**ВНЕКЛАССНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ «»МАМА, ПАПА, Я – СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ!»**

**ЦЕЛИ:**

* укрепления здоровья детей, улучшения физического развития, формирования здорового образа жизни у школьников;
* популяризации занятий физкультурой и спортом;
* совершенствования двигательных навыков и умений у детей дошкольного возраста;
* поиска реальных и эффективных путей вовлечения взрослых и детей в занятия физкультурой и спортом;
* привлечь детей к активному участию в спортивных соревнованиях.
* совершенствовать двигательные умения и навыки, достижение физической красоты, силы, ловкости, выносливости.
* способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи, дружбы, сопереживания.

**Ход развлечения:**

**Звучит музыка "Если хочешь первым быть!" в зал входят две** команды **родителей и детей**; по периметру зала стоят скамейки для **участников**.

**Ведущий 1:** Добрый день! Мы рады приветствовать вас на нашей **спортивно-игровой программе**"**Весёлые старты**!". Уважаемые **родители и ребята**, вы любите **спорт**?

Дети:Да!

**Вед.2:** Если хочешь быть умелым,

Ловким, быстрым, сильным, смелым

Никогда не унывай, в **спорте честно побеждай**,

Вот здоровья в чём секрет, будь здоров, физкульт-

Дети: Привет!

**Вед. 1.** Сегодня эти дружные и **весёлые** ребята вместе со своими **родителями примут участие в спортивных соревнованиях**.

Команды будут зарабатывать очки

А раз их ждут соревнования

То их должно судить жюри.

**Итак жюри в составе:**

**Вед.2:** Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит

Кто окажется дружнее,

Тот сегодня победит.

**Итак, наши "Весёлые старты" считать открытыми. Всем командам успехов. Присаживайтесь на скамейки.**

**1 эстафета**

**Переходим к первому конкурсу "Давайте познакомимся".**

Командам за 30 сек. нужно вместе с ребятами придумать название команды и выбрать капитана. После моей команды "Стоп", я подхожу к команде и говорю:" Команда" и вы дружно произносите название команды. Побеждает та команда, которая дружнее назовёт своё название.

Итак, познакомились. А теперь прыгать и играть готовы? Тогда не ленись на разминку становись. (дети и взрослые врассыпную становятся по залу - дети впереди, взрослые - позади **детей**).

**Музыкально-ритмическая разминка "Делайте зарядку".**

Перестроение всех участников по командам.

**«Вкусняшка»**

- Каждая мама или папа садятся на стул, им завязывают глаза шарфами и дают в руки йогурт и ч.ложку. Задача- накормить своего ребёнка.

**Встречная эстафета.**

Две колонны (колонна детей и колонна родителей) стоят лицом друг к другу на расстоянии 4 м. У первого игрока из колонны детей в руках баскетбольный мяч. По сигналу ведущего он передаёт мяч первому игроку из колонны напротив и перебегает в противоположную колонну. Итак, до тех пор, пока все участники колонны не вернутся обратно на своё место.

***На трех ногах.***

Игроки каждой команды становятся парами, обнимая друг друга за пояс одной рукой, при этом левая нога одного и правая нога другого связаны скакалкой или тесьмой. По сигналу ведущего первая пара бежит до ориентира и обратно, передает эстафету следующей паре.

**“ Рак пятится назад”.**

Команды строятся, а 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.

**“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.

Ведущий.Молодцы хорошо справились с этим нелегкой эстафетой. Объявляется следующая эстафета.

**« Семейный коллаж»**

- Каждый участник подбегает к своему столу, берёт свою фигуру (дети - сердечко, родители - смайлик или фигуру для туловища) и наклеивают на ватман. При чём дети делают из сердечек рамку, а родители – портрет семьи. Побеждает та команда, которая приходит первой.

**Эстафета «Сороконожка»**

Для того чтобы превратиться в сороконожку, нужно всей команде присесть на корточки, взять за плечи впереди сидящего и, не отцепляясь друг от друга и, не вставая, пройти дистанцию всем вместе. Чья сороконожка быстрее?

**Подведение итогов состязания.**Итак, дорогие друзья, пришло время предоставить решающее слово жюри и узнать, какая же команда сегодня претендует на звание самой лучшей, самой быстрой, самой внимательной и спортивной.
Всем спасибо за внимание,
За задор и звонкий смех
За азарт соревнования,
Обеспечивший успех.
Вот настал момент прощанья
Будет краткой наша речь
Говорим мы: «До свиданья!
До счастливых новых встреч!»