Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

« Детский сад № 41» р.п. Петровское

Совместный тематический досуг

в средней группе

к дню 8 марта ( к Дню матери )

**«Моя спортивная мама»**

Подготовила

Инструктор

по физической культуре Гусева Е.Г.

Март 2017

**Цель:** Создание благоприятных условий для возникновения тесного эмоционального контакта между мамами и детьми .

**Задачи :**

**-** Обогащать опыт детей и родителей совместными двигательными действиями;

- Помочь родителям установить тесный эмоциональный контакт с детьми;

- Содействовать возникновению у родителей и детей чувство радости и удовольствия от совместно выполняемых упражнений ;

- Приобщать детей и родителей к здоровому образу жизни ;

- Расширять кругозор ;

- Способствовать развитию доброжелательных взаимоотношений ;

- Воспитывать чувство сопереживания и взаимопомощи .

**Оборудование :**

2 мяча для фитбола , 2 больших мяча , кегли ,гимнастические палки по количеству детей , султанчики 6 штук , султанчики по количеству родителей , 3 скакалки , ленточки по количеству детей , малые обручи (кольца по количеству детей ),большие обручи для мам ,музыкальное сопровождение , слайды с некоторыми видами художественной гимнастики .

**Ход :** Спортивный зал торжественно входят дети под музыку . Мамы уже сидят в зале .

**Инструктор :**Здравствуйте , ребята , здравствуйте , дорогие наши гости!

Здоровья день , день красоты ,

Его все любят я и ты .

И все вокруг твердят всегда :

Здоровым быть вот это да !

Ребята , а что нужно ,чтобы быть здоровым ? (ответы детей )

**Инструктор :** Правильно , здоровье это движение , движение это жизнь .

Не любят ребята сидеть без движенья ,

Поскольку в движении наше спасенье .

Скорее в колонну вставайте и к делу ,

Двигайтесь с нами задорно и смело.

**Инструктор :** Сегодня мы с вами отправляемся в Олимпийскую деревню где нас вами уже ждут наши любимые мамы и бабушки .Но для того ,чтобы туда попасть мы должны подготовиться , размять свои мышцы и зарядиться энергией .

**Спортивно- музыкальная разминка «Солнышко лучистое»**

**Инструктор :** Вот теперь мы готовы , В Олимпийской деревне нас встречают самые спортивные , самые добрые , самые весёлые мамы .

**Инструктор :** На свете добрых слов живёт не мало ,

Но всех добрее и нежней одно :

Из двух слогов простое слово « ма- ма »

И нету слов роднее , чем оно .

**Дети :**Любимая мама тебя поздравляю ,

И в праздник весны здоровья желаю,

Пускай тебе милая в жизни везёт ,

Пускай тебя радость и счастье найдёт ,

**Инструктор :** Посмотрите , ребята , какие ваши мамы красивые , весёлые , счастливые , ведь у них есть вы . Но ещё совсем недавно они тоже были детьми и мечтали о том , какими они вырастут , кем станут и многие из них представляли себя фигуристками , балеринами и конечно же гимнастками .

Давайте же сегодня поближе познакомимся с королевой спорта – Художественной гимнастикой . Дорогие мамы и бабушки давайте вместе вспомним 5 направлений художественной гимнастики .( мамы называют )

**Инструктор :** А сейчас вопрос вам , ребята . Какие предметы используются в художественной гимнастике ?

Ответы детей (мяч, лента, обруч , булава, скакалка.)

Правильно , ребята . Возьмём все обручи , и на минутку станем все гимнастами .

(дети берут обручи и строятся в 3 колонны .)

**Инструктор :** Обруч наш с вами друг ,

Он похож на солнца круг.

**Дети :** 1**.** Мы покрутим обруч дружно ,

И прокатим так как нужно.

Раз , два , три , четыре , пять –

Ловкими хотим мы стать.

2. Обруч весело кручу ,

Нелегко с ним справиться,

Я спортсменкой стать хочу ,

Гимнастика мне нравится.

Дети с инструктором исполняют танцевально – ритмическую композицию с обручами .

**Инструктор :** Хват , вращенье , поворот,

Сила рук и грация .

Обруч развивает в нас

Точность и координацию.

А сейчас я приглашаю наших мам и бабушек поупражняться с обручем .

**1 задание :** «Прокрутить обруч сначала на правой , затем на левой руке»

**2 задание :** « Прокрутить обруч на двух руках одновременно»

**3 задание :** « Высший пилотаж . Прокрутить обруч на талии»

(Мамы и бабушки показывают свои таланты )

**Инструктор :** Молодцы !

Будем вместе мы учиться ,

За рекордами стремиться

Ребята , на смену обручу пришёл весёлый звонкий мяч .(показывает мяч )

**Ребёнок :** Друг весёлый , мячик мой ,

Всюду он всегда со мной .

Раз , два , три , четыре , пять

Я люблю с тобой играть .

**Инструктор :** Наш мячик прыгал и скакал , на эстафету нас позвал .

Эстафета с мячами.( Первыми соревнуются мамы , затем дети )

Прокатить мяч до фишки ( кегли ) взять его , бегом обежать кеглю и вернуться в команду , передать мяч следующему игроку сказав волшебное слово –команду «беги».

**Инструктор :** Молодцы , ребята ! А сейчас я приглашаю ваших мам , показать своё мастерство . ( Мамам предлагается проскакать на фитбольных мячах с ушками до фишки и обратно , дети приветствуют мам )

**Инструктор :**Молодцы ! Ребята , давайте поприветствуем участников этого соревнования ,(аплодисменты ).

А вот султанчики цветные ,

Предметы фантастические ,

С ними стоит заниматься ,

Надо только постараться !

**Инструктор :** Ну . что ж , готовы ? Тогда приглашайте своих мам и бабушек на спортивное выступление .

( Все участники строятся в колонны и под руководством **инструктора исполняют спортивный танец с султанчиками )**

**Инструктор :** А ещё в гимнастике используются гимнастические палки. Давайте посмотрим , какие упражнения смогут с ними выполнить наши мамы ?

( Мамы под музыку выполняют комплекс упражнений с гимнастическими палками )

**Инструктор :** Да наши мамы настоящие гимнастки , давайте оценим их выступление громкими аплодисментами .

**Инструктор :** Ребята , внимание на экран , посмотрите , а что это держит в руке гимнастка?

**Инструктор :**Правильно – это гимнастическая лента .

Восьмерки , махи и круги

Рисуем лентой разноцветной ,

Как Фея палочкой заветной

Взмахнёшь и вот , художник ты

**Танец с лентами**

**Инструктор**: А сейчас мы с вами поиграем в **игру «Ручеёк»**

Дети встают парами за руки , образуя «ручеёк» , ленточки в поднятых руках, мамы проходят под лентами и выбирают каждая своего ребёнка и выстраиваются в новый ручеёк .

**Инструктор :** Про скакалочку забыли .

Мы скакалочки возьмём ,

Прыгать через них пойдём.

Выходи скорей дружок

И попрыгай хоть разок .

А сейчас я предлагаю мамам поделиться опытом со своими детьми и показать какие прыжки можно выполнять на скакалке . ( на одной и на другой ноге , с переворотом , с прокруткой и т.д.)

**Инструктор:** У меня в руках скакалка ,

Мне скакалку очень жалко .

Целый день она крутилась .

Целый день о землю билась.

Наигралась , утомилась ,

Ко мне в руки попросилась.

Все ребята выходите ,

На скакалку посмотрите,

Предлагаю поиграть ,

Через скакалку поскакать .

**Проводится игра «Рыбак и рыбки»** роль рыбака выполняет родитель.

**Инструктор :**Предлагаю вам еще одну игру со скакалкой, а заодно проверим как хорошо вы знаете дни недели .

**Игра « Дни недели»** Двое ведущих держат скакалку натянутую вверху, дети, называя день недели походят друг за другом под скакалкой. С каждым днём недели скакалка опускается всё ниже и ниже , ребёнок . который задел скакалку выбывает из игры .( к концу недели дети уже проползают под скакалкой )

**Инструктор :** Вот и подошло к концу наше путешествие в Олимпийскую деревню. Предлагаю наших мам забрать своих мам с Олимпийских сборов и отправиться домой вместе . ( дети берут своих мам за руки и выстраиваются парами , друг за другом и под музыку спортивного марша проходят по залу )

Мастерство с годами зреет,

И придёт ваш звёздный час.

Мы в вас , ребята твердо верим :

Помните , мы с вами , мы за вас!

Мамочки наши родные ,

Мы вас любим безмерно

И желаем вам счастья

И здоровья отменного.

А еще мы вам желаем

Много тёплых , светлых дней,

Чтобы вы как можно дольше

Радовали нас и своих детей !

Спасибо за активное участие ! До новых встреч!