**Совместное мероприятие**

**детей и родителей**

***«Растем здоровыми»*** *(*в старшей группе)

***Цели и задачи:***

1. Содействовать эмоциональному сближению детей и родителей.
2. Способствовать приобщению к физической культуре и спорту, совершенствованию движений.
3. Развивать ловкость, быстроту, глазомер, ориентировку в пространстве.
4. Воспитывать у детей коллективизм, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам.

***Инвентарь и оборудование:*** осенние листья, ленточки, 2 флажка, свисток, 10 кубиков (или кеглей), 2 мяча одинакового размера, мешочки с песком, 2 обруча, 8 листочков с загадками, 10 палочек от конструктора, конверт с письмом, корзина с яблоками.

***Место проведения:*** городской парк

**Ход мероприятия:**

Воспитатель: Дети, сегодня у нас необычный день. Назвали мы его **День игры.** Вместе с вашими родителями на свежем воздухе будем активно отдыхать. Вас ждут веселые эстафеты, забавные состязания, задорные игры.

 Сегодня праздник детворы,

 Сегодня день большой игры!

 Все дети будут здесь играть,

 Смеяться, прыгать, отдыхать.

 Ведь детства нету без игры.

 Шумят до вечера дворы.

 Игра – веселая пора!

 Сегодня день игры с утра!

Дети: Ура! Ура! Ура!

Воспитатель: Начнем наш день игры с разминки. Возьмите осенние листочки и встаньте в большой красивый круг.

Ходьба и бег по кругу с листьями в руках.

Ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы.

**1 упражнение** – «Ветерок» (6.р.) И.п. – ноги на ширине плеч, листья перед грудью. Полунаклон вперед, вытянуть руки – подуть на листья – И.п.

**2 упражнение** – «Наклоны» (5-6 р.) И.п. руки перед грудью, ноги на ширине плеч. Наклон вперед, руки касаются правой ноги – И.п. Тоже наклон вперед к другой ноге.

**3 упражнение** – «Повороты» (6-8 р.) И.п. ноги на ширине плеч, руки с листьями в стороны. Поворот вправо – И.п. Тоже влево.

**4 упражнение** – «Присядь» (6-8 р.) И.п. – о.с. стоя, руки опущены. Присели, спрятали лицо за листья – И.п.

**5 упражнение** – «Попрыгаем» (по 20 р.) Прыжки на двух ногах вокруг себя в чередовании с ходьбой.

Упражнение на дыхание.

Ходьба по кругу друг за другом.

Воспитатель:

- Переходим к эстафетам. Разделимся на две команды.

(Родители участвуют вместе с детьми)

- Просим команды придумать свое название.

**1 эстафета**: ***«Кто быстрее»***

Команды строятся у стартовой линии. Флажками отмечен поворот. По сигналу воспитателя первые номера бегут до флажков (каждый к своему), делают поворот и возвращаются к финишу. Передают эстафету следующему и встают в конец колонны. Побеждает команда, первой закончившая дистанцию.

**2 эстафета**: ***«Не задень!»***

Перед каждой командой - по 5 кубиков (кеглей). Команды становятся друг за другом. По сигналу воспитателя первые номера каждой команды должны оббежать «змейкой» кубики так, чтобы их не задеть. Миновав все кубики (кегли), играющие делают поворот и возвращаются к своим командам. Передают эстафету вторым номерам и встают в конец колонны.

**3 эстафета**: «***Пингвины»***

По сигналу первые номера каждой команды, зажав между коленями мяч, устремляются к флажку (дети переваливаются с ноги на ногу, словно пингвины». Добежав до флажка, оббегают его, берут мяч в руки, бегут к своей команде и передают мяч вторым номерам, а сами становятся в конец колонны. Игра заканчивается, когда все «пингвины» выполнят перебежки и мяч снова окажется у первых номеров команд. Если во время бега мяч выпал, нужно взять его и продолжить игру.

**4 эстафета: *«Брось в обруч»***

У каждого игрока – по мешочку. Цель – обруч, лежащий напротив каждой команды. Первые номера бросают мешочки в обручи и сразу встают в конец колонны. Затем вторые номера бросают и тоже встают в конец колонны.

Побеждает та команде, в чьем обруче окажется больше мешочков.

**5 эстафета:**

Во дворе растет трава,

На траве лежа дрова.

Чтобы печку растопить,

Нужно дров нам наносить.

- Внимание! Нужно добежать до «дров», взять 1 «полено» и возвратиться обратно. Положить «полено» в обруч, передать эстафету, встать в конец колоны и т.д. все команды по очереди.

Подведение итогов жюри (родители).

Воспитатель: Сейчас мы встанем в большой общий круг. Посмотрим, кто из детей самый внимательный, наблюдательный.

(Родители загадывают детям загадки о временах года)

* В лесу, где березки столпились гурьбой,

 Подснежника глянул глазок голубой. (*Весна)*

* Земляника покраснела,

Повернется к солнцу боком – вся нальется алым соком. *(Лето)*

* Листья клена пожелтели,

 В страны юга улетели.

 Быстрокрылые стрижи.

 Что за время, подскажи? *(Осень)*

* Красногрудый, чернокрылый,

Любит зернышки клевать,

С первым снегом на рябине он появится опять. *(Зима)*

* Папа в поле – сев идет,

 И у мамы сто забот:

 Посадить картошку надо, сделать грядки под рассаду. *(Весна)*

* В небе радуга играет,

Листья дождичком помыты.

Солнце в небесах играет, все цветы росой омыты. *(Лето)*

* На ручей рябой и пестрый

 За листком летит листок,

 И струей сухой и острой набегает холодок. *(Осень)*

* Дни становятся короче,

 Ночи все длинней, длинней.

 На поля и на луга легли белые снега. *(Зима)*

Воспитатель: Дети, посмотрите письмо.

(Воспитатель снимает с веточки кустарника конверт)

- Как вы думаете, от кого оно может быть?

(Ответы детей)

- Это письмо от самой осени.

(Воспитатель читает письмо)

«Дорогие ребята! Вы такие молодцы. Я за вами наблюдаю сегодня целое утро. Как задорно вы играете, как ловко вы бегаете. Молодцы!

За это вам мой подарок. Попробуйте найти его на полянке.

Воспитатель:

 Ну, мальчишки и девчонки,

 Хватит нам стоять в сторонке.

 Рассыпайся, детвора,

 Подарок осени искать пришла пора!

(Дети находят корзину с яблоками и угощаются).

(После небольшого отдыха, дети с взрослыми возвращаются в детский сад).