**Конспект совместного с родителями досуга**

**«Вечер подвижных игр»**

**Цель:** доставить детям радость и удовольствие от совместной деятельности с родителями.  
**Задачи:**  
- укрепление здоровья детей посредством упражнений, игр и эстафет;  
- развивать у детей ловкость, быстроту, координацию движений;  
- продолжать формировать навыки соблюдения правил подвижных игр и эстафет;  
-формировать представление детей о том, что спорт и здоровая пища делают человека сильным, бодрым и здоровым;  
- способствовать развитию эмоциональной сферы детей, памяти, внимания;  
- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.  
**Оборудование:**  
мягкий тканевый мяч; небольшие лоскутки ткани; большие массажные мячи; муляжи фруктов и овощей; три подноса; рыбки – резиновые или пластмассовые игрушки; одноразовые стаканчики, трубочки, сок.

**Ход досуга:**

Родители приглашаются в зал.   
Входят дети, выстраиваются полукругом  
Ребенок  рассказывает стихотворение

-Чтобы расти нам сильными, ловкими и смелыми,

Ежедневно по утрам мы зарядку делаем.

К солнцу руки поднимаем,  
Дружно, весело шагаем,  
Приседаем и встаем,  
И ничуть не устаем.

**Зарядка совместно с родителями.** ( Родители приглашаются на совместную с детьми зарядку под музыку. )

Воспитатель: - Здоровье в порядке?  
Дети: - Спасибо зарядке!  
  
Родители садятся на места. Дети образуют круг.  
Воспитатель: Кто из вас знает, что закалке помогает и полезно нам всегда?  
Дети: - Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!   
- Спорт любите с детских лет – будете здоровы! Ну-ка дружно детвора, крикнем все…  
Дети: - Физкульт-ура!  
-Если хочешь быть умелым, быстрым, сильным, ловким, смелым…  
-Научись любить скакалки, мячи, обручи и палки!  
-Никогда не унывай, в цель ты точно попадай!  
- Мячик новый есть у нас, мы играем целый час.  
-Я бросаю – ты поймай! А уронишь – поднимай!

**Игра «Ловишки с мячом»**  
Дети, передавая друг другу мяч, произносят слова:  
- Раз, два, три – мяч скорее ты бери.  
Четыре, пять, шесть – вот он, вот он здесь.  
Семь, восемь, девять – кидает тот, кто умеет!  
Тот ребенок, у которого на последнем слове оказался мяч в руках, выходить на средину круга и кричит: «Я»! Дети разбегаются. Водящий их салит мячом. Тот из детей кого осалили, выбывает из игры. Играют до победителя – самого ловкого из детей.  
  
Воспитатель говорит о пользе для здоровья хождения босиком!  
Детям предлагается разуться и поиграть.

**Игра «Наведи порядок - собери пальчиками ног платочки»**  
По всему залу в беспорядке разбрасываются небольшие кусочки ткани – «платочки». Детям необходимо захватив «платочек» пальцами одной ноги, на другой ножке доскакать до корзинки и положить его туда. Действовать надо ловко и умело, не сталкиваясь друг с другом.

**Эстафета с мячами.**  
Все участники вечера здоровья разбиваются на три команды. Каждый участник эстафеты, сидя на мяче, скачет до ориентира, затем, бегом возвращается к команде, передавая мяч следующему игроку.

**Воспитатель:**   
- В детский сад, где наши дети очень весело живут,  
Теплым солнышком налиты, свежим дождиком умыты, фрукты, овощи идут.  
А чем являются ягоды, фрукты и овощи?  
Дети и родители: - Очень полезными продуктами, источниками витаминов……..  
Воспитатель: - Чтобы правильно питаться, вы запомните совет:  
Ешьте фрукты, кашу с маслом, рыбу, мед и винегрет.  
Нет полезнее продуктов вкусных овощей и фруктов.  
И Сережке и Иринке - всем полезны витаминки.

**Игра «Поможем маме»** – приготовим витаминный овощной салат, сварим щи и компот.  
Но всему залу раскладываются муляжи овощей и фруктов. Из большого мягкого круглого конструктора устанавливаются импровизированные столы, на них - подносы. Дети распределяются на три команды. Одна – «варит щи», вторая – «варит компот», третья – «готовит винегрет»: на свой поднос приносят необходимые для приготовления этих конкретных блюд овощи и фрукты. Побеждает команда, которая не ошиблась в выборе продуктов.

**Воспитатель:** В старом городском саду  
Рыбки плавают в пруду.  
Можно рыбок наловить  
И уху еще сварить.

**Эстафета «Поймай рыбку»**  
Все участники вечера вновь образуют три команды. На другом конце зала от участников – «пруд», в котором «плавают рыбки». Участники эстафеты бегу с обручем в руках до «пруда». Обручем вытаскивают из пруда одну рыбку, затем берут её в руку и бегут к своей команде.   
Задача каждой команды наловить как можно больше рыбы, сложив её в свою корзину.  
Эстафета продолжается до тех пор, пока не останется ни одной рыбки.

**Эстафета «Выпей сок»**  
На другом конце зала от участников эстафеты на столике поднос со стаканчиками (по одному на каждого участника), наполненными соком. Задача: добежать до столика, выпить сок трубочкой, выбросит пустую посуду в «урну» и вернуться к команде, передав эстафету следующему участнику.

Подведение итогов и награждение.

- На этом наш вечер подошёл к концу. Всем спасибо. Молодцы!

Провела : воспитатель Редингер Г.Н.