

Степанова Алена Ивановна

воспитатель

МАДОО «Д/С «Родничок»

пгт Урмары, Чувашская Республика

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ С РОДИТЕЛЯМИ «МЫ ЛОВКИЕ, СМЕЛЫЕ И НАХОДЧИВЫЕ»

***Аннотация:** в статье представлен сценарий физкультурного досуга для детей и родителей, направленного на укрепление семейных связей через совместную двигательную активность и приобщение к здоровому образу жизни. Описаны задачи мероприятия. Приведён комплекс общеразвивающих упражнений с мячом большого диаметра, включающий движения на развитие координации, гибкости и силы. Подчёркивается роль совместных игр как доброй семейной традиции и средства формирования привычки к регулярным занятиям спортом.*

***Ключевые слова:** спорт, командный дух, здоровый образ жизни, детско-родительские отношения.*

***Цель:** укрепление семейных связей через совместные спортивные активности, приобщение к здоровому образу жизни.*

***Задачи:** упражнять детей и родителей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.*

***Материалы и оборудование:** мячи (большой диаметр) на каждого ребенка и родителя, 4 обруча, магнитофон, аудиозапись.*

***Участники:** команды – ребенок и родитель.*

Таблица

<p>Вводная часть Основная часть Заключительная часть</p>	<p>Звучит бодрая музыка, участники собираются в спортивном зале. За направляющим в одну линию становись! «Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые родители! Сегодня мы собрались здесь, чтобы показать, какие мы ловкие и находчивые! Вместе мы будем веселиться и поддерживать друг друга. Под веселую музыку дети и родители выполняют простые упражнения: ОРУ (с мячом, большой диаметр) И. п – 1- основная стойка, мяч на грудь, руки согнуты в локтях; 1 – мяч вверх; 2 – мяч за голову; 3 – мяч вверх; 4 – исходное положение И. п – 2-стойко ноги на ширине плеч, мяч вниз. 1 – мяч вверх; 2 – наклон вправо (влево); 3 – выпрямиться; 4 – исходное положение. И. п – 3 – основная стойка, мяч вниз. 1–2- присесть, мяч вперед; 3–4- исходное положение И. п- 4- стойка ноги на ширине плеч, мяч на грудь, руки согнуты. 1 – мяч вверх; 2 – наклон вниз, прокатить мяч от одной ноги к другой; 3 – выпрямиться, мяч вверх; 4 – исходное положение И. п- 5 – стойка на коленях, сидя на пятках, мяч на полу перед ребенком 1–4 – прокатить мяч вокруг туловища вправо (влево), перебирая его руками И. п- 6- основная стойка, руки вдоль туловища, мяч на полу. Прыжки вокруг мяча вправо, затем влево. Основные виды движений. Продолжается игра. 1. Прыжки в длину с места, главное энергично отталкиваться и приземляться на обе ноги. 2. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (дистанция 6–10 м). Ведение мяча по прямой, отбивая его одной рукой (баскетбольный вариант) до обозначенной линии, затем взять мяч в руки и повернуться кругом. Повторение упражнения от линии финиша 3. Пролезание в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола и не касаясь верхнего края обруча. Упражнение в лазаньи в обруч выполняется парами. Один ребенок держит обруч вертикально, а другой – несколько раз подряд пролезает в обруч прямо и боком. По сигналу педагога дети меняются местами. Игра с бегом «Мы – веселые ребята». Дети и родители стоят за чертой на одной стороне площадки (зала). В процессе игры им надо добежать до длинной черты (дистанция 10–15 м). в центре площадки находятся двое водящих (ребенок и родитель). Все хором произносят:</p>	<p>6 раз 8 раз 6 раз 6–7 раз 3 раза в кажд. сторон 3 -раза 3–4раза 2–3 раза 2–3 раза 2-мин.</p>
--	---	---

	<p>Мы – веселые ребята. Любим бегать и скакать. Ну, попробуй нас догнать! Раз – два – три-лови! После слов «лови!» дети перебегают на другую сторону площадки, а водящие догоняют их. Тот, кого водящий осалил, отходит в сторону. Как только дети пересекут финишную черту, подсчитывается количество проигравших. Игра повторяется с другими водящими. Музыкальная пауза. Все участники танцуют под веселую музыку «Вместе весело шагать». Спасибо всем за участие! Вы показали, какие вы ловкие, смелые и находчивые. Пусть спорт станет вашим другом, а совместные игры – доброй традицией в вашей семье. Молодцы, всем спасибо за участие. Желаю всем крепкого здоровья!</p>	
--	--	--

Список литературы

1. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе / Л.И. Пензулаева. – М.: Мозаика-Синтез, 2014.
2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплекс упражнений. Для занятий с детьми 3–7 лет / Л.И. Пензулаева. – М.: Мозаика-Синтез, 2016.
3. Иртаева М.И. Физкультурные занятия с детьми 6–7 лет / М.И. Иртаева. – URL: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2025/07/09/fizkulturnye-zanyatiya-s-detmi-6-7-let> (дата обращения: 08.05.2026).