**Спортивное развлечение с родителями в ДОУ**

**«Вместе с папой, вместе с мамой!»**

Ерёменко Э.И, воспитатель высшей категории

МКДОУ Д\с «Кристаллик», г. Игарка

**Цель:** создание условий для повышения компетенции родителей, способствование гармонизации детско-родительских отношений в процессе совместных занятий физкультурой и спортом.  
**Задачи:**

*Образовательные:*

* Сформировать у детей представления о здоровом образе жизни, навыки охраны личного здоровья.
* Повышать интерес родителей и детей к здоровому образу жизни

*Развивающие:*

* Развивать чувство коллективизма, взаимопомощи в совместной двигательно – игровой деятельности.  
  *Воспитательные:*
* Вызывать радость от совместной деятельности.

Создать психологический комфорт, положительный эмоциональный настрой.  
**Предварительная работа:** беседы с детьми о здоровом образе жизни, о пользе закаливания, режиме дня, о соблюдении личной гигиены. Беседы по книге Зайцева «Уроки Айболита», чтение Чуковского «Мойдодыр», консультации для родителей «Выбираем ЗОЖ!»

**Материал:** таблички с названиями команд, буквы слова «Здоровье», фишки: красные и зеленые, кроссворды, мешочки с песком по количеству детей, 2 стойки с гимнастическими планками,2 набивных мяча, 2 обруча-трубы, 2 корзины, ориентиры, мешочки с песком, ленты.

**Ход мероприятия**

***Ведущий:***

Я говорю вам "Здравствуйте" Нет дня, чтобы человек не произнес это слово. Проснулся, открыл глаза: "Здравствуйте!". Так на земле начинается день. "Здравствуйте!" В этом слове все: и тепло, и встречи, и рукопожатие друзей, и пожелание здоровья. Когда-то давно люди, произнося слово "здравствуйте", желали другим быть здоровыми, крепкими, сильными.

***Ведущий:***

Здравствуйте, дорогие гости — уважаемые мамы, папы, дети! Мы очень рады видеть Вас на нашем спортивном празднике. Это будет и игра и соревнование, и тренинг. И мы узнаем, что нужно делать, чтобы быть здоровым и никогда не болеть.

***1. Конкурс «Приветствие»***

***Ведущий:***

Предлагаю разделиться на 2 команды *(участники - все дети группы и по 2-3 взрослых).* Каждая команда выбирает себе капитана, название и девиз.

***Ведущий:***

А оценивать наши успехи будет жюри, в составе *(представляет членов жюри)*

Пусть жюри весь ход сраженья без промашки проследит.

Кто окажется дружнее — пусть сегодня победит!

***Ведущий:***

Ну а теперь настало время представить команды

Команда «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»

Девиз: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Команда «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»

Девиз: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Звучит «Спортивный марш», дети хлопают в ладоши, семейные команды. Проходят круг почёта.

Жюри оценивает приветствие

***Ведущая:***

Все собрались? Все здоровы?  
Бегать и играть готовы?  
Ну, тогда подтянись,  
Не зевай и не ленись,

На разминку становись!

**Разминка**

***Ведущий:***

Вас прошу я дать ответ:

Это правда или нет?

1. Чтоб с микробами не знаться,

Надо дети закаляться. Правда! (присели)

2. Никогда чтоб не хворать,

Надо целый день проспать. Нет! (похлопать в ладоши)

3. Если хочешь сильным быть, со спортом надобно дружить (присели)

4. Чтоб зимою не болеть, на улице надо петь (хлопнуть в ладоши)

5.И от гриппа, от ангины нас спасают витамины (присели)

6.Будешь кушать лук, чеснок —

Тебя простуда не найдет (присели)

7. Хочешь самым крепким стать?

Сосульки начинай лизать (хлопнули в ладоши)

8. Смотри побольше телевизор,

Обязательно тогда станут зоркими глаза (хлопнуть в ладоши).

***Ведущий:*** Итак, начинаем наши командные соревнования:

Пусть каждый смело вступит в бой,

В азарт соревнования.

Успех придет не сам собой

Помогут наши знания.

**2.Конкурс-эстафета «Бег с набивными мячами»**

**Инструктор:** Бег с двумя набивными мячами, вокруг ориентира и обратно. Родители помогают передать мяч следующему игроку.

*Жюри подводят итог эстафеты.*

**3.Конкурс «Гимнастика для ума».**

***Ведущий:*** Итак, начинаем наши командные соревнования. Каждой команде дается поочередно по пять блиц-вопросов, на которые нужно ответить быстро, коротко и правильно.

1. Сколько раз в день нужно есть?
2. Чем покрыто наше тело?
3. Что защищает наше сердце и легкие?
4. Когда надо больше есть: в завтрак, обед, полдник, ужин?
5. Важный орган - насос нашего организма?
6. Когда полезней пить воду: до еды, во время еды, после еды?
7. Из чего состоит позвоночник?
8. Сколько раз в день нужно чистить зубы?
9. Как называются кости, защищающие головной мозг от внешних воздействий?

10.С какой стороны должен падать свет при чтении, рисовании?

*Жюри подводят итог конкурса*

***Ведущий:***

- Молодцы ребята. Гимнастику для ума мы провели, а теперь, проведем гимнастику для тела, чтобы не болеть и поддерживать себя в хорошей спортивной форме.

**4. Эстафета «Командный прыжок»**

**Инструктор:** Первым от отмеченной линии прыгает 1 ребенок, затем от него следующий и так далее. Родители отмечают мелом. Побеждает команда, чей общий прыжок длиннее.

*Жюри подводят итог эстафеты.*

**5. Конкурс «Словоплёт»**

***Ведущий:***

На листочке написаны буквы, из которых состоит слово «Здоровье». Командам нужно на каждую букву написать как можно больше слов, связанных со здоровьем и ЗОЖ.

1. «3» - зарядка, закаливание, зубы, завтрак, зубная щетка, зубная паста.

2. «Д» - движение, дыхание, доброта, деревья.

1. «О» - осанка, обувь, одежда, обед, овощи, отдых, обоняние.

2. «Р» - развитие, радость, режим дня, рыба, рыбий жир, растения.

1. «О» - опрятность, осторожность.

2. «В» - вода, воздух, витамины.

1. «Ь» - ---------------------------

2. «Е» - еда, езда

***Ведущий***

Пока жюри подводит итоги конкурса «Словоплёт» я объявляю музыкально-ритмическую паузу:

**«Танец маленьких утят»**

***Ведущий:***

Попрошу инструктора объявить следующий конкурс

**6. «Ловля мячей»**

**Инструктор:** Объявляю следующее спортивное соревнование. Пройти в обруч - трубу, подбежать к обручу взять мяч, сделать бросок в корзину. Родители держат обруч- трубу и корзину (ловят мяч)

**7.Конкурс капитанов «Кто дальше», «Заморочки из бочки».**

***Ведущий:***

Проверим наших капитанов на смекалку. Кто дальше бросит листок бумаги, тот и победит.

***Ведущий:***

Продолжаем конкурс капитанов, следующее задание называется «Заморочки из бочки».

***-Как бы вы поступили, если бы вы почувствовали, что вам стало плохо?***

***-Вы играете в песочнице, около вас курит человек. Как вы поступите?***

*Дети дают аргументированные ответы.*

*Жюри подводят итог конкурса капитанов*

**8. Интеллектуальный конкурс «Отгадай-ка»**

***Ведущий***

•Мы физически активны,  
С ним мы станем быстры, сильны...  
Закаляет нам натуру,  
Укрепит мускулатуру.  
Не нужны конфеты, торт,  
Нужен нам один лишь... (спорт)

•Руки врозь, а ноги вместе.  
Бег, потом прыжки на месте.  
Рассчитались по порядку,  
Дружно делаем…(зарядку)

•Ноги, руки — все в движении,  
Я ползу под потолок,  
Мышцы — просто напряжение —  
Сам себя поднять я смог.  
Подо мной постелен мат,  
Вверх я влез. Помог...(канат)

•Две дощечки на ногах,  
И две палочки в руках.  
Если мы дощечки смажем -  
Снежный экстра-класс покажем!  
Зимние рекорды ближе  
Тем, кто очень любит...(лыжи)

Любого ударишь –  
Он злится и плачет.  
А этого стукнешь –  
От радости скачет...(мяч)

Всё лето стояли,  
Зимы ожидали.  
Дождались поры,  
Помчались с горы…(санки)

***Ведущий:***

Молодцы! Следующее задание: разгадать кроссворды и найти ключевое слово.

1. Они зеркало души (глаза).

2. Какой орган в нашем организме выполняет роль насоса? (сердце)

3. Кому враги вода и мыло? (микробам)

4. Чем надо заниматься, чтобы быть сильным и здоровым? (Спортом)

5. Хочешь быть стройным как березка, надо следить за чем? ( за осанкой)

6. Параметр измерения человека в килограммах (вес)

7. Два коня у меня, два коня. По воде они возят меня, а вода тверда словно каменная(коньки)

8. В школе учитель физкультуры, а в спортивной секции? (тренер)

9. Что ни купишь ни за какие деньги? (здоровье)

**Ведущий:**

Пока команды разгадывают кроссворд, предлагаю болельщикам поиграть.

**«Самый меткий»**

**Инструктор:**

Дети подходят к корзине с мешочками с песком, берут по одному мешочку и кладут на носок ноги. Ребята должны забросить мешочек в обруч с ноги. Расстояние до обруча полтора-два метра.

*Жюри подводят итог конкурса «Загадки, кроссворд»*

**9. Заключительная эстафета**

**Инструктор:** Объявляю заключительную эстафету. Пройти в обруч, перепрыгнуть через гимнастическую палку, установленную на конусах, подлезть в обруч, перепрыгнуть, затем забраться на гимнастическую лестницу взять ленточку, вернуться в команду, передать эстафету следующему.

Подведение итогов эстафеты.

***Ведущий:***

Пока жюри подводит итог соревнования, я предлагаю ребятам из каждой команды прочитать стихотворения.

***1реб***.

Кто зубы не чистит, не моется мылом,

Тот вырасти может болезненным, хилым.

Дружат с грязнулями только грязнули,

Которые сами в грязи утонули.

Из них вырастают противные бяки,

За ними гоняются злые собаки.

Грязнули боятся воды и простуд,

А иногда вообще не растут.

***2 реб.*** Любим мы играть в футбол,

Забивать в ворота гол,

Любим прыгать высоко,

Плавать быстро и легко.

А зимой, надев коньки,

Мы летим в перегонки.

Знаем мы один секрет

И такое слово:

Спорт мы любим с детских лет,

И будем все здоровы!

**Подведение итогов, награждение команд.**

***Ведущий:***

Ну вот и выявили победителей,

Скажем спасибо жюри и зрителям.

Спортсменам – новых побед!

А всем остальным - физкультпривет!

*Под весёлую музыку дети уходят из зала.*