды?

**1). «Дружная команда».**

Члены команд становятся произвольно, по сигналу бегут врассыпную. Вновь услышав сигнал, участники быстро строятся в колонку за капитаном. Побеждает команда выполнившая задание быстрее.

**Незнайка.**

— Молодцы! Я вижу, вы и без меня справились! Дружные у вас команды!

**Ведущий.**

— Продолжаем наши соревнования!

**2). «Кенгурята».**

Зажав мяч между коленями, участники прыгают с продвижением вперед до ориентира; обегают его и, взяв в руки мяч, бегом возвращаются к месту старта, передают мяч следующему участнику. Побеждает команда, члены которой быстрее прошли дистанцию, не уронив мяч.

*Незнайка решил попробовать выполнить задание, но только рассмешил всех.*

**Ведущий.**

— Не расстраивайся, Незнайка, у тебя обязательно все получится, но для этого нужно заниматься физкультурой. Посмотри, как соревнуются наши участники. Ты будешь болеть за них?

*Слово предоставляется жюри*

**Ведущий.**

— А сейчас, очень трудное испытание для участников-родителей! Все взяли ложки с картошкой?

**Незнайка.**

— Они что, обедать будут? Ну, тут мне равных нет, всех обгоню!

**Ведущий.**

— Незнайка, ты сначала посмотри, а потом хвастайся!

**3). «Ложка с картошкой».**

Участники кладут картофелину на ракетку. По сигналу идут к стульчику с ведерком, кладут туда клубень. Бегом возвращаются назад. Побеждает команда, члены которой быстрее выполнили задание, не уронив картофелину.

**Ведущий.**

— Ребята, справились ваши родители с заданием?

*Дети дружно:*

*— «Да!»*

*Незнайка тоже попытался выполнить это задание, но у него ничего не вышло.*

**Ведущий.**

— Не грусти, Незнайка, у тебя все получится! Давай лучше посмотрим, какой танец подготовили наши болельщики.

***Танец с лентами***

**Ведущий.**

— Отдохнули? Сейчас вас ждет новое испытание!

**4). «Поехали!»**

Взрослые участники команд становятся парами, берутся за руки, руки скрестно. Ребенок садится на руки. По сигналу: «Поехали!» взрослые несут ребенка к финишной черте; достигнув ее, опускают ребенка, берутся втроем за руки и бегом возвращаются назад. Затем задание выполняет следующая тройка участников. Выигрывает команда, быстро и правильно выполнившая задание.

*Слово предоставляется жюри*

**Ведущий.**

— А сейчас мы узнаем, смогут ли наши участники легко попасть в цель.

**5). «Попади в цель».**

Участники команд становятся парами: взрослый и ребенок. По сигналу первая пара подходит к исходной черте, берут по одному мячу и по очереди бросают его в пластмассовую корзину, стоящую на расстоянии 3 м от них. Затем задание выполняет следующая пара. За каждое попадание в цель – 1 балл.

**Незнайка.**

— Я тоже так умею! Смотрите и учитесь!

*Как Незнайка ни старался, а в цель не попал*

**Незнайка.**

— Ну, ничего-ничего, я потренируюсь и буду самым метким!

**Ведущий.**

— Правильно, Незнайка! А сейчас – ***конкурс капитанов.***

**6). «Измерь длину удава».**

Капитаны прыгают вдоль каната, от начала до конца. Побеждает тот, кто сделал наименьшее количество прыжков.

**Ведущий.**

— Наши веселые соревнования подошли к концу!

**Незнайка.**

— А кто же победил?

*Слово предоставляется жюри, оно сообщает результаты.*

**Незнайка.**

— А можно я буду награждать участников, вот я и медали приготовил! Не настоящие олимпийские, но тоже ничего!

*Незнайка поздравляет участников соревнований, вручает им медали*

*Члены жюри вручают командам грамоты*

**Незнайка.**

— Маэстро, музыку! Танцуем все!

***Общий танец***

*Ведущий благодарит жюри за работу, команды – за участие в соревнованиях, Незнайку за то, что поддерживал команды и болел за них. Незнайка прощается, обещает заниматься физкультурой, чтобы быть сильным, ловким и смелым, как участники соревнований Под музыку и аплодисменты зрителей команды покидают спортивную площадку*