**Семья для ребёнка – это самое ценное в жизни.**

Дошкольный возраст - яркая, неповторимая страница в жизни каждого человека. В дошкольном возрасте происходит первоначальное становление личности, формируется основа самосознания и индивидуальности ребёнка. Именно в дошкольном возрасте у ребёнка происходит приобщение к культуре, к общечеловеческим ценностям, а также закладывается фундамент здорового образа жизни.

Семья для ребёнка – это самое ценное в жизни, место его рождения и основная среда обитания. В семье есть близкие люди, которые понимают и принимают его таким, какой он есть на самом деле. Именно в семье складываются его представления о добре и зле, о порядочности, об уважительном отношении к миру. С близкими людьми в семье ребёнок переживает чувства любви, дружбы, ответственности, долга и справедливости. Из семейного опыта он усваивает представления о себе, о других людях и о мире в целом. Эта атмосфера создаёт его ценности и обеспечивает обратную связь, придающие ему чувство общности с членами семьи и собственной значимости.

Родители часто не задумываются, что дети в первую очередь берут пример с них.

Самый важный способ реализации сотрудничества педагогов и родителей в вопросе формирования здорового образа жизни детей - это организация совместной деятельности, в которой родители активные участники процесса. Одна из эффективных форм пропаганды в ДОУ здорового образа жизни – проведение совместных спортивных мероприятий. Цель этих мероприятий- приобщение детей и родителей к физической культуре и спорту, здоровому семейному отдыху, получение заряда бодрости и хорошего настроения.

Для реализации поставленной цели мы организовали систему совместных спортивных мероприятий, которые включают в себя:

-совместные физкультурные занятия ;

-спортивные соревнования;

-физкультурные праздники;

-физкультурные досуги и развлечения детей и взрослых;

**Совместные физкультурные занятия с родителями -** возможность приобщить взрослых к совместной двигательной деятельности с детьми. Такие занятия повышают их заинтересованность в оздоровлении ребёнка, способствуют приобретению родителями и детьми разнообразного двигательного опыта. Отличительная особенность этих занятий состоит в том, что родители не только помогают педагогу, но и становятся индивидуальными тренерами своего ребёнка и активными участниками педагогического процесса. Это помогает детям, родителям и педагогам гармонизировать детско-родительские отношения, устанавливать межличностное общение ребёнка и взрослого.

**Физкультурные праздники -** зрелищное массовое мероприятие , которое способствует пропаганде здорового образа жизни и физической культуры , где родители, активные участники проводимых игр, эстафет и заданий.

Такая форма взаимодействия оказывает комплексное влияние на формирование личности ребёнка, во первых- улучшает взаимоотношение в семье и коллективе, во вторых- повышает интерес детей и родителей к занятиям физкультурой и спортом.

**Физкультурные досуги и развлечения -** одна из форм активного отдыха, любимая детьми и взрослыми. Совместные физкультурные досуги и развлечения способствуют созданию и поддержанию благоприятного психологического климата в семье, воспитанию чувства коллективизма, дружбы, взаимопомощи.

Совместная спортивная деятельность детей и родителей полезна и необходима, так как помогает решить несколько задач:

1. Родители могут увидеть своих детей в условиях, отличительных от домашних, что может способствовать пересмотру методов и приёмов воспитания.

2. Родители постепенно убеждаются в том, что их участие в организации и проведении совместных спортивных мероприятий важно для здоровья их ребёнка.

3. Способствует эмоциональному сближению взрослых с детьми.

4. Родители приобретают двигательный опыт и теоретические знания в совместной двигательной деятельности.

**Конспект совместного сюжетного физкультурного занятия с детьми и родителями младшей группы «ПРОГУЛКА В ЛЕС »**

Инструктор по физкультуре Чичина И.Ф. 2015год.

**Задачи**:

1.Создать в спортивном зале комфортную эмоционально-психологическую атмосферу для родителей и детей.

  2.Помочь родителям и детям ощутить радость, удовольствие от встречи друг с другом, от совместной двигательно-игровой деятельности.

  3.Расширить у детей двигательный и игровой опыт, развивая функциональные системы, координацию движений, ориентировку в пространстве, силу, ловкость.

**Оборудование:** «лужи», мячи (по количеству детей).

**Литература**: М.Н.Попова «На встречу друг другу», О.Б.Казина «Весёлая физкультура для детей и их родителей».

**ХОД ЗАНЯТИЯ:**

**ВВОДНАЯ ЧАСТЬ:**

Инструктор с детьми входит в зал, где уже находятся родители, стоящие в другом конце зала к ним спиной.

**Инструктор по физ.:** Ребята, посмотрите внимательно и угадайте, где ваши мамы (папы). Подойдите к ним. Мама поворачивается к подбежавшему к ней ребёнку и подбрасывает его вверх, затем обнимает его и ставит на пол.

Дорогие ребята, уважаемые мамы и папы! Сегодня я приглашаю вас на прогулку в лес. Беритесь за руки, потому что мы пойдём парами. Друг от друга не отставайте, чтобы не потеряться в лесу.

-**Ходьба парами**,

**Инструктор по физ.:** Посмотрите, впереди высокие деревья. Ребята, покажите высокие деревья.

**-Ходьба на носочках, руки вверх. (Родитель, встав чуть позади ребёнка, берёт его за поднятые руки, тянет слегка вверх, приподнимая ребёнка на носки).**

**Инструктор по физ.:** Тропинка стала совсем узкая и чтобы нам пройти дальше, вам нужно встать спиной к взрослому и поставить свои стопы на ноги взрослого. Взрослый прижимает ребенка к себе, и они вместе идут

**-совместная ходьба.**

**Инструктор по физ.:** А теперь давайте пробежимся. Руки согнули в локтях, рот закрыли и побежали.

**-Бег парами.**

**Инструктор по физ.:** Ребята, впереди «лужи», через них будем перепрыгивать, а родители нам помогут.

**-Бег с преодолением препятствий.**

****

**Инструктор по физ.:** Вот мы с вами и дошли до лесной полянки. Я предлагаю вам выполнить здесь весёлую зарядку.

**ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ:**

**ОРУ**

**1. «Ладушки-ладошки»** И.п.: стоя лицом друг к другу, руки за спину. 1-родитель выставляет руки вперёд ладонями вверх, ребёнок хлопает по ладошам. 2- и.п. (Д:4-5раз)

**2. «Качели»** И.п.: стоя лицом друг к другу, взявшись за руки, руки в стороны, ноги на ширине плеч. 1-наклон вправо; 2-и.п.; 2-3-то же в другую сторону. (Д:4-5раз)

**3. «Лодочка»** И.п.: Взрослый сидит на полу, вытянув ноги вперед. Ребенок сидит на его ногах (ближе к туловищу) к нему лицом. Партнеры держат друг друга за руки. Взрослый медленно отпускает ребёнка спиной на свои ноги, а затем поднимает в исходное положение. (Д:4-5раз)

**4. «Дружные ножки»** И.п.: Сидя на полу, лицом друг к другу, ноги согнуты в коленях. Стопы ребёнка на ногах у взрослого. Родитель выпрямляет правую ногу, затем сгибает её. То же другой ногой. (Д:4-5раз)

**5.«Елочка и зайчик»** И.п.: Взрослый стоит, руки опущены вниз чуть в стороны. Ребенок превращается в «зайчика» и прыгает на двух ногах вокруг «елочки». Чередовать с ходьбой на месте взявшись за руки. (Д:4-5раз)

**6. «Понюхаем цветы»** (упражнение на дыхание) 1-2- вдохнуть глубоко носом, 3-4-выдохнуть через рот. (Д:4-5раз)

**Инструктор по физ.:** Дорогие друзья вы замечательно выполнили все упражнения и можете повторять их дома. А теперь пойдёмте дальше, а на пути препятствие глубокая нора. Но мы с вами очень смелые и сможем проползти через неё.

**ОВД**

**1. «Проползи в нору»** (2-3раза) Родители встают на четвереньки друг за другом, образуя тоннель. Дети на четвереньках проползают под ними.

**Инструктор по физ.:** В лесу выросло много яблок. А кто любит яблоки на зиму запасать? Конечно, ёжики. Давайте поможем им запастись яблоками.

**2. «Яблоки для ежей»** (5-6раз) Перебрасывание мяча ребёнку родителями и наоборот.



**Инструктор по физ.:** Теперь я предлагаю вам поиграть. Мамы превращаются в гнёздышки, а ребята в птичек. Взрослые встают в одном конце зала, а в другом конце дети-птички легко летают, взмахивая крылышками под музыку (бегают врассыпную). Когда музыка остановится, по сигналу «птички в гнёздышки» дети бегут к родителям (в гнёздышки) и обнимают их.

**Подвижная игра «ПТИЧКИ И ГНЁЗДЫШКИ»**

**ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ:**

**Инструктор по физ.:** А теперь давайте отдохнём. Присаживайтесь на стулья вместе с детьми. (Дети садятся на колени к родителям лицом друг к другу.) Ребёнок кладёт свои руки на ладони родителям. Глядя в глаза друг к другу, родитель и ребёнок поочерёдно говорят добрые слова. (например: мама ты самая добрая, я тебя люблю)

**Игра «ДОБРЫЕ СЛОВА»**

****

Очень хорошо в лесу , но нам пора возвращаться в детский сад .Мы выходим из леса и идем до нашего сада  большой, широкой дорогой. Дети и родители берутся за руки и под музыку идут по залу.

**Спортивный праздник « МАМА И Я – ЛУЧШИЕ ДРУЗЬЯ!»**

Инструктор по физкультуре Чичина И.Ф., воспитатель подготовительной группы Овчинникова Т.Г.3декабря2015год.

**Цель:** Пропаганда здорового образа жизни, приобщение семьи к физкультуре и спорту.

**Задачи:** Создать праздничное настроение у детей и их родителей.

- закреплять двигательные умения и навыки: бег, метание, прыжки, подлезание.

- развивать двигательные способности - силу, быстроту, выносливость, смелость, ловкость, уверенность .

- воспитывать в детях дружелюбие, стремление к взаимовыручке, командному духу, чувство любви и гордости за свою семью, умение радоваться успехам друг друга.  
 -доставить детям и родителям удовольствие от совместных занятий физкультурой,

-способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи.

**Предварительная работа:** Отбор семей участников; - знакомство семей с этапами соревнований; -изготовление отличительных элементов участников (медали, эмблемы); -разучивание с детьми стихов, подвижных игр, эстафет; -подбор музыкального сопровождения, фонограмм; -расстановка и подготовка оборудования; -украшение зала.

**Оборудование:** Обручи (8шт); «рыбки»(16шт); удочки (2шт); сигнальные конусы; коврики (2шт); ванна с разноцветными шарами(2шт); модули (2шт); обручи большие (2шт); подставки для обручей (2шт); куб большой (2шт); кубики (12шт); ведёрки(2шт); мячи (6шт); мячи разных размеров; пирамидки большие; шнур длинный; табло; протоколы.

**ХОД ПРАЗДНИКА:**

**Инструктор по физ-ре:** Добрый день, дорогие друзья! Мы рады встретиться с вами и подарить вам хорошее настроение. По традиции проведения спортивных мероприятий в России звучит гимн. Прошу всех встать.

*(Звучит гимн России 1 куплет и 1припев)*

**Инстр. по физ-ре:** Мы рады, что вы, отложив все свои дела, пришли поучаствовать в нашем спортивном празднике. А праздник у нас непростой, он посвящён «Дню матери».

Я думаю, что наши мамы всегда в форме. Они всегда тренируются в женском многоборье- готовка, бег по магазинам, уборка, мытьё посуды и другое. И мы уверены, что именно они будут задавать тон нашим соревнованиям.

**Инстр. по физ-ре:** Сегодня у нас как на настоящих спортивных соревнованиях- оценивать результаты будет жюри, в составе:

1. Доронина Татьяна Сергеевна

2. Лаптева Ирина Васильевна

3.Васенёва Елена Борисовна

**Слово жюри:** Стать чемпионом- все мы знаем-

Задача сложная для всех.

Соревнования начинаем,

И твердо верим в ваш успех.

Эстафеты оцениваются по 2-бальной системе.

**Ведущий:** Болельщики займите свои места в зрительном зале. Прежде чем начать наши соревнования, мне хочется пожелать всем участникам и болельщикам хорошего настроения, радости и веселия. Чувствуйте себя легко, будьте активными болельщиками и поддерживайте команды.

**Инстр. по физ-ре:** Командам было дано домашнее задание. Начнём наши соревнования с конкурса:

**1. ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ:**

-Название команды;

-Эмблема команды *(большая для оценки жюри и маленькие каждому члену команды);*

-Девиз команды *(песня или речёвка);*

**Ведущий:** И сейчас мы посмотрим, как наши участники справились с этим заданием. Уважаемое жюри прошу быть внимательными, чтобы потом высказать своё мнение. И так, пожалуйста, по порядку представляем свои команды. *( называют команду, девиз )*

*Входит Заболиха Заболеевна.*

**Заболиха Заболеевна:** Что за непорядок? Почему снова здоровьем и весельем запахло? Ну-ка, где моя подзорная труба? *( достаёт подзорную трубу, чихает )*  Ты труба мне послужи, Да ещё раз покажи, Кто здесь весел и здоров, Не боится докторов?

*(Заболиха Заболеевна замечает собравшихся детей и мам)*

**Заболиха Заболеевна:** Это что за безобразие? Откуда здесь столько здоровых детей? Я Заболиха Заболеевна! Сейчас я всё исправлю, чихну на вас, и вы все будете болеть.

**Инстр. по физ-ре:** Не трудись Заболиха Заболеевна, наши дети простуд не боятся.

**Заболиха Заболеевна:** Это ещё почему?

**Инстр. по физ-ре:**  Сейчас узнаешь! Ребята, вставайте на весёлую гимнастику. И ты с нами можешь встать, если тебе понравится, будешь делать каждый день и станешь здоровой.

Вы друг другу улыбнитесь, На разминку становитесь!

*(Все команды выходят на разминку)*

**МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКАЯ РАЗМИНКА**

**«УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА»** (сл.,и муз., В. Высотского, исп. Жасмин)

**Заболиха Заболеевна:** Так, а это у вас, что за чудо?! *(берёт мяч)*

**Инстр. по физ-ре:** мяч!

**Заболиха Заболеевна:** Ни как не пойму в чём секрет этого мяча? Может на нём надо посидеть? *( садится )* Нет. Может, на голове подержать? *( кладёт на голову)* Нет. Может, пнуть? *( промахивается)* Ах, так? Тогда я тебя, дружочек, съем! *( достаёт салфетку, бутафорский нож с вилкой )* Точно! Съем!

**Инстр. по физ-ре:** Не нужно его есть. Ребята, скажите, что можно делать с мячом? *( ответы детей )*

Правильно, ребята, с мячом можно заниматься и играть. Давай мы тебе покажем!

**2. « ЭСТАФЕТА ТРЁХ МЯЧЕЙ»**

мячи 6 шт., сигнальные конусы 2шт.

В руках у первого участника команды 3мяча. С ними он бежит до ориентира, обегает его и возвращается обратно передав мячи следующему, встает в конец колонны. Выигрывает команда первая закончившая эстафету.



**Заболиха Заболеевна:** Теперь мне всё понятно. Подарите мне такой мячик. Не хочу болеть, хочу быть здоровой и заниматься физкультурой.

**Инстр. по физ-ре:** Конечно, можешь взять мяч. До свидания и будь здорова!

***Жюри объявляет результаты.***

**3. ЭСТАФЕТА «ТОННЕЛЬ С МАМОЙ»**

«тоннель» 2шт., сигнальные конусы

Первой бежит мама поднимает тоннель, ребёнок пролезает в тоннель, затем взявшись за руки бегом возвращаются обратно передав эстафету; Выигрывает команда первая закончившая эстафету.

**4. «ЭСТАФЕТА** **«ПРОКАТИ СВОЕГО РЕБЁНКА**» сигнальные конусы, коврики (2шт)Мама везут своего ребёнка на покрывале до ориентира и обратно. Передают покрывало следующей маме. Выигрывает команда первая закончившая эстафету.

**Ведущий:** Теперь дадим нашим командам отдохнуть физически и поработать умственно. А жюри тем временем подведёт итоги за последние конкурсы.

**5. ЭСТАФЕТА «ЛАСКОВЫЕ СЛОВА»**

( написать как можно больше ласковых слов на листе бумаги .)

**Ведущий:** Пока команды выполняют задание, мы проведём игру со зрителями. Я читаю загадки, а вы их отгадываете.

**1.** Просыпаясь утром рано  
Вместе с солнышком румяным,  
Заправляю сам кроватку,  
Быстро делаю**... (зарядку).**

**2.**  Не обижен, а надут.  
Его по полю ведут.

А ударят - нипочем

Не угнаться за... **(мячом).**

**3**. На ледяной площадке крик,  
К воротам рвется ученик -  
Кричат все: Шайба! Клюшка! Бей!  
Веселая игра... (**хоккей).**

**4**. Два берёзовых коня

По снегам несут меня.

Кони эти рыжи

И зовут их **…(лыжи).**

**5**.Кто на льду меня догонит?

Мы бежим вперегонки.

А несут меня не кони,

А блестящие **…(коньки).**

**6.**Взял дубовых два бруска,

Два железных полозка.

На бруски набил я планки.

Дайте снег. Готовы **…(санки).**

**7**. Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги

И бегут два колеса. У

загадки есть ответ.

Это мой... **(велосипед).**

***Жюри объявляет результаты.***

**6. ЭСТАФЕТА «РЫБАЛКА»**

Обручи 2шт., удочки 2шт., «рыбки»

У каждой команды есть удочка. Первый бежит до обруча удочкой вылавливает одну рыбку, кладёт её в ведро и возвращается обратно, передав удочку следующему. Выигрывает команда первая закончившая эстафету.



**Инстр. по физ-ре:** Следующая эстафета более сложная, потому что она комбинированная.

**7. КОМБИНИРОВАННАЯ ЭСТАФЕТА «СОБЕРЁМ ПИРАМИДКУ»**

Пирамидки большие 2шт., косички, большой обруч с подставкой 2шт., гим.скамейки 2шт., кубы 2шт.

У каждого участника в руке кольцо от пирамидки. Он прыгает через косички на 2-х ногах, пролезает в большой обруч, катит кольцо по скамейке и ставит его на большой куб. Обратно бежит бегом, передаёт эстафету следующему. Команда закончившая эстафету первой побеждает .

***Жюри объявляет результаты.***

**Инстр. по физ-ре:** Спасибо жюри! Продолжим наши соревнования!

**8.ЭСТАФЕТА «КТО БЫСТРЕЕ СОБЕРЁТ СЛОВО»**

Ванны с разноцветными шарами 2шт., шары с буквами.(фигуристка, биатлонист)

Команды стоят на линии старта. На линии финиша стоят 2таза с шарами. Дети бегут к ним, ищут шары с буквами и несут их родителям (можно носить только по одному шару). Родители должны собрать из них слово. Кто быстрее соберёт слово, тот и победил.

**9.ЭСТАФЕТА «НАЙДИ СВОЕГО РЕБЁНКА»**

платки 8шт.

Дети сидят на противоположной стороне зала. У мам завязаны глаза. Мамы идут с завязанными глазами на голос к своему ребёнку. Мама, найдя своего ребёнка, развязывает глаза. Когда все мамы найдут своих детей, каждая команда должна построить круг, и они вместе кричат: «Всё!» подняв руки.

Выигрывает команда, первая собравшаяся в круг.

**10. « У КОГО МЕНЬШЕ МЯЧЕЙ»** Посередине натянута верёвка. Команды займут место по разным сторонам верёвки. У каждой команды одинаковое количество мячей. За 1,5 минуты каждая команда должна как можно больше мячей перекатить на сторону противника. Когда время закончится, жюри считает мячи и у кого меньше мячей та команда победила.



**Инстр. по физ-ре:** Пока жюри подводит итоги, давайте поиграем!

**1. ИГРА МАЛОЙ ПОДВИЖНОСТИ «РОВНЫМ КРУГОМ…»**

**2. ИГРА СРЕДНЕЙ ПОДВИЖНОСТИ «ТЫ КАТИСЬ ВЕСЁЛЫЙ МЯЧ»**

**3. Загадки-обманки**

Кукарекает спросонок

Милый, добрый …

(поросенок) **петушок.**

\*\*\*

Кто грызёт на ветке шишку?

Ну, конечно, это …

(мишка) **белка**

\*\*\*

Меж коряг устроил домик

Шар колючий — добрый …

(гномик) **ёж**

\*\*\*

Землю клювиком я рою,

Но не домик себе строю,

Червячка ищу я, вот!

Угадали, кто я? …

(крот) **цыпленок**

\*\*\*

Ква-ква-ква — какая песня!

Что быть может интересней,

Что быть может веселей?

А поет вам …

(соловей) **лягушка**

\*\*\*

Кто в малине знает толк?

Косолапый, бурый …

(волк) **медведь**

\*\*\*

В чаще, голову задрав,

Воет с голоду …

(жираф) **волк**

\*\*\*

Дочерей и сыновей

Учит хрюкать …

(соловей) **свинья**.

**Звучит спортивный марш - команды строятся**.

***Жюри объявляет результаты.***

**Слово жюри:** объявляет итог праздника.

Пусть вам весёлые старты запомнятся

Пусть все невзгоды пройдут стороной,

Пусть все желания ваши исполнятся

А физкультура станет родной.

Пусть все это только игра,

Но ею сказать мы хотели:

Великое чудо - семья!

Храните ее, берегите ее!

Нет в жизни важнее цели!

**/награждение команд и угощения всем детям /**

**Инстр. по физ-ре и Ведущий:**

Всем спасибо за внимание,

За задор и звонкий смех.

За огонь соревнования,

Обеспечивай успех.

Вот настал момент прощанья,

Будет краткой наша речь.

Говорим всем – **до свиданья,**

**До счастливых новых встреч!**

**Ведущий:** А теперь попросим семейные команды сделать круг почёта.

**Под музыку семейные команды выходят из зала.**

**Спортивные соревнования «ПАПА, МАМА, Я – СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ»**

Инструктор по физкультуре Чичина И.Ф. Воспитатель старшей группы Речкина М.А. 2014г.

**Предварительная работа:** Отбор семей участников; знакомство семей с этапами соревнований; изготовление отличительных элементов участников; разучивание с детьми песни «Спортивная семья», стихов, подвижных игр, эстафет; подбор музыкального сопровождения, фонограмм,

**Цель:** Пропагандировать здоровый образ жизни, способствовать приобщению семьи к физкультуре и спорту.

**Задачи:** Создать праздничное настроение у детей и их родителей.

- закреплять ранее разученные умения и навыки: бег, метание, прыжки, подлезание, ведение шайбы клюшкой.

- развивать двигательные способности - силу, быстроту, выносливость, смелость, ловкость, уверенность .

- воспитывать в детях дружелюбие, стремление к взаимовыручке, умение радоваться успехам друг друга.

Воспитывать взаимовыручку, чувство товарищества, чувство любви и гордости за свою семью, уважение к родителям.  
  
 Доставить детям и родителям удовольствие от совместных занятий физкультурой, способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи.

**Оборудование:** обручи (8шт), «рыбки» (12шт), удочки (2шт), сигнальные конусы, коврики (2шт), клюшки (2шт), шайбы (12шт), ворота (2шт), ванна с разноцветными шарами(2шт), модули (2шт), обручи большие (2шт), подставки для обручей (2шт), куб большой (2шт), кубики (12шт), ведёрко(2шт), мячи (6шт), мячи разных размеров, шнур длинный табло, протоколы.

**ХОД ПРАЗДНИКА:**

**Инструктор:** Добрый день, дорогие друзья! Мы рады встретиться с вами и подарить вам хорошее настроение. Сегодня у нас необычный праздник – праздник спорта и здоровья «папа, мама, я – спортивная семья».

**Ведущий :**

Всем и каждому понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только всем нам надо знать, Как здоровым можно стать. В мире нет рецепта лучше- будь со спортом неразлучен. Проживёшь ты все сто лет- Вот какой простой секрет.

**Инструктор:** Чтоб расти и закаляться, Не по дням, а по часам, Физкультурой заниматься Непременно надо нам. Нам пилюлю и микстуру И в жару и в холода Заменяют физкультура и холодная вода. Наши команды очень волнуются, давайте поприветствуем их аплодисментами.

***Под марш в зал входят команды.***

**Инструктор:** Сегодня у нас как на настоящих спортивных соревнованиях- оценивать наши результаты будет жюри, в составе:

**Слово жюри:** Стать чемпионом- все мы знаем-

Задача сложная для всех.

Соревнования начинаем,

И твердо верим в ваш успех.

Эстафеты оцениваются по 2-бальной системе.

**Ведущий:** Болельщики займите свои места в зрительном зале. Прежде чем начать наши соревнования, мне хочется пожелать всем участникам и болельщикам хорошего настроения, радости и веселия. Чувствуйте себя легко, будьте активными болельщиками и поддерживайте команды.

**Инструктор:** Давайте познакомимся с нашими участниками. Командам было дано:

**1. ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ:**

-Придумать название команды;

-Эмблему команды *(большая для оценки жюри и маленькие каждому члену команды);*

-Девиз команды *(песня или речёвка);*

**Ведущий:** И сейчас мы посмотрим, как наши участники справились с этим заданием. Уважаемое жюри прошу быть внимательными, чтобы потом высказать своё мнение. И так, пожалуйста, по порядку представляем свои команды. *(называют команду, девиз, а дети приносят эмблему в жюри)*

**Ведущий:** Соревнуйтесь не робея,   
                     Пусть победа нелегка,  
                     Но надейтесь на удачу -   
                     И она придет всегда!  
   Для того чтобы приступить к выполнению заданий: Вы друг другу улыбнитесь, На разминку становитесь!

Все команды выходят на разминку **«СОЛНЫШКО ЛУЧИСТОЕ»**

**2**. **« ЭСТАФЕТА ТРЁХ МЯЧЕЙ»** мячи (6шт), конусы сигнальные (2шт). В руках у первого участника команды 3мяча. С ними он бежит до ориентира, обегает его и возвращается обратно передав мячи следующему. Выигрывает команда первая закончившая эстафету.

**3. ЭСТАФЕТА «ТОННЕЛЬ»** обручи (8шт), сигнальные конусы. -первым бежит папа раскладывая 4 обруча, оббегает ориентир возвращается к первому обручу и ставит его на ребро; -ребёнок пролезает в обруч; -следующий обруч поднимает мама, и так до последнего обруча. Берут ребёнка за руки и возвращаются обратно, передав обручи следующей семье. Выигрывает команда первая закончившая эстафету.



***Жюри объявляет результаты.***

**4. «ЭСТАФЕТА** **«ПРОКАТИ СВОЕГО РЕБЁНКА**» сигнальные конусы, коврики (2шт)Родители везут своего ребёнка на покрывале до ориентира и обратно. Передают покрывало следующей семье. Выигрывает команда первая закончившая эстафету.



***(входит Шапокляк с хоккейными клюшками в руках)***

******

**Шапокляк:** (поёт)

Кто людям помогает, тот тратит время зря. Хорошими делами прославится нельзя!

Здравствуйте, здравствуйте! А вы не потеряли вот эти палочки. Взяла у вас, думала пригодятся, а сама не знаю что с ними делать. А вы знаете?

**Дети:** Конечно! Это клюшки для игры в хоккей.

**Инструктор:** Давайте покажем Шепокляк, как ими пользоваться.

**5. ЭСТАФЕТА «ХОККЕЙ»** клюшки (2шт), шайбы (12шт), ворота (2шт). Первый участник команды клюшкой ведёт шайбу между стойками до линии, забивает шайбу в ворота и бегом возвращается обратно. Передаёт клюшку следующему. Выигрывает команда первая закончившая эстафету.



***Жюри объявляет результаты.***

**6. ЭСТАФЕТА «СОБЕРИ СЛОВО»** ванна с разноцветными шарами(2шт).Команды стоят на линии старта. На линии финиша стоят 2таза с шарами. Дети бегут к ним, ищут шары с буквами и несут их родителям (можно носить только по одному шару). Родители должны собрать из них слово. Кто быстрее соберёт слово, тот и победил.

***(Шапокляк уходит)***

**7. ЭСТАФЕТА «СТРОИТЕЛИ»**  У первого участника рукавица на руке. Он прыгает из обруча в обруч на 2-х ногах, пролезает в большой обруч, перепрыгивает через модуль, берёт кубик из ведра и ставит его на большой куб. Обратно бежит бегом, передаёт рукавицу следующему. Команда закончившая эстафету первой побеждает .

***Жюри объявляет результаты.***

**1Ведущий:** Теперь дадим нашим командам отдохнуть физически и поработать умственно. А жюри тем временем подведёт итоги за последние конкурсы.

**8. «ВИДЫ СПОРТА»** 2**Ведущий:** Пока команды выполняют задание, мы проведём игру со зрителями. Я читаю загадки, а вы их отгадываете.

**1.** Просыпаясь утром рано  
Вместе с солнышком румяным,  
Заправляю сам кроватку,  
Быстро делаю**... (зарядку).**

**2.**  Не обижен, а надут.  
Его по полю ведут.

А ударят - нипочем

Не угнаться за... **(мячом).**

**3**. На ледяной площадке крик,  
К воротам рвется ученик -  
Кричат все: Шайба! Клюшка! Бей!  
Веселая игра... (**хоккей).**

**4**. Два берёзовых коня

По снегам несут меня.

Кони эти рыжи

И зовут их **…(лыжи).**

**5**.Кто на льду меня догонит?

Мы бежим вперегонки.

А несут меня не кони,

А блестящие **…(коньки).**

**6.**Взял дубовых два бруска,

Два железных полозка.

На бруски набил я планки.

Дайте снег. Готовы **…(санки).**

**7**. Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги

И бегут два колеса. У

загадки есть ответ.

Это мой... **(велосипед).**

***Жюри объявляет результаты.***

**1Ведущий:**

**9. . ЭСТАФЕТА «РЫБАЛКА»**  обручи (4шт), «рыбки» (12шт), удочки (2шт), ведёрки (2шт). У каждой команды есть удочка. Первый бежит до обруча удочкой вылавливает одну рыбку, кладёт её в ведро и возвращается обратно, передав удочку следующему. Выигрывает команда первая закончившая эстафету.



***Жюри объявляет результаты.***

**10. ЭСТАФЕТА «НАЙДИ РЕБЁНКА»** платки (4шт), стульчики (4шт). Дети сидят на противоположной стороне зала. У пап и мам завязаны глаза. Папы идут с завязанными глазами на голос к своему ребёнку. Папа, найдя своего ребёнка, развязывает глаза и кричит маме: «Я здесь, иди к нам!» Когда придёт мама, они бегут всей семьёй обратно и кричат речёвку: **«Мы самая дружная семья, ура!**

**11. « У КОГО МЕНЬШЕ МЯЧЕЙ»** мячи разных размеров, шнур длинный, стульчики (2шт). Посередине натянем верёвку. Команды займут место по разным сторонам верёвки. У каждой команды одинаковое количество мячей. За 1минуту каждая команда должна как можно больше мячей перекатить на сторону противника. Когда время закончится жюри посчитает мячи и у кого меньше мячей тот и победил.

**ПЕСНЯ «СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ»**

**Звучит спортивный марш - команды строятся**.

***Жюри объявляет результаты.***

**Слово жюри:** объявляет итог праздника.

Пусть вам семейные старты запомнятся

Пусть все невзгоды пройдут стороной,

Пусть все желания ваши исполнятся

А физкультура станет родной.

Пусть все это только игра,

Но ею сказать мы хотели:

Великое чудо - семья!

Храните ее, берегите ее!

Нет в жизни важнее цели!

**/награждение команд и угощения всем детям /**



**Инструктор:** Скажем Спасибо жюри и зрителям.

Спортсменам –новых побед.

А всем - наш спортивный привет.

Спортом занимайтесь

Почаще улыбайтесь

Семья – это свято,

Семья – это счастье!

Если дружба и здоровье в семье, -

Вам смогут позавидовать все!

**Ведущий:** Всем спасибо за внимание,

За задор и звонкий смех.

За огонь соревнования,

Обеспечивай успех.

Вот настал момент прощанья,

Будет краткой наша речь.

Говорим всем – **до свиданья,**

**До счастливых новых встреч!**

**Ведущий:** А теперь попросим семейные команды сделать круг почёта.

**Под музыку семейные команды выходят из зала.**

**Литература:**

журнал «Инструктор по физкультуре» № 3/2009г, №5 /2015г.

Журнал «Здоровье дошкольника» № 11/2015г.

Евдокимова Е.С., Додокина Н.В., Кудрявцева Е.А. «Детский сад и семья»