

# Спортивное развлечение «День здоровья» в старшей группе с участием родителей (на улице)

**Цель:** формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.

**Задачи:** - Развивать интерес к спортивным играм – соревнованиям

- Развивать ловкость, меткость, быстроту.
- Учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу.
- Воспитывать здоровый дух соперничества.
- Воспитывать чувства коллективизма и взаимопомощи.

## Ход развлечения:

**Вед.:** Мальчишки и девчонки! А также их родители!

На праздник наш спортивный скорее все спешите!

Здесь будут состязания детишек и их пап и мам,

Кто будет победителем, потом расскажем вам!

**Вед.:** На нашем празднике соревнуются две команды «Звездочки» и «Непоседы»

В состав команд кроме детей входят родители. Команды готовы к соревнованиям?

Поприветствуйте друг друга.

Капитан команды «Звездочки»: Мы команда «Звездочки»

Наш девиз: Пока мы только звездочки, но вам не долго ждать,

Мы скоро станем звездами и будем удивлять *(все вместе)*

Капитан команды «Непоседы»: Мы команда «Непоседы»

Наш девиз: Мы команда хоть куда, нас удача ждет всегда *(все вместе)*

Ведущий представляет слово судье, который знакомит с условиями соревнования.

Условия: - За каждый выигрыш команде будет присуждено 1 очко.

Правила соревнований:- Играем честно и сообща.

- Если выиграл – радуйся, если проиграл – не расстраивайся.

- Поощряется: культурное поведение, выдержка, взаимовыручка в команде, потому что главный девиз праздника «Один за всех и все за одного».

**Вед.:** Чтоб победы вам добиться, нужно много потрудиться.

В играх правила все знать, их отлично выполнять.

**Спорт – помощник, спорт – здоровье, спорт – игра!**

**Физкульт – ура!**

**Вед.:** Все собрались? Бегать и играть готовы?

Ну, тогда подтянись, не зевай и не ленись,

На разминку становись!

Разминка «Солнышко лучистое»

1 эстафета: «Передай – не урони»

*(Дети и родители встают в шеренгу и передают друг другу мяч, а последний передает обратно).*

2 эстафета «Скакуны»

*(Первый участник скачет на деревянной лошадке до финиша и обратно.*

*Затем передает лошадку другому и так вся команда).*

3 эстафета «Веселые пингвины».

*(Нужно зажать мешочек между ног, допрыгать до ориентира, обратно бег и передать мяч следующему).*

**Вед.:** Спросим мы сейчас у всех: Кто здесь любит пляску, смех?

- Кто привык у вас к порядку, утром делает зарядку?

- И еще один вопрос, кто себе не моет нос?

- Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру?

- Кто из вас скажите вслух, на занятиях, а взрослые на работе ловит мух?

- Кто не любит помидоры, фрукты, овощи, лимоны?

- Ну, а кто начнет обед со сладкой ваты и конфет?

- Кто поел и чистит зубки ежедневно?

4 эстафета «Прыжки на двух ногах из обруча в обруч»

*(Выполняют взрослый и ребенок. Один взрослый берет за руку ребенка и прыгает с ним из обруча в обруч и возвращается на место. Потом другой взрослый берет следующего ребенка и прыгает с ним и т. д).*

5 эстафета «Пройди под канатом» (канат держат папы)

*(Оставшиеся игроки проходят не задевая канат кто стоя, кто приседая и т. д.)*

6 эстафета «Самый сильный папа»

*(Взрослый показывает, сколько детей он может подержать (в руках, на спине, на коленях).*

**Вед.:** Наши взрослые устали, пусть немного отдохнут, а мы выйдем на веселую игру.

Музыкальная игра «Ручки, ручки»

7 эстафета «Кто быстрее свернет ленту»

*(Эстафета проводится между капитанами. Игроки берут за разные концы большую ленту и по сигналу начинают ее сворачивать. Кто быстрее свернет ленту до середины, тот и выиграл).*

8 эстафета «Какая команда больше всех прокрутит обруч»

*(Все члены команды крутят обруч).*

9 эстафета «Пролезь в обруч»

*(Игроки добегают до обруча, пролезают в него, потом тоже со следующим обручем, добегают до ориентира и возвращаются обратно).*

**Вед.:** Для здоровья важен спорт,

Чтоб болезням дать отпор.

Нужно спортом заниматься

И здоровым оставаться.

10 эстафета «Назови виды спорта»

*(Команды строятся в шеренги друг против друга. Капитаны разыгрывают, кто первый начнет называть. Кто называет правильно вид спорта, тот переходит на другую сторону. Чья команда быстрее перейдет на другую линию, та и выиграла).*

**Вед.:** Уважаемые взрослые и дети! Наши игры – соревнования подошли к концу. А теперь послушаем мнение судьи.

**Судья:** вы все молодцы! Посмотрите, как светятся ваши глазки и блестят глаза ваших родителей. Все просто супер спортсмены! Главное ребята не победа, а участие. Сейчас вы получите небольшие призы за участие в эстафетах. *(награждение медальками)*

**Вед.:** Кто любит спорт, тот здоров и бодр, как вы.