Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

 «Детский сад № 26 «Золотая рыбка»

города Буденновска Буденновского района»

**Спортивный праздник с участием родителей "Здоровая семья- здоровый ребенок"**

старшая группа

Инструктор по ФИЗО

Мухина М.К.

 2016г.

Целью данного спортивного праздника является, укрепления здоровья детей, улучшения физического развития, формирования здорового образа жизни у дошкольников. Поиск реальных и эффективных путей вовлечения взрослых и детей в занятия физкультурой и спортом.

**Место проведения** – физкультурный зал.

Длительность праздника – 50 минут.

Количество участников – 25 детей, 15 взрослых.

**Оборудование.**

Гимнастическая скамья 2 шт.

Туннель 2 шт.

Волейбольные мячи 3 шт.

Обручи большие 8 шт.

Обручи малые 3 шт.

Флажки 4 шт.

Мячи большого диаметра 2 шт.

Галоши 3 пары.

Мячи-прыгуны 3 шт.

Мячи малого размера 45 шт.

Кружки Ø=30 см 18 шт.

**Ход праздника**

*Звучит веселый марш.*

Дети и родители входят в зал в спортивной форме. Проходят в колонне по одному с двух сторон одновременно.

**Инструктор: Спорт** – залог хорошего настроения и отличного здоровья.

Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а веселой физкультурой – на два часа и даже с минутами.

Не верите? Проверяйте сами! Итак, в добрый путь!

Сегодня на нашем празднике мы рады приветствовать дружные команды “ **Смешинки”, “ Мастер спорта” и “Веселые лучики”.**

**Приветствие команд.**

**Инструктор:** На флагах не пишется слов, но взрослые и дети знают, что пять разноцветных колец – это символ праздника мира и дружбы. Они символизируют честную спортивную борьбу, призывают спортсменов бороться друг с другом только на стадионах и никогда не встречаться на полях сражений.

**Инструктор:**Равняйсь! Смирно! Равнение на середину! Внести спортивный флаг!

**Вносится спортивный флаг**.

**Инструктор:** Оценивать наши успехи будет жюри справедливое неподкупное.

И все же главными героями нашего дня остаются команды. Давайте пожелаем им победы! Начинаем наши соревнования.

**Конкурс “Музыкальный”.**

В этом конкурсе дети и родители показывают домашнее задание.

Дети читают стихи и показывают музыкально-спортивную композицию “ Не зевай” музыка Л.Олиас.

**1-й ребенок**.

Если в садик путь лежит,

Рядом с нами смех бежит.

Если мы идем в поход,

Смех от нас не отстает.

**2-й ребенок.**

С нами смех!

Нам живется лучше всех!

Потому что с нами – смех!

С ним нигде не расстаемся,

Где б мы ни были – смеемся.

Утром выглянем в окно –

Дождик льет, а нам смешно.

**3-й ребенок.**

С нами смех!

С нами он в любой игре:

На реке, в лесу и в поле,

На катке и на футболе –

Всюду с нами наш дружок –

Смех-смешинка! Смех-смешок!

**Родители исполняют спортивные частушки.**

Мы веселые девчат

И нигде не пропадем .

Мы со спортом очень дружим,

Про него сейчас споем.

И вот так! Вот так!

Ты не зазнавайся.

Если хочешь быть здоров –

Спортом занимайся!

**Припев:**

Хоть оценки и не очень,

Саша в спорте знаменит,

Потому что, между прочим,

Он ушами шевелит.

**Припев.**

На уроке Витя с Борей

Толковали о футболе,

Забивали вместе гол,

Получили вместе кол.

**Припев.**

Мы в поход вчера ходили,

Там из лужи напились,

В животе у нашей Лили

Три лягушки завелись.

**Припев.**

Говорит друзьям Сережа:

“Смел я, ловок и силен”. –

Вдруг навстречу вышел ежик,

И смельчак залез на клен.

**Припев.**

Хороши наши частушки,

И напев у них простой,

На сегодня петь кончаем,

Ставим точку с запятой.

**Инструктор:** Молодцы хорошо подготовили музыкальный конкурс. Жюри достойно оценит этот конкурс. Объявляется игра на внимание.

**Игра “Веселые флажки”.**

Ведущий показывает флажки разных цветов. А дети выполняют команды.

Красный – кричат Ура!

Желтый – хлопают в ладоши.

Зеленый – топают ногами.

Синий – молчат.

Жюри следит за правильностью выполнения игры.

**Инструктор:** А сейчас перейдем к нашим веселым эстафетам.

**Эстафета “Прыжки по кочкам”.**

Перед каждой командой от линии старта до линии финиша, лежат круги диаметром 40см (по прямой линии). По сигналу ведущего первые номера, перепрыгивая из кружка в кружок, добегают до конечной черты, после чего по кратчайшему пути возвращается обратно и передает эстафетную палочку следующему игроку. Вручив эстафетную палочку очередному номеру, игрок становится в конец колонны. Выигрывает команда, раньше закончившая игру.

**Инструктор:** Ура! Молодцы! Следующая эстафета.

**Эстафета “ Рак пятится назад”.**

Команды строятся, в колонну по одному. Перед каждой командой в 10–15 м ставят по флажку. По сигналу первые игроки поворачиваются кругом и идут к флажкам спиной вперед, обходя их справа, и точно так же – спиной вперед – возвращается на место. Как только они перейдут линию старта, отправляются в путь вторые, затем третьи игроки и т.д. Выигрывает команда, закончившая соревнование первой.

Во время движения оглядываться не разрешается.

**Инструктор:** Молодцы! Хорошо справились с этим заданием. Жюри подводят итоги.
Следующая эстафета.

**Эстафета “Капризная ноша”.**

Два игрока из одной команды берутся за руки, им на плечи кладут мяч большого размера так, чтобы каждый мог придерживать его головой. В таком виде они должны пройти до флажка и вернуться обратно.

**Инструктор:** Молодцы хорошо справились с этим нелегкой эстафетой. Объявляется следующая эстафета.

**Эстафета “Озорные пингвины”.**

Две команды выстраиваются в колонны по одному. Перед ними в 10 шагах ставят по флажку. Первые номера в командах получают по волейбольному мячу. Зажав его между коленями и передвигаясь прыжками, они устремляются к флажку, огибают его справа и возвращаются. Мячи передают вторым игрокам, потом третьим и т.д. Побеждает команда, завершившая игру первой.

**Инструктор:** Ура! Хорошие пингвины. Жюри подводят итоги. А мы переходим к следующей эстафете.

**Эстафета “Кузнечики”.**

Команды выстраиваются в колонну по одному. Первые номера получают мячи-прыгуны. Встав на линию старта и по сигналу начать прыгать на мячах от линии старта до линии финиша и вернуться обратно, передав мячи-прыгуны вторым игрокам, потом третьим и т.д.

**Инструктор:** Молодцы, отлично справились с заданием. Объявляется следующий конкурс.

**Эстафета “ Веселая обезьянка”.**

Две команды выстраиваются в колонну по одному. Перед ними в 15 шагах ставят флажок. Первые номера надевают на руки галоши и начинают ходьбу “ муравей ” до флажка и обратно. Передают галоши следующим игрокам.

**Инструктор:** Ура! Отлично справились! А пока жюри подводит итоги этих двух конкурсов, дети покажут музыкально-спортивную композицию с мячом.

**Инструктор:** Объявляется заключительная эстафета, но в этой эстафете участвуют только дети, они покажут нам свои умения.

**Заключительная эстафета.**

Команды строятся в колонну по одному. Перед каждой командой ставят гимнастическую скамью, туннель, обручи и флажок. По сигналу первый участник подходит к гимнастической скамейки с боку перепрыгивает через нее. Пролезают в туннель. Прыгают из обруча в обруч, затем обегает флажок, бежит ко второму участнику и передает эстафетную палочку.

**Инструктор:** Молодцы отлично справились с эстафетой.

Жюри подводят итоги всего соревнования. А мы поиграем с вами в игру.

**Игра “Волейбол наоборот”.**

Дети и родители мячи прокатывают под сеткой. Пока играет музыка нужно как можно быстрее прокатить мячей под сеткой. После того как музыка закончилась, мячи перекатывать прекратить. Побеждает команда, на чьей стороне оказалось мячей меньше.

*Жюри объявляют победителей* спортивного соревнования , вручают кубки ,медали и призы победителям.

**Инструктор:** На этом наши веселые соревнования подошли к концу, желаем вам новых спортивных побед.

*Под веселую музыку команду выходят из зала с хорошим настроением.*