**Спортивный досуг**

 **« Спортивная семья»**

 **Цель**: Приобщать семью к физкультуре и спорту;

**Задачи:** Закреплять двигательные умения и навыки дошкольников;

Развивать выразительность и координацию движений при выполнении ритмических композиций.

Создать эмоционально-положительный настрой в процессе совместной двигательной деятельности;

Воспитывать взаимовыручку, смелость, ловкость, силу.

**Ход мероприятия**.

Мой звоночек звенит – заливается,

И семья вся вокруг собирается.

Мой звоночек звенит и звенит,

И семья собраться спешит.

Добрый день! Хорошо, что вы решили провести время вместе.

Очень много слов на свете-

Как снежинок у зимы,

Но возьмем, к примеру, эти:

Слово «я» и слово «мы».

«Я» на свете одиноко,

В «я» не очень много прока.

Одному или одной

Трудно справиться с бедой.

Слово «мы» сильней, чем»я»

Мы – семья, и мы – друзья.

Вместе мы и мы едины!

Вместе мы непобедимы!

*Ведущий*. Мы очень рады приветствовать наших гостей и участников, ведь соревнования наши необычные, вместе с детьми на старт выходят папы и мамы.

*Ритмический танец «Вместе весело шагать»*

*Ведущий*. Ой, мальчик, а из какой ты команды? Где твои родители?

*Малыш.*Мои мама и папа уехали в командировку. Одному скучно, все ребята играют и гуляют, а мне Фрекен Бок ни с кем играть не разрешает( плачет)

*Ведущий.* А кто такая эта Фрекен Бок?

*Малыш*. Это наша домоправительница, вернее домомучительница.

(звучит запись шума пропеллера, вбегает Карлсон)

*Карлсон*. Привет, Малыш! Ты чего ревешь?

*Малыш*. Я хочу быть спортсменом, а Фрекен Бок не разрешает.

*Карлсон.* Малыш, ты забыл, что я- мужчина в самом расцвете сил- самый лучший спортсмен в мире. Я и прыгаю, и бегаю и летаю, а еще знаю самую лучшую в мире карлсонскую зарядку. Берешь тренажеры: торт со сливками, банку варенья, коробку конфет- и выполняешь жевательно- глотательные движения, затем лежательно- отдыхательные, а потом можно и пошалить.

*Ведущий*. Наши дети по утрам делают зарядку, но выполняют другие движения.

*Зарядка «Спорту ура!»*

Чтоб здоровым , сильным быть,

Со спортом надо всем дружить. (руки вперед, вверх, вниз)

На зарядку выходите,

Свою ловкость покажите (ходьба на месте)

Делай «Раз» и делай «Два»

Спорту скажем мы : «Ура!»( рывки согнутыми в локтях руками в стороны)

Вправо, влево повернитесь,

Быть красивыми стремитесь!( повороты вправо- влево, руки на пояс)

Вправо, влево и вперед,

Разудалый мы народ! ( повторить повороты и выполнить наклон вперед прогнувшись)

Раз присели, два присели,( приседания)

Наклониться захотели

Мы до пяток дотянулись,

Распрямились, улыбнулись.( наклоны вперед – вниз)

А теперь прыжки на месте,

Ноги врозь и ноги вместе. (прыжки на месте ноги вместе, ноги врозь)

Вот здоровья в чем секрет.

Всем друзьям физкульт- привет! ( ходьба на месте)

(Появляется Фрекен Бок с мухобойкой и игрушечной кошкой в руках.)

*Фрекен Бок*. Что за шум? Опять этот шалун! ( бегает с мухобойкой за Карлсоном, который хватает пластмассовый таз и надевает его на голову) Это что такое?

*Карлсон*. Торшер.

*Фрекен Бок*.Карлсон, когда вы перестанете шалить? (обращается к малышу) Кто тут так шумел?

*Малыш.* Мы занимались спортом, делали зарядку.

*Фрекен Бок.* Милый ребенок, сколько раз я тебе говорила, что заниматься спортом вредно. Это портит фигуру.

*Карлсон.* Вы хотите сказать, что у меня плохая фигура? У меня? У самого спортивного мужчины в мире!

*Фрекен Бок*. ( обращается к кошке) Матильда, не правда ли, Карлсон плохо влияет на ребенка?

*Карлсон.* А у вас молоко убежало!

*Фрекен Бок*. Боже мой , молоко убежало! (хватается за голову) Постойте, какое молоко, у меня нет на плите никакого молока. Ох шутник!

*Ведущий.* Фрекен Бок, посмотрите, какие у нас замечательные дети. Они занимаются спортом вместе с мамами и папами.

*Фрекен Бок*. Все может быть. Хотя это не очень солидно: взрослые люди, а занимаются всякими глупостями. Скажите, а кто эти серьезные господа, сидящие за отдельным столом?

*Ведущий.* Это члены жюри. Они оценивают выступления команд.

*Фрекен Бок.* Позвольте моей Матильде принять участие в работе жюри ( сажает игрушку на стол жюри) Она очень наблюдательна.

*Ведущий.* А вы, Фрекен Бок, примите участие в наших соревнованиях хотя бы в качестве моей помощницы.

*Фрекен Бок*. Так и быть. Но я настаиваю, чтобы все меня внимательно слушали и точно выполняли мои указания.

*Карлсон*. Итак , начинаем восхитительные, изумительные, превосходные соревнования. Первый этап – «Наездники». Малыш , садись на коня и , главное держись крепче.

*Фрекен Бок* .В молодости я неплохо держалась в седле. ( Фрекен Бок,Карлсон и Малыш показывают порядок выполнения эстафеты «Наездники»: поочередно садятся на гимнастический мяч, преодолевают дистанцию и возвращаются к месту старта. Затем в эстафете принимают участие команды.

Эстафета № 1 «Наездники»

*Карлсон.* Малыш давай поиграем в железную дорогу. Ты будешь паровозиком.

*Фрекен Бок*.Позвольте и мне принять участие в игре. Кем буду я?

*Карлсон*.( внимательно оглядывает Фрекен Бок) Вы, Фрекен Бок, вместе со мной будете туннелем. Персонажи показывают порядок выполнения эстафеты «Туннель»: Карлсон встает спиной к Фрекен Бок.Взрослые широко расставляют ноги, Малыш проползает в образовавшийся тоннель. По мере продвижения ребенка взрослые поочередно перебегают вперед, продлевая туннель до финиша. Затем в эстафете принимают участие команды.

Эстафета №2 «Тоннель»

*Карлсон*. А теперь, Малыш, я научу тебя далеко прыгать.( герои по очереди прыгают в длину)

Эстафета № 3 «Чья команда прыгнет дальше?» (участники по очереди прыгают в длину)

*Фрекен Бок*.Я так переживала за участников соревнования, что проголодалась. Кажется, я могу съесть гору плюшек.

*Карлсон.* А унести такое количество плюшек вы сможете, Фрекен Бок?

*Фрекен Бок*. Снова ваши шуточки!

*Ведущий*. Что плюшки наши участники могут справиться даже с горой мячей.

*Ритмический танец «Мячики»*

*Карлсон.* Я самый ловкий перетаскиватель мячей в мире. Смотрите!( Вносит сетку с мячами.)

Ох и пошалим! Салют! (подбрасывает корзину с пластмассовыми шариками)

*Фрекен Бок*. Друг мой , разбрасывать игрушки нехорошо. Ах, какая мука воспитывать!

*Карлсон*. Успокойтесь Фрекен Бок! Наши спортсмены сейчас быстро соберут шарики.( Члены каждой команды собирают шарики по сигналу, чья команда соберет больше?)

Эстафета №4 «Собери шарики!»

Звучит запись веселой музыки. В зал вбегает приведение(Карлсон, на плечах которого сидит малыш с накинутой на голову простыней)

*Карлсон*. Я лучшее в мире приведение с мотором. Приведению полагается немного пошалить.

*Фрекен Бок*. Боже мой, приведение! Я вас боюсь!

*Карлсон*. Не бойтесь, давайте поиграем!

*Фрекен Бок*. Что вы , я не могу играть с приведением!

*Карлсон*.( снимает простыню) Не хотите , тогда ловите мяч.( мамы прокатывают обруч на противоположную сторону,держат обруч горизонтально, ребенок садится на шею папе, бегут до линии и ребенок попадает мячом в обруч, назад возвращаются бегом)

Эстафета № 5 «Баскетбол»

*Ведущий.* Пока жюри подводит итоги , давайте потанцуем.

*Ритмический танец «Дети Солнца»*

Ведущий .Вот и подошел к концу наш спортивный праздник. Дорогие мамы, папы и дети, вы – настоящие спортсмены! Желаем всегда заниматься спортом всей семьей.

Члены жюри оглашают итоги соревнований, награждают победителей.