

Клубный час с родителями «А ну-ка, мамочки!»

Разработал: ИФК – Дорохова Е.В.

В зал под музыку заходят мамы с детьми.

ИФК: Здравствуйте уважаемые мамы и дети. Мы собрались сегодня с вами для того, чтобы повеселиться, расслабиться и получить массу положительных эмоций. Наше спортивное развлечение предлагаю провести в нетрадиционной форме. Сегодня не будет победителей, я не буду просить вас демонстрировать: как вы умеете стирать, убирать, ребенка одевать и кормить. Давайте просто повеселимся.

ИФК: Начнем с игры.

ПИ: «Улитка в домике».

Мама - улитка, дети - домики, которые стоят в ш.с. на линии. Под музыку улитки двигаются по залу враспынную. На остановку музыки улитки должны занять домик любой(встать на колени и просунуть голову между ногами ребенка. Кому не хватило домика, та улитка уходит и забирает с собой любой домик.

ИФК: А теперь в круг все становись, за руки берись. В кругу лежат флажки 2х цветов. Звучит хороводная, мамы с детьми идут по кругу. На остановку музыки взять флажок мамам, дети руки за спину. Какой флажок, такая команда. Разделились по командам.

ИФК: Посоревнуемся. Главное не победа, а кто красивее и правильнее выполнит задание. Ведь Вы же Мамочки – женщины!...

1 задание: Вместе с детьми(мама-ребенок-мама-ребенок). Идем по лужам в Красноярске (говорим: чап чап чап чап, наступая на лужи), запрыгиваем в обруч и возвращаемся к команде, обегая ее 1раз(говорим буль буль буль), снова бежим вперед говорим тыц тыц тыц перекладывая мешочки из обруча в обруч, бежим вперед в джунглях рычим как тигры rrrrrr у конуса, , обратно бег и прыгаем через бруски-сугробы (говорим хрусь- хрусь), а чтобы не намочнуть, оденем шапочку для душа.

2 задание: В командах в шеренгах стоят мамы с детьми. По краям лежат обручи. В одном 3 мяча. Все выполняют упражнение, на свисток начинают перекладывать мяч.

3 задание: «Сладкая жизнь». По команде прыгать с конфетой, передать следующему.

ИФК: А теперь дети сядут отдохнут, посмотрят на своих мам, а мамы еще поиграют.

4 задание: «Фото сессия»

Рядом с командой лежат аксессуары(шляпа, бусы, очки). Первая мама по команде надевает все аксессуары, идет вперед, демонстрируя себя, обходит конус и обратно. Снимает аксессуары и передает следующей.

5 задание: Танец на канате-скакалке. Все танцуют, не вставая на пол. Каждый раз канат складывают пополам. Кому не хватило места, выбывает.

6 задание: Игра «найди следы» на выбывание. Мама стоят на линии спиной к залу и выполняют упражнения. На команду след найди, мамы бегут и встают на след. Кому не досталось – выбывает.

7 задание: Угадай свой портрет. Дети заранее рисуют портрет мамы, на обратной стороне пишут, что любит мама.

8 задание: «Скажи телом до свидание»

Конец.

Кто участвовал, тот молодец.