**Спортивное развлечение «Здоровая семья – здоровые дети!»**

**Цель:** пропаганда активного отдыха и здорового образа жизни детей и родителей.

**Задачи:**

•Укрепление физического и психического здоровья детей.

•Совершенствование двигательных навыков детей.

•Развитие у детей физических качеств: ловкости, быстроты, скоростно-силовых качеств, ориентировки в пространстве.

•Воспитание нравственно-волевых черт характера, целеустремлённости, смелости, взаимовыручки.

• Объединение детей и родителей в игровой ситуации для получения радости от взаимного общения, воспитание чувства коллективизма, дружелюбия, доброжелательности.

•Стимулирование желания детей и родителей заниматься физической культурой.

В спортивном празднике принимают участие дети старших групп «Ромашка», «Фиалка».

**Оборудование:** 2 тоннеля, 2 мяча, 2 мешка, спортивные атрибуты, 2-3 скакалки, 2-3 обруча, ориентиры, султанчики.

**Ход праздник**

В физкультурный зал под спортивный марш входят дети. **Инструктор физ-ры:**  Спорт – это жизнь. Это легкость движенья. Спорт вызывает у всех уваженье. Спорт продвигает всех вверх и вперед. Бодрость, здоровье он всем придает. Все, кто активен и кто не ленится, Могут со спортом легко подружиться.

**Инструктор физ-ры:**  Все собрались? Все здоровы?Бегать и прыгать готовы?Ну, тогда подтянись,Не зевай и не ленись,На разминку становись!(Дети подготовительной группы выполняют музыкально-ритмические движения).

А сейчас встречайте наших гостей. Входят несколько родителей в спортивной форме, проходят под аплодисменты присутствующих по кругу и становятся шеренгой у центральной стены.

**Родители:**

**1-й.** Всем ребятам наш… (все вместе) привет! И такое слово: Спорт любите с малых лет Будете здоровы!

**2-й.** Всем известно, всем понятно, Что здоровым быть приятно. Только надо знать, Как здоровым стать!

**3-й.** В мире нет рецепта лучше Будь со спортом неразлучен, Проживёшь сто лет Вот и весь секрет!

**4-й.** Приучай себя к порядку Делай каждый день зарядку Смейся веселей, будешь здоровей.

**5-й.** Спорт ребята, очень нужен! Мы со спортом крепко дружим! Спорт-помощник, спорт-здоровье, Спорт-игра, физкульт…. (все) ура!

**Инструктор физ-ры:**  Дорогие гости! Дети приготовили для вас спортивный танец. ***«Спортивный танец с султанчиками».***

**Инструктор физ-ры:**  А сейчас я предлагаю устроить спортивные соревнования.

***1 эстафета «Тоннель»*** По сигналу проползти по тоннелю. Оббежать ориентир и вернуться в свою команду.

***2 эстафета «Кенгуру»*** Прыжки с зажатым мячом между колен до ориентира и обратно.

***Дети читают стихи***

**1-й реб**. Хорошо спортсменом быть, Дальше всех бежать и плыть. Хорошо играть в футбол, Волейбол и баскетбол! Надо всем нам закаляться, Физкультурой заниматься!

**2-й реб**. Чтобы сильным быть и умным и девчонкам нравиться, Каждый мальчик в нашей группе Спортом занимается!

**Инструктор физ-ры:**  Мы приглашаем детей старших групп «Ромашка», «Фиалка» поиграть в игру.

***Игра «Я спортсмен»*** Под музыку дети бодро шагают вокруг спортивных атрибутов, по сигналу берут любой снаряд. Кому не хватило выходит из игры.

**3 эстафета** ***«Прыжки в мешках».***  По сигналу игрок влезает в мешок, прыгает до ориентира, передает эстафету.

***4 эстафета «Рак пятится назад»***

Перед каж­дой командой в 10—15 м ставят по флажку. По сигна­лу первые игроки поворачиваются кругом и идут к флажкам спиной вперед, обходят их справа и точно так же — спиной вперед — возвращаются на место.

А теперь папы и мамы смогут нам показать свои умения и ловкость. ***«Кто лучше всех скачет на скакалке».*** Родители показывают свои умения. Похлопаем лучшему прыгуну!

А теперь папы и мамы покажут нам свою ловкость. ***«Чей обруч будет дольше вращаться».*** Похвалим победителя громкими аплодисментами.

***5 эстафета « На новое место».*** Две **команды** выстраиваются в колонны по одному. На расстоянии 5-6 м от них проводится черта. По сигналу первые и вторые номера каждой команды, взявшись за руки, бегут за черту. Первые номера остаются на новом месте, а вторые возвращают­ся, берутся за руки с третьими игроками и опять бегут до черты. Затем остаются вторые номера, а третьи воз­вращаются, чтобы объединиться с четвертыми, и т.д. Побеждает команда, все игроки которой первыми ока­жутся на другой стороне. Сегодня все участники соревнований показали свою ловкость, смелость, быстроту, взаимовыручку. Все вы доказали, что любите спорт, веселые игры и состязания. Мы желаем всем здоровья, согласия в семье и радости. **Инструктор физ-ры:** А сейчас «Зверобика» для детей старших групп. (Дети под музыку повторяют движения за взрослым).

**Инструктор физ-ры:**  И вот подвели мы итоги Какие не были б они, Пускай спортивные дороги Здоровьем полнят ваши дни.

Закончился наш праздник. Все дети показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Ещё раз поздравляем всех с праздником! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость!

***Сюрприз для детей***. Входит повар, держа поднос с угощением.

Поиграли? Поплясали? Нагуляли аппетит? Вот теперь и подкрепиться вам совсем не повредит; Самовар шипит, поёт, всех за стол давно зовёт Мы вам вкусное печенье испекли с любовью Принимайте угощенье ешьте на здоровье!

**Инструктор физ-ры:**  Вот настал момент прощанья, Будет краткой наша речь. Говорим мы: "До свиданья! До счастливых новых встреч! "