**В Суходоле родном мы здоровье сбережем!**

Быть здоровым – мое право.

1реб. Почему мы называем

Наше детство золотым?

Потому что мы играем,

Веселимся и шалим.

2 реб. Потому что окружает

Нас заботою семья,

Потому что обожают

Нас родные и друзья

Вед. Детство по- настоящему будет «золотым», если наши дети будут здоровы.

3 реб.

Родители такой народ

На занятость спешат сослаться,

Но мы-то знаем, они не правы,

Всем надо спортом заниматься.

4 реб.

А чтобы все побить рекорды

И о болезнях позабыть,

Со взрослыми вопросы спорта

Сегодня мы хотим решить!

**5-** реб

Папа, мама, словно дети,

Сами ждут минуты эти

Им на игры, право слова,

Не хватает выходного.

*Под песню В. Шаинского «Вместе весело шагать» выходят родители.*

Семьи расходятся на 2 команды.

**Ведущий:**

Посмотрите - ка, у нас

Семьи все, ну просто класс,

Вместе с нами папы, мамы.

Папы бросили диваны,

Мамы бросили кастрюли

И костюмы натянули.

Вед. Мы думаем, что наши участники готовы принять участие в соревновании. Давайте еще раз поприветствуем наши команды.

Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит.

Кто окажется дружнее,

Тот в бою и победит.

Начинаем конкурс.

Затей у нас большой запас,

И все они, друзья, для вас!

И сейчас без опозданья

Начинаем состязанье.

Первый конкурс объявляем -

С приветствия команд мы начинаем.

Вед. Сегодня на нашем празднике будут соревноваться 2 команды:  
«Неболейка» и «Крепыш».  
  
***Команда «Неболейка»***Мы решили никогда не болеть!  
Не болеть? Это надо уметь!  
Наш девиз: Если хочешь быть здоров – закаляйся!  
  
***Команда «Крепыш»***Стань здоровым, ловким, крепким,  
Стань выносливым и метким!  
Наш девиз: В здоровом теле – здоровый дух!  
  
Вед. Начинаем наши соревнования. Загадаю вам загадку:  
  
На пол бросишь ты его – он подпрыгнет высоко. (мяч)  
  
**ЭСТАФЕТЫ:** 1) Бег, отбивая мяч.  
 2) Передача мяча назад между ног, вперед над головой.  
 3) Ведя мяч ногами.  
 4) Прыжки, зажав мяч между колен.  
  
Вед. Девочки – внимание! Мальчики – внимание!  
Есть для вас еще одно веселое задание!  
  
**ЭСТАФЕТА «Дорожка препятствий»**

1)Пролезть под дугами.2) Бег змейкой  
 3) назад прыжки из обруча в обруч.

**«ВЕЛИКАНЫ И ЛИЛИПУТЫ!»**

Родителям обеих команд предлагается встать в колонны в центре зала, широко расставив ноги, - это коридор. А дети должны встать в колонны у стартовой черты. По команде первый ребёнок ползёт по коридору, возвращается бегом назад, передавая эстафету следующему участнику. Чья команда быстрее выполнит задание, та и победила.

**Ведущий:**

Ох, и ловкие вы, ребята,

И мальчишки, и девчата.

Да, родители у нас -

Просто самый высший класс.

**Девочка.**

ГИМНАСТИКА… гимнастика… совершенство…

Владение телом, трепетность души,

И красота струящегося жеста,

И элементов трудных виражи.

Гимнастический номер девочек.

Вед. Чья команда назовет больше Олимпийских видов спорта. Помогают родители

**Ребенок.**

Крепка бывает та семья, где нету места букве «Я»,

Где правит только слово «Мы», где есть совместные мечты,

Где есть достаток, и уют, где дети весело снуют,

Где вечно вспыхивает вновь такая страстная ЛЮБОВЬ!

Семья бывает та крепка, где жизнь спокойна и легка,

Где не привычка правит бал, а верной дружбы карнавал,

Где места нет тоске и скуке, где вновь друг друга ищут руки,

Где невзирая на года в глазах читаешь слово «Да! »

Крепка бывает та семья, где много страсти и огня,

Где все невзгоды и заботы оставлены в стенах работы

Где нет ослиного упрямства, коварства, зависти и чванства.

Вот о таких сказал б я – «Какая крепкая семья! »

1 Вед. Соревнование в прыжках на скакалке (девочки).

2 Вращение обруча на талии (мамы).

3 Отжимание из положения лежа (мальчики).

4 Армрестлинг (папы).

Реб. Спортивные люди – они так красивы.

В них столько энергии, бодрости, силы.

Ты хочешь на них быть хоть каплю похожим?

Лишь спорт тебе в этом отлично поможет

**аэробика «Спорт»**

**Вед.1** Русская пословица гласит «Мой дом – моя крепость». У каждой семьи есть своя крепость – свой дом, но не все они идеальны. Сегодня мы предлагаем участникам построить фасад идеального дома, где каждый кирпичик будет что-то значить

**Игра «Построй дом»**

*Из модулей построить дом. Каждый модуль – кирпичик подписан (здоровье, понимание, любовь, улыбка, счастье)*

**Ребенок.** Вместе с мамой, вместе с папой,

Бабушкой и дедушкой.

На коньках катаемся, спортом занимаемся,

И по улицам гуляем, и у речки загораем.

Мы ведь дружная семья,

Друг без друга нам нельзя.

**Общий танец «Моя семья»** исп. Корнелюк

Всем спасибо за внимание,

За задор и звонкий смех,

За огонь соревнований,

Обеспечивший успех.

Пусть всё это только игра,

Но ею сказать мы хотели:

Великое чудо - семья!

Храните её, берегите её!

Нет в жизни важнее цели!

А мы говорим вам «До свидания!

До новых встреч!»

***Звучит песня «Про семью»(сл. и муз. И.Корнелюк***