Вход: музыка Шаинского « Вместе весело шагать по просторам.»

ВЕД.- Здравствуйте взрослые и дети!

Сегодня в нашем д/с проводятся «Семейные старты.».

В них участвуют - мамы, папы и ребята- дошколята.

- Спорт ребята- очень нужен

Мы со спортом очень дружим. Спорт – помошник . Спорт- здоровье. Спорт –игра. Физкульт – ура!

Ребенок 1- Мы приходим в д\с чтоб здоровье укреплять.

Будем спортом заниматься. Прыгать , бегать и метать.

Ребенок 2- Мы хотим быть смелыми ловкими умелыми.

С нами д\с . друзья и спортивная семья.

Вед:- Если день начать с зарядки ,значит будет всё в порядке.

- Кто торопиться , спешит? Там по лестнице гремит?

( Входит Петрушка с мячами, обручами, скакалками.)

Петрушка:- Подождите. Подождите, без меня не начинайте!

Вед;- Ты куда спешишь, Петрушка? Да ещё со спортивным инвентарём ?

Петрушка – Здравствуйте, родители, ребята, гости !

Торопился я бежал, чуть с лестницы не упал.

К вам спешил, не опоздал? Вот с собою взял : мячи. круги , скакалку.

По утрам я делаю зарядку. Спортом занимаюсь.

В разные игры играю, чтоб здоровым ,сильным быть!

Вед:- Молодец Петрушка! Мы здесь тоже собрались разминку делать.

Будем играть, в спорт, эстафетах участвовать Тебя приглашаем.

Петрушка: - Спасибо, я очень рад!

Разминка: - Дружно встаньте, улыбнитесь! Выше, выше подтянитесь.

Ну-ка, плечи распрямите, поднимите., опустите.

Влево, вправо повернулись, рук коленями коснулись.

Сели , встали, сели, встали и на месте побежали.

Вед: - Вот жюри, представлю вам .Будет счёт вести делам.

Кому сколько баллов поставить и кого поздравить.

- Чтобы знать с чего начать, надо загадку отгадать.

- На пол бросишь ты его, он подпрыгнет высоко. (Мяч.)

1 эстафета. Родители и дети ( Две команды)

«Передай мяч через голову »

2эстафета. «Пингвин с мячом. »( Участвуют родители две команды.)

3эстафета. «Зонт и лапти.» ( Родители и дети . Две команды.)

-Дождик, дождик лей, нам с тобой веселей.

Не боимся сырости, только лучше вырастим.

Минута отдыха. Загадки.

- Ясным утром вдоль дороги на траве блестит роса

По дороге едут ноги и бегут два колеса.

У загадки есть ответ это мой …..( велосипед.)

- Мчусь как пуля я вперёд , лишь поскрипывает лёд

Да мелькают огоньки , кто несёт меня …..( коньки.)

- Ног от радости не чуя, с горки снежной вниз лечу я.

Стал мне спорт родней и ближе, кто помог мне в этом ….( лыжи.)

- Взял дубовых два бруска, два железных полозка.

На бруски набил я планки , дайте снег готовы ……(санки.)

- На квадратиках доски короли свели полки.

Нет для боя у полков ни патронов , ни штыков. (шахматы.)

-Во дворе с утра игра, разыгралась детвора.

Крики «шайбу!», «мимо!», «бей!» там идее игра….(хоккей.)

-Он на вид- одна доска, но зато названьем горд

Он зовётся…..(сноуборд.)

4 эстафета «Две из трёх» ( Игра с кеглями на внимание.)

Игра из 5-6 человек (дети) встают в круг, в центре круга

Расположены игрушки, на одну игрушку меньше , чем играющих.

Под музыку дети бегут по кругу. По окончанию музыки дети быстро берут игрушки.

Кто остался без игрушки выходит из игры. Победитель тот , кто взял последнюю игрушку.

5 эстафета.»Футбол» ( Игра с надувными мячами)

Две команды прокатывают головой мяч в воротики. Победитель тот , кто первый закончит игру.

6 эстафета «Теннис» (теннисные ракетки и маленькие мячи)

Две команды переносят мячи на ракетках, не уронив мячи .Победитель тот , кто первый перенесёт все мячи.

7 эстафета.»Посадим огород» ( Овощи в кругу, корзины)

Две команды : один «сажает» огород, второй собирает « урожай»

Победитель тот, кто первый закончит «садить огород»

8Эстафета «Баскетбол»( Корзины и маленькие мячи)

Две команды; мама или папа держат корзины , дети по очереди бросают мячи.

Побеждает та команда у которой больше мячей в корзине.

Вед: -Как ты думаешь, Петрушка, зарядка, занятие спортом помогают сохранить здоровье?

Петрушка:- Да, конечно!

Вед:- А, чтобы было весёлое настроение, что для этого надо?

Петрушка:- Музыку!

Конкурс- «Весёлое настроение»

Принимают участие две команды, дети вместе с родителями играют на музыкальных инструментах

Придуманную мелодию .Победитель тот у кого получилась хорошее исполнение.

Слово предоставляется жюри. Проходит награждение команд по номинациям- семье Ивановых за смелость .Семье Петровых за находчивость и т. д.Жюри вручает всем участникам дипломы.

Петрушка вносит пакеты с призами- витаминами.

Вед: -Праздник весёлый наш завершается, и совет вам дам такой!

Занимайтесь физкультурой по утрам и вечерам.

За праздник наш весёлый я вас всех благодарю и хорошее настроение на здоровье вам дарю!