

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 18 «Мишутка»

Конспект спортивного развлечения с родителями
на тему: «Спортивная мама»

Подготовила: Учитель физической культуры
Мирошниченко Алена Михайловна

Сургут, 2023 г.

Цель: Воспитание здорового образа жизни.

Осуществление преемственности в физическом воспитании детей между ДОУ и семьей.

Задачи:

1. Совершенствовать двигательные умения;
2. Обогащать родителей знаниями, практическими умениями в проведении досуга с детьми;
3. Создание радостного настроения, умение выполнять движения в соответствии с музыкой
4. Прививать любовь к спорту.

Инвентарь и оборудование

Магнитофон, фитболы - 2 штуки, конусы - 5 штук, мешочки с песком - 12 штук, скакалки 2шт , корзины, резиновые мячи.

Предварительная работа:

Подготовка команд, название команд, девиз, спортивная одежда и обувь.

Ход праздника

Под музыку в зал входят команды.

Ведущий: Мы собрались, чтобы провести спортивный праздник-соревнование «Моя спортивная мама». Спасибо всем, кто отложил свои дела и пришёл принять активное участие или просто поболеть. Наши мамы самые очаровательные.

Но мы знаем, для того, чтобы быть всегда в форме нам всем поможет- **спорт**. И сегодня мы постараемся всем вам доказать, что занятия **спортом** это и красивая фигура, хорошее настроение, здоровье...

На нашем празднике присутствует строгие и справедливые судьи, которые будут оценивать выступления команд и строго учитывать правильность выполнения заданий.

Жеребьевка команд под музыку

Ведущий: Представляем команды участников соревнования (фамилия имя ребенка, название команд, девиз), выдача маршрутных листов.

Ведущий: Перед началом соревнований нужно хорошо размяться.

На разминку выходите, свою ловкость покажите.....

СЮРПРИЗНЫЙ МОМЕНТ

В зал под **грустную** музыку входит Слезинка и разговаривает сама с собой:

- Как всё грустно и уныло, и ничего не хочется, что-то я совсем загрустила, хоть бы Смешинка со мной поиграла что ли, но она сегодня куда-то подевалась с самого утра, а с ней было так весело, а без неё очень-очень грустно

Под фонограмму **смеха** в зал входит Смешинка и кричит: Привет, ребята (*здоровается со всеми*) Как дела? Знаете кто я? Я Смешинка –Веселинка. Я пришла с вами поиграть. Только вот проблема, хотела взять с собой сестрёнку Слезинку-Грустинку, но она с самого утра куда-то подевалась. Я ищу её ищу, а она никак не находится (*поворачивается лицом к Слезинке и падает на пол от удивления*). А-а-а, это как называется? Я бегаю ищу её понимаешь ли, хотела пригласить её в гости к вам, а она уже тут. Я хотела поднять ей настроение, поиграть, ведь сегодня СОРЕВНОВАНИЕ ДЛЯ МАМ, когда нельзя грустить.

Смешинка: -А я знаю. Ребята, а вы мне поможете развеселить её?

Дети: -Да, поможем.

Слезинка: -Сомневаюсь что у вас это получится. (*плачет*)

Смешинка: -А это мы сейчас увидим. Ребята выходите ко мне, для начала немного разомнёмся, а ты Слезинка повторяй за нами.

Показывают весёлую зарядку вместе:

Эй, девчонки, руки шире, сядем на пол как в квартире.

А теперь все дружно встали, руки к поясу убрали.

Шаг всем вправо, шаг всем влево,

МАМЫ словно королевы!

Ноги крестиком и вместе, и попрыгаем на месте.

А руками вверх и вниз, все похлопали на бис!

А потом чихните дружно, а теперь смеяться нужно!

А сейчас на плечи руки, чтобы не было нам скуки.

Ногу правую вперёд, а потом наоборот.

Дружно на пол все присели, покрутились, встали сели,

Будто мы на карусели.

А сейчас команду слушай: Ухвати себя за уши,

И наружу языки, и по шире локотки,

И вот так все дружно вместе вы попрыгайте на месте!

Смешинка: - Ну что вам понравилось?

Дети: - Да!

Смешинка: - Ну а тебе сестрёнка, понравилось?

Слезинка: - Понравилось. Но мне всё равно ещё немного грустно.

Инструктор: А сейчас мамы выходят на разминку вместе с детьми

Музыкальная разминка

СОРЕВНОВАНИЯ СЧИТАЮ ОТКРЫТЫМИ, звучат фанфары открытия.

Приглашаю всех на линию старта. Желаю хороших результатов, бодрости и весёлого настроения.

ПРОГРАММА СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА

«МОЯ МАМА - САМАЯ СПОРТИВНАЯ»

Конкурсные испытания (эстафеты) заключаются в последовательном выполнении участником заданий, определяющих его степень владения двигательными навыками.

Выполнение всех заданий начинается от линии старта по сигналу судьи

ЭСТАФЕТЫ

1 «Меткий стрелок»

Участники стоят на линии старта в колонне по одному (ребенок, мама). От стартовой линии на расстоянии 4 метра лежат мешочки с песком.

По сигналу судьи включается секундомер и первый участник (ребенок) бежит до обруча с мешочками- бросает мешочек в цель РАССТ 2 МЕТРА(корзина), бегом возвращается обратно, передает эстафету маме. Мама также бежит до обруча и бросает мешочек, возвращается обратно. Секундомер выключается.

Победителем становится команда, показавшая лучший результат (наименьшее итоговое время прохождения эстафеты.)

Бонус -3 секунды за попадание мешочком в цель.

Штраф - заступ за стартовую линию + 3 сек

2 «Хватай - не зевай»

На стартовой линии лежит обруч № 1, на расстоянии 6 метров от стартовой линии лежит обруч № 2 с мешочками.(6 шт)

Участники стоят на линии старта в колонне по одному(ребенок, мама).

По сигналу судьи первый участник(ребенок) начинае движение:

Бежит до обруча № 2, берет один мешочек и переносит его в обруч № 1,

Передает эстафету второму участнику (маме), а сам встает в конец колонны, затем бежит мама и так далее пока все мешочки не окажутся в обруче № 1.

Победителем становится команда, показавшая лучший результат (наименьшее итоговое время прохождения эстафеты.)

Штраф - заступ за стартовую линию	+ 3 сек
- не передал эстафету	+ 3 сек
- взял больше одного предмета	+ 3 сек\

3. Веселые пингвины.

Участники стоят на линии старта в колонне по одному (ребенок, мама)

Ребенок сидит на фитболе, мама держит резиновый мяч, зажав коленями.

По сигналу судьи включается секундомер, и первый участник(ребенок) начинает движение:

Ребенок, прыгая на мяче, обходит стойки змейкой. Обойдя последнюю стойку, хватает мяч в руку и бегом возвращается по прямой на стартовую линию. Как только ребенок пересечет стартовую линию, движение начинает мама.

Мама, прыгая с мячом, зажатым между коленями, обходит стойки змейкой.

Обойдя последнюю стойку, мяч берет в руки и бегом возвращается к стартовой линии

Победителем становится команда, показавшая лучший результат (наименьшее итоговое время прохождения эстафеты.)

Штраф - заступ за стартовую линию + 3 сек
 - не обошел конус + 3 сек

Музыкальная пауза

4.Каракатица

По сигналу судьи включается секундомер , и участники начинают движение:

Мама берет ребенка за ноги, обхватив щиколотки. Ребенок на вытянутых руках шагает по полу до ориентира.

Победителем становится команда, показавшая лучший результат (наименьшее итоговое время прохождения эстафеты.)

5.Веселая скакалка. - соревнуются только мамы.

По сигналу судьи включается секундомер, и мама начинает 20 прыжков через скакалку любым способом. Учитывается 20 прыжков на время:

Победителем становится мама, показавшая лучший результат (наименьшее итоговое время)

Жюри и судья: Подсчитывают результаты. После объявляет итоги всего мероприятия

Ведущий: И вот подводим мы итоги,
 Какие б ни были они,
 Пускай спортивные дороги
 Здоровьем полнят ваши дни!
 Спасибо вам и до свидания!

ПРИЛОЖЕНИЕ

МУЗЫКАЛЬНАЯ ПАУЗА на время подсчета результатов

ТАНЕЦ «Дружба»

Игра «Пылесос» Дети свободно ходят по залу изображая пылинки.

С окончанием музыки присаживаются на корточки. «Пылесосы» - грустинка и смешинка собирают пылинки, дотрагиваясь до каждого ребенка. Дети по очереди выстраиваются за ними и двигаются друг за другом.

Протокол результатов спортивно-оздоровительного мероприятия "Моя мама – самая спортивная!"

№ п\п	Название команды	количество баллов	Общий итог.	Место
1				
2				
3				
4				
5				