**Спортивный праздник, посвященный Дню защитника Отечества для старших-подготовительных групп.**

Цель: формирование основ здорового образа жизни.

Задачи:

1. Укрепление здоровья детей

2. Создание условий для реализации двигательной активности.

3. Обеспечение физического и психического благополучия

Оборудование : набор «Кузнечик», аквапалки, 3 тоннеля, 2 набора парных следов, пословицы и поговорки про доблесть , честь, любовь к Родине, 2 фитбольных мяча, 2 больших мешка, 2 корзины, 2 цели для метания, мешочки с песком, 2 диска здоровья, канат, скамья.

Ход досуга :

Ведущий.

23 февраля в нашем календаре отмечен как День защитника Отечества. Однако в этот день стало традицией поздравлять всех мужчин, военные они или нет, служили они в армии или нет, поздравляют всех! Видимо, этим женщины хотят лишний раз подчеркнуть в мужчинах такие качества, как мужество, надежность, смелость, верность долгу, великодушие, благородство. Сегодня мы устраиваем веселые состязания, в которых ребята и взрослые проявят свои лучшие качества. А мы полюбуемся мальчишками и посмотрим, готовы ли они стать защитниками.

Итак, разрешите мне представить участников сегодняшних состязаний ( дети под музыку входят в зал, строятся полукругом)

Представление команд ( название и девиз) Девочки читают стихи

Мы мальчишек поздравляем

И здоровья им желаем,

Чтоб росли большими

И отличниками были.

Богатырского здоровья

Вам хотим мы пожелать,

Лучше всех на лыжах бегать

И в футбол всех обыграть!

Поэтому, друзья, давайте

От всей души, без лишних слов

От всех невзгод нас защищайте.

Но только, чур, без синяков.

С праздником мужчин отважных

Вас мы поздравляем,

И всего, что в жизни важно,

Искренно желаем!

Пусть сопутствуют везенье

И удача много лет!

Боевого настроенья

И в любых делах побед!

-Для судейства попрошу одну из мам от каждой команды и музыкального руководителя , фиксировать результат в баллах. В конце праздника мы подведем итоги.

- Скажите, каким должен быть защитник (смелым, ловким, сильным, быстрым, находчивым, сообразительным и т.д) Правильно!

Сейчас проверим какие вы быстрые .

**Эстафета № 1 «Путь с препятствиями»** Участники команд сначала перепрыгивают препятствие из набора «кузнечик», затем пролезают в тоннель , после этого пролезают в воротики, сделанные из аквапалок, оббегают ориентир и гладким бегом возвращаются к команде.

Следующее испытание покажет, какие вы сообразительные и умеете ли договариваться друг с другом

**Эстафета №2 «Найди пару».** Эстафета в парах. Дети с родителями или мальчик с девочкой бегут к обручу ( можно поставить воротики на пути) находят парные следы ботинок, добегают до ориентира и возвращаются к своей команде. Когда эстафета закончена, команды поворачиваются лицом друг к другу и демонстрируют пары обуви.

В детском саду у вас появилось много друзей. С некоторыми вы пойдете вместе в школу, с некоторыми вас свяжут долгие годы дружбы. В следующем испытании нужно быть сплоченными и дружными.

**Эстафета №3 «Переправа»** Вся команда перебирается с одного гимнастического мата на другой, папы меняют маты местами и команда проходит путь до стены и обратно.

**Эстафета №4 « Собери пословицу»** У ребенка в руках одна часть пословицы, поговорки или крылатого выражения . Парами добегаем до линии, на которой разложены вторые части пословиц, находим ту, что является продолжением вашей. Ребенок остается на линии, а мама или папа возвращается к команде. Эстафету продолжает следующая пара. Когда собраны все пословицы, родитель громко читает то, что получилось

В следующем испытании поучаствуют папы и мамы, а ребята посмотрят и поболеют за своих.

**Эстафета №5** Папы преодолевают препятствия на фитбольных мячах, а мамы или на ходулях или в мешках прыгают.

Пусть родители отдохнут , а ребята покажут какие они меткие.

**Эстафета №6 «Попади в цель»** По пластунски проползаем в воротики , ползем до корзины, берем мешочек с песком и метаем в цель. Подсчитываем кол-во попаданий.

**Эстафета №7** В этой эстафете нужно сохранить равновесие и нам не обойтись без помощи мам. Дети и папы становятся в колонну друг за другом, по сигналу добегают до диска здоровья, дважды прокручиваются на нем и бегут обратно к своей команде. Только папы прокручиваются на ногах( можно облегчить- отталкиваясь одной ногой), а дети становятся на диск и мамы их раскручивают ( подстраховывают )

Мужчины могут немножко отдохнуть, а дети и мамы станцуют веселый танец «Зверобика» для поднятия настроения .

У нас с вами есть даже два повода померяться силой и ловкость. Не только день защитника Отечества, но и Масляничная неделя. Издавно люди в эти дни много веселились, ходили друг к другу в гости, устраивали состязания на улице, водили хороводы. Вчера мы с ребятами веселились на улице, а сегодня предлагаю папам и мальчикам, по старой доброй традиции, померяться силой в **перетягивании каната**- настоящей русской забаве.

Ещё одно испытание- **Кто удержится на ногах**. Мужчины соревнуются на бревне, а дети на полу ( стоя на одной ноге). Кто первый соскочит с бревна ( мужчины) , кто первый поставит обе ноги на пол, тот проиграл. Участники получают в руки по аквапалке и пытаются столкнуть соперника.

Какие же вы все молодцы!!! Пока комиссия подсчитывает баллы, предлагаю устроить испытательные полеты. Всем желающим раздаются листочки квадратной формы ( карандаши, мелки для опознавательных знаков), из них дети с родителями делают самолеты и запускают. Смотрим, чей самолет улетел дальше.

Подведение итогов, поздравление участников, фото на память