Муниципальное бюджетное дошкольное общеобразовательное

учреждение №21 «Светлячок»

Конспект спортивного праздника для детей старшего дошкольного возраста

**«Фитнес мама»»**

Подготовила и провела:

Петрук Е.Н.

учитель физической культуры

г. Сургут

**Конспект спортивного развлечение с родителями и детьми**

**старшего дошкольного возраста «Фитнес мама»**

*Цель:* Создание положительного эмоционального настроения у детей и родителей.

*Задачи:*

- развивать эмоциональную отзывчивость, коммуникативные навыки;

- совершенствование двигательных умений и навыков у детей и взрослых;

- формировать чувства взаимопомощи и поддержки, желание принимать активное участие в совместной двигательной деятельности, играть честно;

- способствовать формированию у семей интерес к ЗОЖ и спорту;

- воспитывать заботу, любовь и уважение к маме.

*Оборудование:* воздушные шары, мячи, кубики, дуги, «кочки», обручи, корзинки, мелкие игрушки, баскетбольные стойки, трубочки, сок, стаканы, кубы, детская посуда, столы, два таза, Грамоты для мам, медали для детей, поздравительные открытки, фонограмма для эстафет.

*Участники:* воспитанники старшей группы, мамы, педагоги, болельщики.

*Ход:* Под музыкальное сопровождение дети вместе с мамами входят в празднично оформленный физкультурный зал, спортивным шагом, выполняют перестроение и расходятся на две колонны.

*Ведущий:* Здравствуйте уважаемые гости, участники-спортсмены, болельщики!

Для здоровья важен спорт,

Чтоб болезням дать отпор.

Нужно спортом заниматься,

И здоровым оставаться!

Как усталость победить,

И веселым всегда быть?

Мы ответим без труда,

Спорт – вот лучшая игра!

*Ведущий:*Сегодня у нас с вами будет не обычная тренировка, а семейная и пройдет она под девизом: «Спорт — это жизнь, а жизнь – это движение!» мамы оставили все свои заботы, дела, решили сегодня потренироваться и поиграть вместе с вами!

Будьте в дружбе с физкультурой

Мамы, бабушки и дети!

Воздух, спорт и витамины

Очень всем нужны на свете!

**1 эстафета разминка «Пролезь, перепрыгни, положи».**

У каждого участника в руке резиновый мячик. Участнику необходимо подлезть под дугу, перепрыгнуть из обруча в обруч «классики» и положить мячик в корзину. Чья корзина быстрее наполниться, та команда побеждает.

*Ведущий:*

Съел на завтрак он омлет,

Пять картофельных котлет,

И тарелку манной каши

Попросил у мамы нашей.

А посуду не помыл!

**2 эстафета «Моем-чисто, моем-быстро»**

Мамы и дети по очереди несут тарелку к тазику, имитируют «мытьё тарелки» ставят её на куб в разнос и бегом возвращаются. Передают эстафету следующему участнику.

1 Ведущий: Молодцы, отлично справились с заданием! Скажите ребята, а вы на все готовы ради мамы? Тогда новое испытание для ребят!

А мамы присядут и поддержат ребят?

Пришла весна, снег тает впереди много воды, нужно преодолеть болотце.

**3 Эстафета «По кочкам за цветочком для мамы»**

Дети встают в колонну, по сигналу нужно преодолеть болото пройти по кочкам, «сорвать» цветок, вернуться к команде и передать эстафету. Молодцы! Подарите цветы мамам.

*Девочки исполняют «Танец с лентами»*

*Ведущий:*Логическая разминка для болельщиков.

Ставьте ушки на макушку, слушайте внимательно, отвечайте вместе, дружно, верно, замечательно

Вы не найдете хлама,

Убрала все чисто …мама

И блестит в окошке рама,

Это вымыла все …мама

Младший брат поел недавно,

Спеленает его … мама

Младший брат поел недавно,

Спеленает его … мама

Даже супчик вкусный самый

Приготовила вам … мама

В саду задали поделку,

С ней поможет ваша … мама

Я думаю, что и сейчас вам мамочки то же помогут.

*1 Ведущий*: Внимание, следующее вкусное соревнование!

**4 Эстафета «Насосы»**

Стаканы с соком и двумя трубочками 6 пар. Мама с ребенком одновременно втягивают сок соломинкой из стакана. Чья пара быстрее опустошит стакан, та и побеждает.

*Ведущий:*

Вы, наверное, устали?

А давно ль вы танцевали?

Скорее к нам вы выходите!

Ноги, ручки разомните!

Я приглашаю всем вместе потанцевать и одновременно мышцы размять.

**5 Эстафета: «Танцуй вместе с нами»**

Одновременно выходят два человека кладут на голову мешочек с горохом и раскачивая корпусом под музыку «имитируя танцевальные движения» идут до обруча опускают в него мешочек берут мяч и выполняют бросок в баскетбольное кольцо, назад бегом к команде.

*Ведущий:* Молодцы! Много дел у мамы, но она всегда находит время почитать любимому сыночку или дочке сказку! Правда, мамы?

А вот мы сейчас проверим, как вы внимательно читаете детям сказки.

**6 Эстафета: «Сказочная»**

В гости к бабушке пошла,

Пироги ей понесла.

Серый волк за ней следил,

Обманул и проглотил. Кого?

(Красную шапочку)

Убежали от грязнули

Чашки, ложки и кастрюли.

Ищет их она, зовет,

И в дороге слезы льет. Кто это?

(Федора)

И зайчонок, и волчица –

Все бегут к нему лечиться. Кто это?

(Добрый доктор Айболит)

Ждали маму с молоком,

А пустили волка в дом.

Кто же были эти

Маленькие дети?

(козлята, а сколько их было? семеро)

Как у Бабы у Яги -

Нет совсем одной ноги,

Зато есть замечательный

Аппарат летательный.

Какой? (Ступа)

Знает утка, знает птица,

Где Кощея смерть таится.

Что же это за предмет?

(Игла)

Молодцы!

*Танцевальная композиция «Мы самые»*

*Ведущий:*

Часто так бывает: поиграли, повеселились, все разбросали, а порядок наводить никому не хочется. Правда, мамы? Вот давайте и посмотрим, как справляются с этим беспорядком быстрей мамы или дети!

**Эстафета «Порядок».[**

Дети и мамы выстраиваются цепочкой в две команды и по сигналу начинают передавать друг другу мелкие игрушки вперед. Команда, у которой закончатся игрушки, поднимают руку вверх.

*Ведущий:*

Ходит чудо по квартире,

Нет его дороже в мире.

Как озера глазки,

Гномик маленький из сказки.

Говорит он: - Дай конфету!

Отвечает мама: - Нету!

Гномик ласковый пропал,

Вредным плаксой гномик стал!

Это кто же так ревет?

Может это пароход?

Может это водовоз?

Тут разлил ведро он слез?

Кто тут топает ногами?

Плакса-вредина откуда?

И куда девалось чудо?

Мама даст ему игрушку,

Чмокнет в сладкую макушку,

Мама рядом посидит,

Снова в чудо превратит!

Уважаемые мамы для ваших – чад ещё одно задание!

**8 Эстафета «Собери нежное слово».**

Из палочек нужно собрать самое нежное слово МАМА.

На свете добрых слов не мало,

Но всех добрее есть одно

Из двух слогов простое ма-ма

И нет дороже, чем оно! Ребята берегите и заботьтесь о своих мамочках!

*Ведущая*: Наша веселая, дружная тренировка подходит к концу. Пусть совместная тренировка станет доброй традицией в ваших семьях. Нам было очень приятно видеть ваши нежные улыбки и счастливые глазки детей. Мы благодарим всех за активное участие в совместном мероприятии.

Мамам вручаем Грамоты, детям медали.

Для здоровья важен спорт,

Чтоб болезням дать отпор.

Будем спортом заниматься,

Чтоб здоровым оставаться!