**Физкультурно-оздоровительный досуг «Семейная спартакиада»**

**Цель:** Укрепить здоровье детей и приобщать их к ЗОЖ. Вызывать у родителей желание сотрудничать с педагогами. Поддерживать интерес и любовь к спорту, желание заниматься физической культурой всей семьей.

**Участники:** семейные команды, воспитатели.

**Материал:** 5 шт. ориентиров, 10 шт. вёдер, 5 шт. пластиковых стаканов, 5 шт. обручей, корзина с малыми мячами, ленты по количеству детей, воздушные шары-5 шт., костюм Кота Матроскина, призы для команд-молоко «Простоквашино».

**Ход праздника**

Звучит аудиозапись песни «Кабы не было зимы».

Выходит мама (воспитатель в спортивном костюме).

На поле сидит Кот Матроскин, ест сметану. (Дети стоят возле спортивного поля)

**Мама:** Здравствуйте, мои дорогие! Я из Простоквашино в Ягодное трусцой добежала. Слышала, здесь сегодня будет проходить спартакиада.

**Кот:** Вот какая у нас мама Спортивная стала. Быстрее дядя Федора добралась.

**Мама:** Ребята, вы хотите быть здоровыми?

**Мама:** Значит, нашу встречу мы посвятим здоровью согласитесь, приятно чувствовать себя здоровым, добрым, и веселым! Быть здоровым естественное желание любого человека. Как вы думаете может ли быть, здоровым человек, который ведет неподвижный образ жизни?

**Мама:** Как хорошо, что дядя Федор в этот детский сад ходит. Тут он играет и танцует, и на лыжах ходит, футбол играет. Ну просто будущий чемпион растет.

**Кот:** Все дети, которые этот детский сад посещают спорт любят!

**Мама:** За морями, за лесами есть огромная страна.

Долиной веселых движений зовется она.

Чтобы добраться в ходьбе и беге помогут нам.

Упражнения в ходьбе и беге все вместе.

- Обычная ходьба.

- На носочках руки вверх.

- На пятках, руки за спиной, Бег на носочках.

- Ходьба с высоким подниманием колена, обычная ходьба.

Перестроение в две шеренги.

**Кот:** Что за шум? Порядочному Коту спать не дают!

**Мама:** Мы спортом занимаемся, здоровье укрепляем.

**Кот:** Спорт какой-то придумали У меня свой спорт: сено побольше для моей коровы накосить сметаны поесть, на печке поваляться.

**Мама:** Посмотри, Матроскин, как красиво двигаются люди, которые спортом занимаются ОРУ.

Зрители садятся на скамейки, а семейные команды на старт.

**Жюри:**

**Эстафета «Наездники»**

Ребенок садится на спину папе, который, добегает до ориентира и передает маме. Мама ставит ребенка на свои ступни, приставным шагом доходит обратно. Берутся за руки все и бегут, обратно и до финиша.

**Кот:** Ия так умею верхом на папе и на маме кататься? Но какая от этого польза? Никаких доходов, одни расходы: только родители кеды рвут.

**Мама:** Как же нет пользы? Спортсмены так здоровье укрепляют.

**Кот:** Здоровье укрепляют молоком. А могут ваши спортсмены коров доить?

**Мама:** Конечно могут смотри.

**Эстафета «Подои корову»**

Участники по очереди добегают до изображения коровы, к которому прикреплены резиновые перчатки, наполненные водой. Сцеживают в ведро струйки воды и по свистку возвращаются.

**Кот:** Не думал я, что всё так хорошо получится. А ваши папы сильные?

**Эстафета «Силачи»**

Перетягивание каната: Папы против всей группы

**Мама:** У наших спортсменов и мамы тренированные. Посмотри!

**Эстафета «Обруч»**

Как можно дольше вращать обруч.

**Кот:** Хочу посмотреть какая семейная команда самая быстрая.

**Эстафета «Бегом в Простоквашино»**

Папа бежит до ориентира, берет обруч возвращается. Захватывает в обруч маму бегут и возвращается за ребенком. Всей семьей оббегают ориентир и к финишу.

**Мама:** Матроскин, а ты из фото ружья метко стреляешь?

**Кот:** Да?

**Мама:** Сейчас мы докажем тебе, что наши ребята на 100 меткие. Эстафета «Мелкий стрелок» Ребенок берет мешочки для метания и бросает его в корзину 2 раза.

**Кот:** Молодцы! Но, я устал сидеть хочу поиграть в игру «Кот и мыши».

**Подвижная игра «Кот и мыши» проводится со зрителями.**

**Кот:** Уморили отдохну. Не привык я так спортом заниматься.

**Эстафета» Воздушный шар»**

Папа надувает шар, завязывает. Мама закрепляет мяч между собой и ребенком. Передвигаются до ориентира и обратно. Мяч руками не держат.

Мама: Пока жюри подводит итоги.

**Проведем игру «Самый ловкий папа»**

Детям – зрителям прикрепляется каждому ленточка. По свистку папы догоняют детей и собирают ленточки.

**Кот:** Здорово у вас получается спортом заниматься. Может, и мне заняться? Да, точно. Завтра и начну.

**Мама:** Раз Матроскин решил спортсменом стать, наша спартакиада удалась! Дети вам понравилась играть с родителями.

**Слово жюри.**

**Кот:** Устали? Я вас поддержу: мороженым вас из молока угощу. А родителей молочком да сметаной угощу.

**Мама:** Дорогие ребята, мы надеемся, что когда вы подрастете, то обязательно прославите наше село Ягодное своими спортивными победами.