Традиционным стало проведение детско-родительского спортивного мероприятия в тематическую неделю «Здоровья», которое приходится на октябрьские деньки.

**Спортивное развлечение.**

**«Мама, Папа, Я - Спортивная семья»**

Автор: инструктор по ФИЗО Халикова Валентина Владимировна

Задачи:

1.обеспечить оптимальный двигательный режим детей и взрослых в течение праздника.

2.предоставить детям возможность применять двигательные навыки и умения, приобретенные на физкультурных занятиях.

3.пропагандировать здоровый образ жизни, приобщение семьи к физкультуре и спорту, создать праздничное настроение у детей и их родителей.

Действующие лица: ведущий, доктор Айболит, Медведь.

Оборудование: 2 мешка для прыжков, цветные ленточки по количеству детей, веревка, обручи, мяч, фонограмма «Солнышко лучистое»

**Ведущий**: Добро пожаловать гости дорогие!

Веселья вам да радости желаем

Давно мы вас ждем да поджидаем

Под звуки спортивного марша входят команды участницы.

Дорогие дедушки, дорогие папы!

Дорогие бабушки и родные мамы!

Уважаемые дамы и господа

Сегодня дети позвали вас сюда!

Этот праздник спорту и здоровью посвящаем

Итак, все готовы, сейчас мы начинаем!

**1ребенок:** Здравствуйте! Здравствуйте! Здравствуйте!

Сегодня здесь на стадионе

Мы спорт, уменье совместим

Мы этот славный праздник с вами

Прекрасным играм посвятим.

**2ребёнок**: Мы видим здесь приветливые лица,

Спортивный дух мы чувствуем вокруг,

У каждого здесь сердце олимпийца,

Здесь каждый спорту и искусству друг.

**3 ребёнок**: тот победит в соревнованье

Кто меток, ловок и силён

Покажет все свое уменье

Кто духом, телом закален.

**4ребёнок**: с мамой папой в выходной

Бегали на лыжах, и в снежки играли.

Мы здоровы и сильны, вот какими стали.

**5ребёнок**: и опять приходим в сад, чтоб здоровье укреплять.

Будем спортом заниматься, прыгать, бегать и метать.

**Вместе**: мы хотим быть смелыми, ловкими, умелыми.

С нами детский сад, друзья, и спортивная семья.

**Ведущий**: к нам на праздник обещался прийти доктор Айболит. А вот и он. Как вы добрались доктор Айболит?

**Доктор Айболит.**

Я еле-еле успел к вам на праздник.

По полям, по лесам, по лугам я бежал,

И два только слова шептал:

Детский сад, детский сад, детский сад!

**Ведущий.** Уважаемый доктор, вы ничуть не опоздали, наш праздник только начинается. Но нам нужна ваша помощь: перед всеми соревнованиями врач должен осмотреть спортсменов, не больны ли они, могут ли участвовать в соревнованиях?

**Доктор Айболит**. У вас ангина?

Дети. Нет!

**Д.Айболит**. Скарлатина?

Дети. Нет!

**Д. Айболит**. Аппендицит?

Дети. Нет!

**Д. Айболит**. Малярия и бронхит?

Дети. Нет!

**Д.Айболит** (осматривает детей и взрослых). Да, доволен я осмотром, здоровы все! Можно начинать соревнования!

**Ведущий**. Сегодня на нашем празднике мы рады приветствовать спортивные семьи (называет семейные команды).

Оценивать наши соревнования будет жюри (представляю)

**Ведущий**. Заниматься физкультурой очень полезно, весёлой физкультурой вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а весёлым на два, и даже с минутами. Не верите? Проверти сами!

Итак, в добрый путь!

**Конкурс «Визитная карточка семейной команды»**

Раздаётся стук в дверь, входит медведь (родитель)

**Ведущий**. Здравствуй Мишенька! Ты пришёл к нам в гости? А почему ты такой грустный?

**Мишка**. Я немного толстоват

Я немного косолап

Но поверьте мне ребята

В этом я не виноват.

**1ребёнок.** А скажи Мишутка нам

Чем ты занят по утрам?

Мишка. Я, ребята, долго сплю:

До полудня я храплю!

**2ребёнок.** раскажи нам по порядку

Как ты делаешь зарядку.

**3ребёнок**. Физкультурой занимаешься?

Водою обливаешься?

**Мишка.** Нет, зарядку-то, ребята, я не делал никогда.

Закаляться? Что вы, братцы, ведь холодная вода. Может средство, есть такое, чтобы сильным, ловким стать? От других не отставать?

**1ребёнок.** Есть такое средство! Есть! Надо меньше мёда есть! Утром долго не валятся физкультурой заниматься!

**Ведущий**.Чтоб здоровым стать надо бегать быстро, прыгать и скакать!

Под руководством инструктора дети вместе с родителями выполняют **комплекс ОРУ (фонограмма «Солнышко лучистое»)**

**Проводятся эстафеты команд**.

**1. «Прокати мяч обручем».**

С помощью обруча нужно прокатить мяч по дистанции, положить в корзину и бегом обратно, передать следующему эстафету.

**2. «Кто сильнее».**

Соревнуются поочерёдно папы. Затем мамы и дети. Два соперника натягивают верёвку, удерживая её руками и пытаются дотянуться ногой до мяча. Побеждает тот, кто первым коснется мяча.

**3. Проводится игра «Ловишки**» со всеми детьми, присутствующими на празднике. Раздаются ленточки-«хвостики». Выигрывает папа, набравший больше «хвостиков».

**4. «Через тоннель»**

Дети выстраиваются в две шеренги и держат в руках обручи, образуя цепочку. Участники пролезают сквозь обручи с мячом в руках поочерёдно, сначала родители, затем меняются местами.

**5. конкурс «Разминка**». Кто больше вспомнит и назовёт слов связанных со спортом.

**6. «А ну-ка, догони».**

Папы-бег в мешках.

Мамы-бег через скакалку.

Дети-прыжки на мяче.

**Ведущий.** Последний вид соревнований

Мы завершили, и сейчас

Итог всех наших состязаний

Пусть судьи доведут до нас.

Для подведения итогов слово предоставляется жюри.

(объявляются итоги, проводится награждение).