**Совместный физкультурный досуг детей и родителей «Вместе весело шагать»**

Цель: Привлечение **детей и их родителей** к активному участию в **физкультурном досуге**.

Задачи:

1. Совершенствовать двигательные умения и навыки.

2. **Развивать ловкость**, быстроту реакции, координацию движений.

3. Способствовать **развитию** положительных эмоций, чувства взаимопомощи, товарищества.

Оборудование: обручи 10 шт., маленькие мячики 10 шт., большие мячи 4 шт., кегли 10 шт., мягкие круги 4 шт., гимнастические палки 2 шт., колпачки 10 шт., тазики 2 шт.

Ведущий: Добрый день дорогие ребята, уважаемые родители. Сегодня мы проводим семейные спортивные эстафеты, в которых будут принимать участие не только ребята, но и их родители. Очень радостно то, что детишки вместе с вами будут соревноваться.

Приятно видеть людей с доброй, приветливой улыбкой и счастливым взглядом. А

если это семья – это приятно вдвойне. Неважно, кто станет победителем в нашем состязании, главное, чтобы все почувствовали атмосферу доброжелательности, взаимного уважения и понимания.

Если хочешь быть умелым,

Ловким, быстрым, сильным, смелым

Никогда не унывай, в [спорте честно побеждай](https://www.maam.ru/obrazovanie/sportivnye-prazdniki),

Вот здоровья в чём секрет, будь здоров, **физкульт-**

Взрослые и дети: Привет!

Начинаем наше **физкультурное мероприятие** с музыкально-ритмической разминки. Не ленись, на разминку становись. (*зарядка про зверят(Слова М. Гауер, музыка В.Богатырева, исполняет Алина Кукушкина.)*

Построение, расчет, деление участников на 2 команды.

Для начала надо построиться в одну шеренгу, рассчитаться на *«первый – второй»*, первые номера выходят на шаг вперед, вторые номера остаются на месте, таким образом, у нас получились две команды *(делим* ***родителей и детей****)*.

 Переходим к первому заданию "Давайте познакомимся". Командам нужно придумать название команды и дружно произносите название команды.

Итак, познакомились. А теперь прыгать и играть, готовы?

1. «Разложи мячи». Первый участник прыгает в каждый обруч и кладет в него мячик, следующий прыгая в каждый обруч, кладет мячик рядом с обручем.

2. «Самый ловкий» С двумя мячами в руках пробежать мимо кеглей змейкой, оббежать конус, вернуться, передать эстафету следующему.

3. «Передай другому» Построиться цепочкой и, передавая маленькие мячики, переложить все из обруча с одной стороны на другую.

4. «Через болото по кочкам». Наступать на кочку, перекладывая другую вперед. Доходит до конуса, обратно «кочки в руки» и бегом (взрослый помогает донести «кочки»).

5. «Перекати мяч» Первый с мячом подбегает к конусу и от конуса катит мяч в свою колонну, сам бежит в конец колонны, следующий подбегает к конусам катит в колонну и т.д.)

6. «Собери пирамидку» Игрок берёт колпачок, добегает до стойки с гимнастической палкой, надевает колпачок на палку, бежит обратно, передает эстафету следующему игроку. Побеждает команда, которая быстрее соберёт пирамидку.

7. «Допрыгни». По 4 обруча, перепрыгивать на 2- ногах и обруча в обруч, добежать до конуса, вернуться, передать эстафету.

**8. «Точное попадание». Один из взрослых игроков держит тазик**, а остальные должны бросить мячик и попасть в него. Считается количество попаданий.

Игра «Птички и птенчики»

*Мамы-птицы стоят в обруче «гнезде», пока музыка играет дети-птенчики бегают по залу, когда музыка остановится им надо прилететь к своей маме в гнездо.*

Танец «Маленьких утят»

Как красиво танцевали. Молодцы! Спасибо вам, уважаемые родители за то, что пришли к нам на физкультурное мероприятие. Мы желаем всем крепкого здоровья, хорошего настроения и всех благ.