**«Мама, папа, я – здоровая семья!»**

**Цель проведения:**

- приобщение детей дошкольного возраста к активным занятиям физической культуры;

- осуществлять преемственность между детским коллективом и семьей по физическому воспитанию;

- создать веселое и спортивное настроение у детей и их родителей;

- определить взаимосвязь и взаимопонимание между детьми и их родителями в двигательной- игровой деятельности.

Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни, приобщение семьи к физкультуре и спорту;

Оформление:

Территория школы на улице украшена шарами, флажками, эмблемы команд, плакаты приветствия и поддержка команд болельщиков.

Условия и порядок награждения:

- производится по окончании соревнования команды награждаются, грамотами, медалями, сувенирами.

**Ход спортивного праздника**: «Мама, папа, я - здоровая семья»

(Под спортивный марш шагают участники, болельщики, гости.)

**Ведущий:**  Добрый день, дорогие ребята и уважаемые взрослые! Мы очень рады видеть вас на нашем празднике: «Мама, папа, я – здоровая семья!» Почему семья? Потому что это самое дорогое, что есть у любого человека. В семье его сила, но не только. Символом этого праздника выбрана ромашка, и сегодня каждая команда соберет свою ромашку, потому что за правильный ответ будет вручаться лепесток этого цветка.

Не случайно нашу викторину мы проводим под названием "Мама, папа, я – здоровая семья! ". Здоровье человека – это главная ценность в жизни. Будучи больными, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете решать жизненно важные задачи. Чтобы быть здоровым, необходимо беречь свое здоровье, а для этого нужно знать кое-что о себе, о своем организме, о его возможностях. Этими знаниями и поделятся участники команд. Поприветствуем родителей дружных спортивных семей! (Играет марш.)

А оценивать, я приглашаю уважаемое жюри . (Ф.И.О. жюри)

**Ведущий**: Наши семьи молодые, наши семьи удалые

Ловкие и смелые, дружные, умелые,

Так давайте их встречать - этим всех порадуем!

Вот они уже спешат: дети с мамами и папами!

Внимание! Внимание! Всех участников прошу приготовиться к приветствию - ведущий представляет каждую семью.

**Ведущая:**

Вам команды дорогие,

Я желаю от души,

Чтобы ваши результаты

Сегодня были хороши!

Чтоб не знали вы усталости

И доставили всем много радости!

Всем физкульт – Привет!

**Ведущий**: Команды поприветствовали друг друга, пожелаем всем удачи, победы!

**Ведущая:**

Жюри, вы нас строго не судите,

Вы на семейство поглядите.

Папы, мамы – молодцы!

Ну, а дети им подстать,

Ловкости не занимать!

Для напутствия и добрых пожеланий командам слово предоставляется присутствующим на нашем празднике гостям:

Гости:

1-------------------------------

2---------------------------

3---------------------------

* **1 Скоморох**: Приглашаем вас принять участие в наших спортивных соревнованиях!
* **2 Скоморох** : Затей у нас большой запас,

И все они, друзья, для вас!

И сейчас, без опозданья

Начинаем состязанья!

**Ведущий**: Начинаем соревнования, желаем всем успеха! Команды заняли исходную позицию. Итак, в добрый путь!

Первый конкурс называется ***«Организм человека»,*** поочередно каждой команде я буду задавать вопросы, за правильный ответ вы получаете балл.

**Задание команде (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

1. Назовите части тела человека.

2. Что является опорой нашего организма? (скелет)

3. Покажите, как можно проверить свою осанку?

**Задание команде ( \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

1. Назовите органы чувств. (Нос, уши, язык, кожа, глаза)

2. Что является двигателем нашего организма? (Мышцы)

3. Что делает наши мышцы крепкими и сильными? (Физкультура и спорт)

**Ведущий**: Молодцы! Жюри объявляет результаты 1 конкурса.

**2 конкурс. «Забей гол в ворота»**

Правила. Команда выстраивается поочередно папа, ребенок, мама. На старте папам дают клюшку и шайбу - папа змейкой ведет клюшкой шайбу и забивает в ворота, обратно бежит по прямой и передает клюшку ребенку, ребенок делает тоже самое и передает клюшку маме, мама бегом возвращается обратно и поднимает руку вверх, чтоб видели судьи.

**Ведущая**: Какие спортивные семьи! Вы самые смелые семьи на свете!

А теперь отдохнем немного. Отвечайте дружно хором "Это я! ", если вы со мной согласны. Если это не про вас, то молчите, не шумите.

* кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов;
* кто не хочет быть здоровым, бодрым, стройным и веселым;
* кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру;
* кто мороза не боится, на коньках летит, как птица;
* ну, а кто начнет обед жвачкой с парою конфет;
* кто же любит помидоры, фрукты, овощи, лимоны;
* кто поел и чистит зубки регулярно дважды в сутки;
* кто из вас, из малышей, ходит грязный до ушей;
* кто согласно распорядку выполняет физзарядку;
* кто, хочу у вас узнать, любит петь и отдыхать?

**3 конкурс. «Веселая семья»**

Правила. На финише лежат шорты. По сигналу папа бежит, берет шорты и возвращается на старт, одевают шорты вся семья и бегут на финиш, где

**4 конкурс.** Внимание! 4 конкурс *“Справочное бюро здоровья”.*

Вопросы командам.

* Что способствует закаливанию организма? (Ответ: солнце, воздух, вода.)
* Какие народные средства используете, если у Вашего ребенка насморк?
* Ребенок жалуется на боль в горле. Мы готовы выслушать Ваши рецепты.
* Ваш ребенок поранился, какими народными средствами Вы воспользуетесь?
* Ваш ребенок кашляет. Какими народными средствами Вы пользуетесь? Поделитесь с нами рецептами.

Назовите народные средства профилактики гриппы и простуды? (лук и чеснок)

(Музыкальная пауза Игра «Веселый танец»)

**Ведущий**: Закончились наши состязания. Жюри подводит итоги.

Дорогие дети, взрослые, гости, болельщики! Вот и закончились наши спортивные состязания. Наступает самая волнительная минута потому что, сейчас жюри объявит результаты. Предлагаю командам построиться для награждения. Слово предоставляется председателю жюри, почетное право для награждения предоставляется……………………………………………………………………………………………….

Награждение команд:

………………………………….

…………………………………

…………………………………

**Ведущая:**Мы благодарим всех за участие в викторине и дарим на память «Ромашки здоровья», пусть они напоминают каждой семье о здоровом образе жизни. Помните, хорошее настроение – залог здоровья!

**1-й участник:**

Семья – это счастье, любовь и удача,

Семья – это летом поездки на дачу.

Семья – это праздник, семейные даты,

Подарки, покупки, приятные траты.

**2-й участник:**

Рождение детей, первый шаг, первый лепет,

Мечты о хорошем, волнение и трепет.

Семья – это труд, друг о друге забота,

Семья – это много домашней работы.

**3-й участник:**

В семье мы стараемся крепко дружить,

Здоровьем своим и твоим дорожить.

Со спортом дружны, по режиму живем,

Болезни и хвори нам нипочем!

Хочу, чтоб про нас говорили друзья:

Какая здоровая эта семья!

**4-й участник:**

Всегда будьте вместе, любовь берегите,

Обиды и ссоры подальше гоните,

Хочу, чтоб про нас говорили друзья:

Какая хорошая Ваша семья!

**5-й участник:**

Мы любим тебя без особых причин

За то, что ты - внук,

За то, что ты - сын,

За то, что малыш,

За то, что растёшь,

За то, что на папу и маму похож.

И эта любовь до конца твоих дней,

Останется тайной опорой твоей.

**6-й участник:**

Семья – это важно!

Семья – это сложно!

Но счастливо жить одному невозможно!