**Спортивные состязания с участием родителей сотрудников ДОУ и воспитанников**

**СТРАНА ЗДОРОВЯЧКОВ**

**Ведущий:**

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать,

Как здоровым стать!

 Ребята, а что такое «ЗДОРОВЬЕ»?

*(Ответы детей)*

Много праздников мы знаем,

Их мы весело встречаем,

А сегодня в этот час

День здоровья ждёт всех нас.

Сегодня вас ожидает много шуток, игр, но и, конечно же, сюрпризов. Вот один из них: встречайте наших гостей громкими аплодисментами!

*Выходят участники : команда сотрудников и родителей!*

**Ведущий:** Ребята, сегодня у нас необычный праздник. Посмотрите на наших участников, вы всех знаете. Сегодня, проявят свою ловкость, быстроту, силу ваши родители и сотрудники, которые работают в нашем детском саду:

*Представление команд.*

А судить будут нас Заведующая детским садом: **Елена Анатольевна**, наш любимый повар, который готовит для нас очень вкусную и полезную для здоровья пищу: **Татьяна Игоревна**, и наша медсестра, которая все знает о здоровье: **Ольга Вадимовна.**

Но и на этом наши сюрпризы не заканчиваются: также судьями будете и вы, наши дорогие и любимые детишки, для этого мы раздали нескольким ребятам таблички, с одной стороны табличка желтого цвета, что соответствует команде наших сотрудников **«Лимончики»** (у сотрудников галстуки желтого цвета), а с другая сторона таблички красного цвета, что соответствует команде наших родителей **«Яблочки»**

После окончания каждого конкурса вы поднимаете таблички и поворачиваете к ведущему с тем цветом, чья команда, по вашему мнению, в этом конкурсе победила. А наше жюри будет учитывать и ваши голоса. Следите внимательно, болейте за команды и будьте справедливы!

1. **Разминка «Донеси шарик»**

 Участники по очереди палкой толкаю воздушный шарик палкой вперед, и забрасывает в ворота. Обегает и передает ход следующему участнику.

**Ведущий:**

От простуды и ангины

Нам помогут……….. ( витамины).

В овощах живут и …….(фруктах)

Есть во многих они продуктах,

А кто летом в лес пойдет

Витамин и там найдет.

1. **Игра «Найди витамины»**

 Перед каждой командой плакат с названиями витаминов: А, В, С, Д. Каждый участник должен пролезть в туннель, добежать до стола взять картинку с продуктом, богатым данными витамином. И когда все картинки будут собраны правильно разместить на плакате около соответствующей буквы.

 Витамин **А** содержится в моркови, молоке, зеленом луке.  **В** – капусте, луке, красном перце, редисе. **С** – чесноке, лимоне, клюкве. **Д** – молоке, рыбе, твороге.

**Ведущий:** Ребята, а вы знаете, какой витамин для чего нужен.

**А** – витамин роста

**В** – витамин силы

**С** – укрепляет организм

**Д** – помогает укреплению зубов и костей

**Музыкальная пауза.**

**Ведущий:** А пока наше жюри, подводят промежуточные итоги, предлагаю всем немного отдохнуть и подвигаться. Ребята! Приглашайте наших участников потанцевать!  *все вместе танцуют под песню «Танец маленьких утят», сл. Ю.С. Энтина, муз. Т. Вернера.*

1. **«Передай мячик»**

Допрыгать до ориентира и обратно, мяч зажат между ног. Встать назад колонны и прокатить мяч через «туннель» сделанный из ног участников.

**Ведущая:** Ребята, мы убедились какие быстрые наши участники, а сейчас пришло время проверить, а такие же и сильные они, а главное что сила команды заключается в сплоченности участников.

1. **Потяг**

 Игроки каждой команды держатся друг за друга и образуют одну цепь при помощи согнутых в локтях рук. Впереди цепи становятся более сильные и ловкие участники - «заводные». Став друг против друга, «заводные» также берут друг друга за согнутые в локтях руки и тянут каждый в свою сторону, стараясь или разорвать цепь противника, или перетянуть ее за намеченную линию. Тянуть начинают точно по сигналу.

***Жюри подводят итоги***.

**Ведущий:** Ребята есть много пословиц про здоровье:

* «В здоровом теле – здоровый дух!»,
* «Кто спортом занимается, с болезнями не знается!»,
* «Здоровье всему голова!»,
* «Здоровью цены нет»,

 но существует и еще одна хорошая пословица «Бездеятельность – сестра болезни!», так вот, наши девчонки без дела никогда не сидят. Они совместно со своими родителями создали красивую коллекцию нарядов. Хотите посмотреть? Так встречайте!

**«Парад нарядов!»**

 **Ведущий:** Поприветствуем наших рукодельниц. А жюри попросим назвать итоги за 4 конкурса.

Но, что продолжим наш праздник! Участники готовы? А наши болельщики? Замечательно!

1. **«Тринога»**

Двум участникам завязывают по одной ноге между собой, получается пара. Кто быстрее пробежит между кеглями, обежит ориентир и обратно.

1. **Конкурс «Кот в мешке»**

**Ведущий:** Мы вам говорили, что у нас сегодня будет много сюрпризов. Так вот в этом конкурсе участники приглашаются по очереди и только когда, выбрав один из мячиков, наши участники узнают, какое же задание им достанется. На каждом мячике есть цифра, которая соответствует номеру задания. Но вот здесь, то и кроется сюрприз, одно из заданий для вас приготовило наше жюри, а какое я сама не знаю:

1. **«Кто дольше попрыгает на скакалке»** *кто первый сбился тот и проиграл.*
2. **«Кто быстрее и правильнее соберет Олимпийский символ (кольца).**
3. **« Кто быстрее съест банан».**
4. **«Друзья» -** *каждому участнику завязываются глаза, а другой участник должен его направить к стулу.*
5. **Задание от жюри.**
6. **Кто дольше крутит обруч.**

***Жюри подводят итоги***.

**Игра со зрителями «Кто быстрее»**

Игра со стульчиками. Участники под музыку бегают вокруг стульчиков (стульчиков меньше). По окончании музыки, должны сесть на стульчик. Тот, кто не успел, выбывает из игры.

**Ведущий:** Жюри готовы огласить результаты за конкурсы?

Кто из вас, ребята, знает,

Что закалке помогает?

И полезно нам всегда

***Солнце, воздух и вода!*** (Хором)

**7«Заячьи бега»**

На большом шаре допрыгать до обруча, взять кеглю и таким же способом вернуться обратно. ***(Бег в мешках)***

**Ведущий:** Вы, наверное, заметили, что у нас задания, не только спортивные, но и творческие, т.е. вы должны проявить не только быстроту и ловкость, но и ваши творческие способности, фантазию!

**8."Творческое задание".**

Ведущий: Задание на активизацию ваших творческих способностей - сочините стих по опорным словам: здоровье, зарядка, спорт, победа, физкультура, площадка.

Внимание, время, отведенное на задание 2 минуты. Начали! Зачитываются полученные стихи, жюри отмечает логичность, оригинальность.

**Ведущий:**  А пока наши участники справляются с заданием, мы немного поиграем! Становитесь в круг!

**Игра со зрителями: «Да или нет»**

**Ведущий:**

 В рифму дай, дружок, ответ.

Словом «ДА» иль словом «НЕТ».

Но, смотри, не торопись,

На крючок не попадись!

Но, ребята, это не все задание, если вы отвечаете «ДА», то нужно подпрыгнуть, а если «НЕТ», то нужно присесть. Готовы?

* Зубы в дырках от конфет? (не нет, а да).
* Борщ – полезная еда? (да).
* Фрукты – вредная еда? (не да, а нет)
* Пишет повар ваш портрет? (нет)
* Заниматься спортом – вред? (нет)
* После завтрака обед? (не нет, а да).
* Едут лыжи без следа? (не да, а нет).
* Сильным должен быть атлет? (не нет, а да).
* Нужен вечером нам свет? (нет).
* С улыбкой к зубному идешь в кабинет? (нет).
* Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья! (да).

**Ответы команд:** команды зачитывают свои произведения.

**Ведущий:** Молодцы! Со спортом вы дружны. Фантазия у вас есть, и творчество тоже.

А сейчас все на места вы становитесь

И немножко притаитесь

Прошли все испытания вы,

И без сомненья.

В конце пути, как обещали мы.

Вас ждут призы и награжденья.

(Идет подсчет результатов. Объявление команды победителей. Награждения)

**Ведущий**

Перед тем, как с вами попрощаться

Мы хотим вам пожелать!

Здоровья крепкого,

Почаще улыбаться,

И никогда не унывать!

В мире вас дружнее нет.

Скажем всем – «Физкульт…» (привет)

А закончим мы наш праздник дружной **песней «Физкульт – ура!».**

На этом наш праздник здоровья подходит к концу, но это еще не все. прислал вам небольшие подарки для того. Чтоб вы всегда были здоровы! Корзина с яблоками!

**Ведущая:** Спасибо всем! Нашим великолепным болельщикам и справедливому жюри. Команды пройдите круг почета, а мы еще раз громкими овациями поприветствуем наших спортивных, ловких, творческих участников!!!

*Команды делают круг почета!*

**Инвентарь для игр:**

1. 12 воздушных шариков, 2 палки, ворота.
2. 2 туннеля, 2 стола, 2 плаката с нарисованными буквами витаминов: А, В, С, Д, картинки: морковь, молоко, зеленом лук , капусте, красном перце, редис , чесноке, лимон, клюква.  молоко, рыба, творог .
3. 2 мяча, ориентир.
4. Скакалка.
5. 6 веревок.
6. 2 скакалки, 2 набора олимпийских колец, 2 банана, 2 платка, стул. 2 обруча. 6 мячиков с номерами в мешочке.
7. 2 мешка.
8. 2 листочка , 2 ручки, 2 карточки со словами: здоровье, зарядка, спорт, победа, физкультура, площадка. 2 стола.
9. Корзина с яблоками по количеству детей.
10. Для жюри стол, стулья, Бланки с конкурсами. Грамоты родителям, 6 медалей.

**Развлечение «Страна Здоровячков»**

Каждая победа в конкурсе оценивается**в 2 балл.**

Проигрыш **в 1 балл**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название конкурса** | **«Лимончики»** | **«Яблочки»** |
| **1** | **Разминка «Донеси шарик»** |  |  |
| **2** | **«Найди витамины»** |  |  |
| **Общий балл** |  |  |
| **3** | **«Передай мячик»** |  |  |
| **4** | **«Потяг»** |  |  |
| **Общий балл** |  |  |
| **5** | **«Тринога»** |  |  |
| **6** | **«Кот в мешке»** | **1** | Прыжки на скакалке |  |  |
| **2** | Олимпийские кольца |  |  |
| **3** | Кто быстрее съест банан |  |  |
| **4** | Друзья |  |  |
| **5** | От жюри |  |  |
| **6** | Кто дольше покрутит обруч |  |  |
|  | **Общий балл** |  |  |
| **7** | **«Заячьи бега»** |  |  |
| **8** | **«Творческое задание»** |  |  |
| **Общий балл** |  |  |

Член жюри \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_