Утверждаю

Врио заведующей МБДОУ

«Детский сад №3 с. Октябрьское»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Тедеева В.Е..

**Спортивно-развлекательное мероприятие с родителями**

**"Спортивная семья"**

***в младшей группе***

****

**Июнь 2022 год\**

***Не секрет, что основы здорового образа жизни и интереса к физической культуре и спорту закладываются в семье. именно поэтому, я предлагаю участие совместно******детям с взрослыми в физкультурно* – *оздоровительном развлечении.***

**Цель:**Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом. здоровому образу жизни, ответственность за свое здоровье и здоровье своих детей.  
**Задачи:**  
1. Формировать у родителей интерес к здоровому образу жизни, ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей.  
2. Формировать навыки сотрудничества детей и родителей; содействовать их эмоциональному сближению.  
3. Вызвать у детей положительный эмоциональный отклик на совместную деятельность со взрослым.

**Воспитатель:** Здравствуйте, уважаемые родители! Здравствуйте - простое, но такое доброе слово. Здравствуйте - желаем мы здоровья друг другу! Согласитесь приятно чувствовать себя здоровым, бодрым и весёлым. Недаром говорят: «В здоровом теле - здоровый дух!», а в основе здоровья лежит движение, я приглашаю вас вместе с детьми отправиться навстречу здоровью.

**Воспитатель:** Здравствуйте ребята! Сегодня мы вместе с вами отправимся на встречу к здоровью вместе с вашими семьями, папами и мамами. Спорт поможет нам найти здоровье.

**Воспитатель:** Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой – вдвойне. Итак, в добрый путь!  
1 Ребенок:  
Знают взрослые и дети,  
Что важней всего на свете –  
Мама, папа, ты и я -  
Вместе дружная семья.  
2 Ребенок:  
Семья – это радость, тепло и уют,  
Семья – это дом, где тебя всегда ждут.  
Если мир и дружба в семье,  
Вами будут гордиться все.

**Воспитатель:** - Праздник вместе с вами начинается у нас.

На веселую зарядку приглашаем всех сейчас!

И так обнимитесь,

Дружно за руки возьмитесь,

Друг за другом парами становитесь.

*(Все выстраиваются парами: ребенок- родитель.)*

Дружно весело шагаем  *Ходьба*  
Выше ноги поднимаем.  
На носки поднимись,  *Ходьба на носках*  
И на пятки опустись.  *Ходьба на пятках*  
Погуляем, как котята,  *Ползание на четвереньках*  
Ну а если надоест.  
То поднимемся повыше,  *Ползание с опорой на ладони и стопы*  
Как медведи ходят в лес.  
Мы по мостику пройдем  *Ходьба боком приставным шагом*  
Аккуратно и бочком.  
Нога в сторону шагает,  
А другая догоняет.  
Мы поскачем по дорожке,  *Прыжки*  
Тренируем наши ножки.  
Друг за другом побежали,  *Бег*  
Мы нисколько не устали!  
Руки вверх мы поднимаем  
Носом вдох и выдыхаем носом.  *Упражнение на восстановление дыхания.*

**Ходьба на носках.** - Спину маме, (папе) повернем,

Руки вверх потянем, на носочки встанем.

*(Родители идут сзади ребенка и держат его за  поднятые руки)*

**Совместная   ходьба:** - Теперь мамы на свои ноги поставьте ножки своей крошки.

Руки в стороны,  вперевалочку идем, как медведи мы вдвоем.

*(Ребенок стоит спиной к взрослому и ставит свои стопы на ноги взрослого; взрослый прижимает ребенка к себе, и  вместе с ним идет)*  
**«Вместе весело шагать»** **Воспитатель:** Нам преграды нипочём,  
Если вместе мы пойдем!  
Дети встают ногами на ноги родителя, если у одного ребенка пришло двое родителей то ребенок встаёт одной ногой на ногу мамы, другой на ногу отца. По сигналу участники шагают до ориентира и возвращаются обратно.  
**«Спортивный семейный портрет»**  
**Воспитатель:** Путь к здоровью достижения  
Требует большого вдохновения!  
По сигналу семьи стоящие первыми добегают до спортивного инвентаря (гантели, помпоны, лыжи, ласты, мячи и т.д.), разложенного в обруче, выбирают любые предметы и позируют с ними для «фотографа» - педагоги.  
**«Загадки»** **Воспитатель:** Видов спорта много есть,  
Даже все не перечесть.  
Будем мы сейчас играть,  
Спортивный инвентарь называть.  
1. Звонкий, громкий и прыгучий  
Улетает аж за тучи  
И на радость детворе  
Звонко скачет во дворе (мяч).  
2. Я его кручу рукой,  
И на шеи и ногой,  
И на талии кручу,  
И ронять я не хочу (обруч).  
3.Деревянных два коня  
Вниз с горы несут меня.  
Я в руках держу две палки,  
Но не бью коней, их жалко.  
А для ускоренья бега  
Палками касаюсь снега (лыжи).  
4. Кто на льду меня догонит?  
Мы бежим вперегонки.  
А несут меня не кони,  
А блестящие ... (коньки).  
5. Взял дубовых два бруска,  
два железных полозка.  
На бруски набил я планки  
Дайте снег. Готовы ... (санки).  
6. Я смотрю - у чемпиона  
Штанга весом в четверть тонны.  
Я хочу таким же стать,  
Чтоб сестренку защищать!  
Буду я теперь в квартире  
Поднимать большие...(гири).  
7. Ясным утром вдоль дороги  
На траве блестит роса.  
По дороге едут ноги  
И бегут два колеса.  
У загадки есть ответ.  
Это мой ... (велосипед).  
8. В руки ты меня возьми,  
Прыгать поскорей начни.  
Раз прыжок и два прыжок,  
Угадай, кто я, дружок? (скакалка)  
**Воспитатель:** С эстафетами справились отлично.  
Быстро бегать — это всем привычно.  
Теперь, попрыгаем, друзья,  
Узнаем кто у нас самый прыгающий ребенок?  
По сигналу дети выполняют прыжки.

**ОВД (катание, метание)**

**Игра «Догоните мяч»**

- Все вставайте в сторонку…

- Подниму я  корзину высоко-высоко,

Разлетятся мячики далеко- далеко,

Ребятки за ними скорее бегите,

И маме своей круглый мяч принесите.

- И так! У кого самый большой мячик? Поднимите ребеночка вверх.. А у кого самый маленький? (предлагает так же поднять ребенка вверх). А у кого красный мячик? А у кого массажный мячик? - Молодцы!!!

**Игра «Прокати мяч»** - Мячик сильно оттолкнем,

Встанем на четвереньки и за ним поползем.

Встаем по полоске, родители за детьми. По моему сигналу дети сильно толкают мяч и ползут на четвереньках за ним, догоняют его и приносят мамочке или папочке.

- Молодцы! Мамы и папы обнимите своих детишек, они такие быстрые, ловкие. Давайте уберем мячики в корзину.

**Игра «Перебрось мяч»** Разделимся. Дети встают по одну сторону родители по другую. И бросаем друг другу мячики.

*Педагог рассыпает мячики и предлагает перебросить их родителям. Родители в свою очередь бросают мячи обратно детям.*

Педагог: Отлично поиграли! Собирайте мячики.

**Игра «Найди свою маму»**

И так! Мамы расходятся в разные стороны, а дети бегают врассыпную в середине группы.

- Ты побегай, поиграй, только маму не теряй!

По моему сигналу бегите к маме, обнимайте ее.

   А теперь попрыгаем (дети прыгают, родители меняются местами друг с другом).

- Ты попрыгай, пошали, после к мамочке спеши!

Замечательно справились! Все своих мам нашли!

- Мы много играли, а теперь пришло время отдохнуть, расслабиться, сделать массаж:

**Массаж «Черепаха»**

*Дети стоят в кругу. Родители за своим ребенком на коленях.*

Шла большая черепаха и кусала всех от страха. *(Хлопки ладошками по спине)*

Кусь-кусь, кусь- кусь, никого я не боюсь!               *(Пощипывание)*

Черепаха не сердись                                    *(Поглаживание ладошками)*

Лучше с нами улыбнись.                              *(Улыбаемся друг другу).*

*Затем родители с детьми меняются ролями. Дети делают массаж родителям*.

-  Вот как хорошо мы с вами поиграли, здоровье укрепили.

- Все ребята смелые, ловкие, умелые!

-  А родители ваши – важные, сильные, отважные!

Ребятки, любите маму и папу? Тогда крепко-крепко обнимитесь и поцелуйте друг друга. Беритесь за руки и ведите родителей в раздевалку.

**Воспитатель:** И в заключении мне очень хочется сказать вам:  
Спортсмены – верные друзья и летом, и зимой.  
Пусть будет каждая семья спортивною семьёй!