Муниципальное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение Детский сад № 27/2 "Сэсэг"

**Спортивный досуг: "На зарядку всей семьёй!"**

 Подготовила: инструктор

 по физкультуре

 Москвитина О.Л.

2022г.

**Конспект утренний гимнастики совместно с родителями**

*«***На зарядку всей семьёй***»*.

Сценарий подготовила:

инструктор по физической культуре

Москвитина Олеся Леонидовна

Радостное утро – залог счастливого дня. А положительные эмоции, которыми наполнен ребенок в этот день способствуют сохранению эмоционального здоровья. Именно зарядка, проведенная совместно с родителями, поднимет настроение, создаст атмосферу доверия, тепла и уюта. Такую форму работы мы организовываем в неделю здоровья.

Возраст: Средняя, старшая, подготовительная группы.

Участники: Дети и их родители, инструктор по ФИЗО, педагоги групп

Цель: Приобщать детей и их родителей к здоровому образу жизни с помощью личного примера родителей

Задача:

 - создать атмосферу хорошего настроения, положительных эмоций у детей и их родителей;

-осуществлять взаимосвязь по физическому воспитанию детей между детским садом и семьей;

- привлекать родителей к совместному проведению различных форм физкультурно– оздоровительной работы;

 - развивать двигательную активность, добиваться активности и правильности при выполнении физических упражнений;

- содействовать развитию эмоциональной сферы и детей и взрослых, формированию партнерских чувств;

 - организация совместного досуга родителей и детей;

 - установление партнерских отношений с семьями воспитанников;

 - повысить мотивацию воспитателей к организации и проведению утренней гимнастики.

Место проведения: главный вход в детский сад.

Предварительная работа: подбор музыки, подбор движений, составление конспекта, распределение мест на площадке.

С родителями: Информирование о проведении. Приглашение родителей, для участия в игровой утренней гимнастики в на уличную спортивную площадку учреждения.

Время проведения утренней зарядки: 8.15

**Ход мероприятия:**

1. Игра рыбаки и рыбки (во время ожидания всех подходящих) (под музыку). Все дети и взрослые встают в круг и перепрыгивают через двигающуюся по кругу скакалку.

 2. Встреча родителей на спортивной площадке

Ведущий:

Уважаемые мамы и папы! Все вы мечтаете, чтобы Ваш ребёнок стал ловким, быстрым, смелым. а самое главное - здоровым! Не нужно мечтать, а нужно действовать и начинать каждое утро с **зарядки**! Всем известно какую пользу приносит **утренняя гимнастика не только взрослому**. но и детскому организму. Здоровье в порядке- спасибо **зарядке**!- не зря так говорят в народе. Заниматься **зарядкой** желательно каждый день и по возможности можно использовать музыкальное сопровождение. Упражнения которые вы сегодня будете выполнять ребёнок может делать с любым членом вашей **семьи**. Вы укрепите не только мышцы, но и семейные традиции, станете ближе друг к другу.

3. Утренняя разминка под музыку ( Веселая зарядка – «Эй лежебоки»). (по показу).

4. Комплекс ОРУ по показу (под музыку Барбарики - «Робот Бронислав»).

1. И. п. (1 - Здесь и далее И. п. – исходная позиция.) – основная стойка (пятки вместе, носки врозь), руки вдоль туловища. 1–2 – дугами наружу руки вверх, подняться на носки; 3–4 – вернуться в исходное положение (6–8 раз).

 2. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 – поворот туловища вправо, правую руку ладонью кверху; 2 – исходное положение; 3–4 – то же в другую сторону (6–8 раз).

 3. И. п. – основная стойка, руки на пояс; 1–2 – приседая, колени развести в стороны, руки вперед; 3–4 – исходное положение (5–8 раз).

 4. И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вперед-вниз, коснуться пальцами носков ног; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – исходное положение (6–7 раз).

5. И. п. – основная стойка, руки на пояс. Прыжки на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой (или с непродолжительной паузой) (10 прыжков подряд). Повторить 3–4 раза

. 6. И. п. – основная стойка. Вращение руками вперед и назад. Повторить 3–4 раза.

7. И. п. – основная стойка. Рука правая сверху и левая снизу сводятся за спиной в замок. Руки поменять. Повторить 2-3 раза.

5. Заключительное слово

 Ведущий: Вам было весело и интересно вместе? Посмотрите друг другу в глаза, улыбнитесь и обниметесь крепко – крепко. (Обнимаются.) Счастья вам, детки, растите здоровыми и сильными. а родителям взаимопонимания с детьми. Ну а теперь все в группы, мыть руки и завтракать.

6. Расход по группам.

Инструктор по физической культуре Шокодько Н.В. Спортивный досуг « Общесадовская утренняя зарядка с родителями» Радостное утро – залог счастливого дня. А положительные эмоции, которыми наполнен ребенок в этот день способствуют сохранению эмоционального здоровья. Именно зарядка, проведенная совместно с родителями, поднимет настроение, создаст атмосферу доверия, тепла и уюта. Такую форму работы мы организовываем в неделю здоровья. Возраст: младшая, вторая младшая, средняя, старшая, подготовительная группы. Участники: дети и их родители, инструкторы по ФИЗО, педагоги и сотрудники ГБОУ МО НШДС № 737. Цель: Приобщать детей и их родителей к здоровому образу жизни с помощью личного примера родителей. Задачи: - создать атмосферу хорошего настроения, положительных эмоций у детей и их родителей; -осуществлять взаимосвязь по физическому воспитанию детей между детским садом и семьей; - привлекать родителей к совместному проведению различных форм физкультурно– оздоровительной работы; - развивать двигательную активность, добиваться активности и правильности при выполнении физических упражнений; - содействовать развитию эмоциональной сферы и детей и взрослых, формированию партнерских чувств; - организация совместного досуга родителей и детей; - установление партнерских отношений с семьями воспитанников; - повысить мотивацию воспитателей к организации и проведению утренней гимнастики. Форма проведения: игровая утренняя гимнастика. Место проведения: спортивная площадка на улице. Материалы и оборудование: стойки -4 шт., обручи –20шт., стойки для обручей – 4 шт., большие мягкие строительные модули – 10 шт., музыкальное сопровождение(1. Песня