**Развлечение для детей и родителей**

**«Веселые соревнования»**

**Цели:** пропаганда здорового образа жизни.

**Задачи:**

- привлечь родителей к сотрудничеству по сохранению и укреплению здоровья детей;

- повысить интерес взрослых к физкультуре и спорту.

**Ход соревнований**

**Ведущий:**Здравствуйте! Традиционно в нашем саду проходит конкурс «Семья года». И сегодня мы проводим один из этапов этого конкурса «Веселые соревнования». У нас сегодня необычные соревнования, а семейные. Следить и оценивать ваши успехи будет наше многоуважаемое жюри в составе:

1…………………

2…………………

3…………………

А теперь попросим наши команды представиться.

(название и девиз команды)

**Ведущий:**  
Внимание, внимание!  
Начинаем соревнования!  
Папы, мамы и детишки,  
Подтянули все штанишки.  
Громко крикнули в ответ  
Вы уже готовы …  
Ага, попались  
Громко крикнули тогда  
Вы уже готовы ….  
***Разминка. (Маша и медведь)***

**Ведущий.** И первым заданием для наших команд будет творческое задание – я предлагаю каждой команде нарисовать портрет своей семьи вот в этих замечательных рамках. Приступайте к работе.

***Конкурс портретов семей.***

**Ведущий.** Молодцы! Красиво получилось! Пусть пока ваши портреты повисят на видном месте. Ну, а сейчас начнем мы наши соревнования, как и олимпиаду, с зажжения олимпийского огня. Эстафета так и будет называться «Олимпийский огонь».

***Эстафета «Олимпийский огонь»***

*Мяч лежит в конусе, первый бежит папа с ребенком за руку, обегает ориентир, возвращается обратно. Передает эстафету маме. Нужно переложить мяч из конуса в конус без помощи рук. Мама повторяет маршрут.*

*Оборудование: мячи; конусы, ориентиры, определяющие начало и конец площадки.*

*Стук в дверь. Заходит клоун Клепа.*

**Клепа:** О, всем привет! Что это вы тут все собрались, по какому поводу? Наверное, у вас Новый Год? 8 марта? День смеха?

**Зал:** Нет!

**Клепа:** А понятно, спортом значит занимаетесь! Я тоже великий спортсмен. Хотите, я вам покажу самые лучшие упражнения? (Ложится на пол, потягивается, перекатывается на бок, руки под голову, делая вид, что засыпает).

**Ведущий:** Стоп! Стоп! Что это за упражнение такое?!

**Клепа:** А что вам не нравится? Это меня мой тренер научил.

**Ведущий:** Какой же тренер так мог научить?

**Клепа:** Медведь цирковой. Он очень много таких упражнений знает, в положении лежа.

**Ведущий**(Клепе): Нам такие упражнения не подходят.

**Клёпа:** А скажи мне, что здесь семьи все спортивные, да?

**Ведущий:** Да! И они тебе это сейчас докажут. Раз мы олимпийский огонь уже зажгли, проведем мини олимпиаду. И первыми участвуют папы в гребле на байдарках.

***Гребля на байдарках***

*Весла заменяем гимнастической палкой.*

*Первый участник приседает на корточки с «веслом» в руках. По сигналу он начинает движение вперед. При этом на каждый шаг он должен коснуться палкой земли: шаг левой ногой - правым концом, шаг правой - левым концом.*

*Так гребец проплывает дистанцию до финиша, возвращается назад обычным бегом и передает «весло» следующему участнику.*

Затем дети участвуют в бобслее.

***Бобслей***

*Берем обыкновенный крепкий мешок - это наши сани (боб). Команды делят­ся на тройки. Два игрока берут мешок за углы так, чтобы большая его часть лежала на земле. На мешок садится ездок и крепко держится за мешковину. На линии эста­феты устанавливаются 2-3 кегли (крутые виражи, между которым предстоит прой­ти участникам и вернуться к команде).*

Мамы участвуют в лыжных гонках.

***Бег на лыжах***

*Прочертим мелом на асфальте (или изолентой на линолеуме) для каждой команды по 2 линии. Линии чер­тим зигзагами, чтобы они то удалялись, то сближались. На старт выходят первые участники: в руках у них гимнастические палки (лыжные). По сигналу игроки бе­гут, ставя ноги только на прочерченные линии (лыжню) до финиша и обратно. Эс­тафетной палочкой будут «лыжные» палки.*

**Ведущий**(Клепе): Видишь, какие у нас спортивные семьи. Ну чего ты загрустил.

**Клёпа:** Я так не умею.

**Ведущий:** А хочешь с нами вместе поиграть в игру «Собери шарики»?

**Клепа:** Конечно, хочу. А как в нее играть?

**Ведущий:** Сейчас в нашем зале будет много разноцветных шариков, ваша задача собрать как можно больше шариков, а как их удержать – это ваша фантазия. В этой игре принимает участие и наш гость Клепа.

***Игра «Собери шарики****»* *(жюри подсчитывает шарики)*

**Ведущий:** Молодцы! А сейчас конкурс «Собери ребенка на улицу». В этом конкурсе проявят себя папы, а мамы будут подсказывать папам жестами последовательность одевания вещей.

***Конкурс «Собери ребенка на улицу»***

*Папа с ребенком находятся на одной стороне зала – мамы на другой. Мамы жестами показывают папам, что нужно надеть в первую очередь. Папы следуют инструкциям мам*.

**Ведущий:** Молодцы! А сейчас я предлагаю отдохнуть и послушать песню в исполнении Димы «Веснушки».

**Исполнение песни**

**Ведущий.** А в следующем нашем соревновании участвует вся семья, а называется оно «Довези мяч в лодке».

***«Довези мяч в лодке»***

*Эстафета проводится в тройках. Исходное положение пар: руки «в лодочке» - вытянуты в стороны, ладони рук обоих участников соединены; мяч зажат между животами, ребенок стоит впереди. Руки родителей лежат на плечах ребенка – он капитан.*

*Правила: «довезти» мяч «в лодке» до ориентира, обойти его и бегом вернуться обратно.*

**Ведущий:** Молодцы все справились с этим заданием. (Видит, что Клёпа собрался уходить). Постой Клёпа, ты куда? Наши соревнования еще не закончились!

**Клёпа:** Я тут вспомнил, что собирался в поход, но забыл, что с собой нужно взять.

**Ведущая:** Клёпа, когда туристы идут в поход, то с собой обязательно берут рюкзак. Но подожди уходить наше следующее соревнование так и называется «Рюкзак». А в роли рюкзака будут наши малыши.

***Эстафета «Рюкзак».***

*Ребенок цепляется сзади за спину папы. Папа идет с рюкзаком по «горной, извилистой дороге» - змейкой между конусами. Обратно также и передает «рюкзак маме». Мама по тому же маршруту проходит дистанцию.*

**Клёпа:** Как здорово! Теперь я вспомнил, что хотел взять. Спасибо вам что напомнили!!!

*(Клёпа ходит и выбрасывает мусор из карманов)*

**Ведущий:** Клёпа ты что делаешь? Зачем ты здесь мусоришь?

**Клёпа:** Ну не могу же я с собой в поход брать столько мусора. Мне же будет тяжело! А у вас вон сколько народа – быстро уберете! Заодно и проверим какие семьи дружные.

***Эстафета «Собери мусор».***

*По всему залу разбрасываются (коробочки от киндер сюрпризов, бумажки и др. мусор). Ребенок держит ведро, папа совок, а мама веником заметает мусор.*

**Клёпа.** Вот видишь какая стала чистота. И мне легко и у вас чисто.

Ну все, мне пора идти. А то не успею собраться. До свидания.

**Ведущий:** До свидания, Клёпа! А наши веселые соревнования тоже подошли к концу и пока жюри подводит итоги, я предлагаю вам посмотреть замечательный танец со свечами «Ангелы» девочек из старшей группы.

***Танец девочек из старшей группы.***

Слово жюри.

Жюри подводит заключительные итоги.

(Вручение подарков и грамот).

**Ведущий:** Вот и подошли к концу наши весёлые соревнования.

Все сегодня молодцы! Все сегодня удальцы!

Состязались вы с задором.

Пусть не каждый стал призером.

Вы везде сражались дружно

Победила все же - дружба.

Уважаемые родители и дети, хотелось бы сказать, что здоровье – это самый драгоценный дар, который человек получает от природы. И чтобы укрепить его, нужно смолоду закалять свой организм и придерживаться здорового образа жизни.

Так несите этот дар – здоровье по жизни, преумножайте, берегите и не растеряйте его.

Крепкого вам здоровья и счастья! До свидания!!!