

МБОУ «Мешковская средняя общеобразовательная школа»
Белгородской области, Шебекинского района
«Мама, папа, я — здоровая семья».

Совместное с родителями спортивно-оздоровительное развлечение «Мама, папа, я - здоровая семья!»

Воспитатели: Каукалова И.Я
Паршина Н.Ф

Цель: Пропаганда активного отдыха и здорового образа жизни детей и родителей, укрепление здоровья детей и родителей посредством упражнений и подвижных игр с использованием нестандартного физкультурного оборудования.

Задачи:

- воспитывать у детей и взрослых интерес к оздоровлению собственного организма,
- способствовать сплочению семьи, воспитанию доброты, душевности, отзывчивости в отношении детей и родителей,
- создавать положительный эмоциональный комфорт у детей и взрослых в процессе общения друг с другом.

Подготовка к празднику:

подготовить реквизит для конкурсов (изготовить нестандартное физкультурное оборудование);

подготовить чтецов (родители и дети)

подготовить музыкальное сопровождение

подготовить призы для награждения;

оформить площадку

Оборудование: костюмы доктора Айболита и обезьянки, конусы-ориентиры, клюшки, обручи, гантельки, эстафетные палочки - по количеству команд, мячи, ленты, шнур. В оформлении работы представлены фотографии из альбома детского сада (фото детей размещены с согласия родителей и законных представителей)

ХОД

Ведущий (Воспитатель): Здравствуйте, дорогие дети, здравствуйте, родители и гости. Мы сейчас на нашей спортивной площадке устроим настоящий праздник. И для этого сможем обойтись с вами без волшебников и магов. Мы лучше встретимся с обычным доктором Айболитом.

Дети приветствуют доктора Айболита.

Айболит: Всем ребятам мой привет И такое слово:

“Спорт любите с детских лет,

Будете здоровы!”



Ну-ка дружно, детвора,

Крикнем все: “ФИЗКУЛЬТ-УРА!”

На площадку выходит хныкающая обезьянка Анфиса с шарфиком вокруг горла и с большим градусником под мышкой.

Айболит: Ну что же с тобой делать, лечиться не хочешь, таблетки надоели, микстура – горькая. Посмотри на себя, разве можно приходить на детский праздник с температурой? (Вытаскивает у нее градусник и покачивает головой). Посмотри на этих детей, вот они точно не будут болеть. Ребята, а вы знаете, что необходимо делать, чтобы быть здоровыми и бодрыми?

Дети рассказывают про здоровый образ жизни (утренняя зарядка, закаливание и т. д.)

Анфиса: Надоела мне ваша зарядка, одно и то же каждый день: сели – встали, ножкой топ, ручкой хлоп! (кривляется).

Ведущий: А вот и нет. Наши ребята делают веселую зарядку.

Анфиса: С бананами что ли?

Ведущий: У тебя одни бананы на уме, снимай свой шарф и вытаскивай градусник, и вместе с ребятами становись на зарядку, такую зарядку, от которой у тебя температура упадет, и настроение поднимется

Ритмическая гимнастика «Веселая зарядка»

Анфиса: Ой, как здорово!

Действительно, веселая зарядка. Мне очень понравилось, я чувствую себя хорошо!

Айболит: Ну, раз моя пациентка здорова, может, возьмете ее на свой праздник?

Ведущий: Конечно.

Ведущий: А теперь попросим Айболита посмотреть, какие ребята и их родители ловкие.

Конкурс «Пройди – не задень»

В конкурсе принимают участие родители. На всю ширину площадки натянута шнур, высоту которого можно регулировать. Задача: пройти под шнуром лицом, не задев его. Игрок, задевший шнур, выбывает из игры. После каждой попытки, которую предпримут игроки, шнур устанавливается на следующей нижней отметке. Побеждает игрок которой возьмет самую низкую планку.

Айболит: А теперь все повторяйте движения за Анфисой, а я займусь осмотром и проверю ваше здоровье.

Анфиса:

Попрошу всех встать

И команды выполнять:

Все дети, родители и зрители выполняют движения в соответствии с текстом (дыхательная гимнастика, а доктор Айболит ходит, осматривает детей (трогает бицепсы, слушает дыхание).



Все дышите, не дышите.

Все в порядке – отдохните.

Вместе руки поднимите.

Превосходно! Отпустите!

Наклонитесь, разогнитесь,

Встаньте прямо, улыбнитесь.

Айболит:

Да, осмотром я доволен,

Из ребят никто не болен,

Каждый весел и здоров,

Не зовите докторов.

Все могут участвовать в соревнованиях.

В соревнованиях принимают участие команды позвольте их представить: (звучит песня «Вместе весело шагать по просторам», команды входят спортивным шагом) .

Ведущий: Любые соревнования не могут обойтись без нашего доброго, славного, щедрого жюри, и сегодня в жюри у нас (представление членов жюри).

Эстафеты:

1. Бег с эстафетной палочкой.

2. Пробеги в обруч (родители катят обруч впереди себя, дети пробегают через катящийся обруч, обратно бег вдвоем держась за руки, обруч в руках у взрослого).

3. Хоккей с мячом (ребенок прокатывает клюшкой один мяч, следом мама должна прокатить клюшкой два мяча, папа-три).

4. Не хуже кенгуру

Нужно пробежать, а вернее - пропрыгать определенное расстояние, зажав между коленями теннисный мяч. Если мяч падает на землю, бегун поднимает его, снова зажимает коленями и продолжает бег.

5. Три приседания.



После сигнала игрок, добежав до ориентира, берет в руки гантельки и приседает три раза, кладет и бежит назад. Чья команда быстрее справится, та и победит.

Айболит: Да, я увидел, вы действительно здорово справились со всеми заданиями нашего путешествия, вы стали сильными и ловкими.

А сейчас хочется посмотреть насколько быстрые и ловкие у нас семьи.

Игра «Хвостики» - необходимо сорвать «хвостики» соперников. При этом постараться сохранить свои. Проигрывает команда, участники которой останутся без хвостов.

Жюри подводит итоги соревнований, вручает подарки и грамоты.

Ритмический танец «Неразлучные друзья».

Айболит:

Праздник весёлый удался на славу!

Думаю, всем он пришелся по нраву.

Анфиса: Спасибо за праздник и веселье. До свидания, ребята, до свидания папы и мамы.

(фотографии с праздника прилагаются)

(участвовали дети разновозрастной группы детского сада «Солнышко», село Мешковое

Ноябрь 2017 г