

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
комбинированного вида детский сад №32
Петродворцового района города Санкт-Петербурга

Конспект физкультурного досуга
«Мы в семье со спортом дружим»
с использованием здоровьесберегающих технологий
с детьми и родителями старшей группы

Автор: Петрова Людмила Ивановна,
инструктор по физической культуре

Санкт-Петербург Ломоносов 2015

Технологии, используемые в ходе мероприятия: двигательная, музыкальная, игровая, здоровьесберегающая, коммуникативная.

Планируемый результат: ощущение эмоционального благополучия, умение использовать приобретенные двигательные навыки в соревновательной деятельности.

Цель мероприятия: приобщение родителей к совместной деятельности по физическому воспитанию детей.

Задачи:

- развивать умение ориентироваться в окружающем пространстве, двигаться в заданном направлении и в соответствии с заданным порядком действий;
- закреплять знания детей о видах спорта;
- формировать представления о здоровом образе жизни;
- воспитывать умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Оборудование для педагога: фломастер, ватман, мольберт кружки с двусторонним скотчем (к-бшт, з-б шт., ж-бшт), флэшка с музыкой, призы, секундомер.

Оборудование раздаточное для детей: кегли-15шт, обручи-15шт, корзина-3шт, кубики-15шт, ограничитель-3шт, клюшки-3 шт, мячи-25 шт., мешки-3шт.

Предварительная работа: рассматривание иллюстраций с видами спорта, рисунки на тему «спорт в семье», изготовление поделок-подарков для родителей.

Содержание досуга

Ведущий: Заниматься физкультурой полезно, а веселой физкультурой вдвойне.

Полюбуйтесь, поглядите на веселых, на ребят:

Олимпийские надежды нынче ходят в детский сад.

Будущие футболисты и гимнасты, и атлеты и пловцы-
все, какие молодцы!

А поскольку спорт это всегда соревнование и даже Олимпийский девиз – «Быстрее, выше, сильнее», то и мы сегодня будем соревноваться в веселых эстафетах.

А перед этим, что нужно нам сделать?

Разминка под музыкальное сопровождение («Оранжевое небо»)

В.-сейчас поделимся на 3 команды, и каждая команда выберет себе название.

А судить соревнование будет **жюри** в составе - (воспитатель, родитель)

- У жюри табло, на котором фломастером пишут название команд и затем за каждую эстафету наклеивают кружок (красный- 1 место, зеленый- 2, желтый-3).Победитель определяется по наименьшей сумме мест.

Приветствие команд (команде..... физкультпривет)

1-я эстафета **«Кто быстрее?»**

На расстоянии 3м от линии старта, расставлены 5 кеглей, расстояние между которыми 1 м, через 2 м обруч. По сигналу бег змейкой между кеглями, с мячом в руках. Коснуться мячом внутри обруча и гладким бегом вернуться к своей команде и передать мяч следующему в команде.

2-я эстафета **«Собиралочка»**

На расстоянии 3м от линии старта, разложены 5 обручей, расстояние между которыми 1 м. За ними на расстоянии 2 м ограничитель. В руках первого участника корзинка с 5 кубиками. По команде первый участник бежит и раскладывает кубики в круги, обегает ограничитель и на обратном пути собирает кубики в корзинку, которую передает следующему участнику.

Конкурс «Назови виды спорта». Команды по очереди называют любой вид спорта, команда, которая назовет больше видов спорта, выигрывает и получает бонусный бал.

3-я эстафета **«Попрыгунчики»**

Ограничитель стоит на расстоянии 10-12 м. Ребенок прыгает на мяче с рожками, взрослый на скакалке до ограничителя, оставляет мяч (скакалку) берет мяч-мякиш из обруча и

бросает в мишень(до попадания), подбирает мяч кладет обратно в обруч и возвращается прыжками на мяче(скакалке) передать эстафету.

4-я эстафета «Кто больше?»

Двое детей из команды держат мешок, по залу рассыпаны мячи разных размеров. Взрослый клюшкой загоняет мячи в мешок, чья команда больше мячей наберет за 2 минуты.

- Эстафеты сопровождаются веселой музыкой.

Ведущий – а теперь подошло время для жюри подвести итоги.

А мы пока сделаем массаж в парах со своими родителями. Вначале родители, а потом дети.

«Был у зайки огород, ровные две грядки

Он зимой играл в снежки, ну а летом в прядки

А весна как подойдет, он сажает огород

Огород копает, морковочку сажает.

Ямка-семя, ямка-семя

Летом солнышко пригреет, частый дождичек польет

У зайчонка морковка зреет, сорняки он уберет»

Ну а осень подойдет он морковку соберет.

(движения поглаживания, растирания, разминания по тексту)

Подведение итогов соревнований, вручение призов победителям и утешительных призов участникам.

Ведущая. Спасибо всем! Если вам сегодня было интересно и весело - мы очень рады.