**Спортивный праздник «Веселые старты» с родителями и детьми в ДОУ**

**Цель:** Приобщение детей и родителей к здоровому образу жизни через совместные спортивные мероприятия.

**Задачи:**

1. Осуществлять взаимосвязь по физическому воспитанию детей между детским садом и семьей.

2. Доставить детям и родителям удовольствие от совместных занятий физкультурой, способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи.

3. Пропагандировать здоровый образ жизни, способствовать приобщению семьи к физкультуре и спорту.

**Оборудование:**  Кегли, большие мячи, маленькие мячи, совки, палочки с привязанным грузам, флажки, мешки, скакалки, музыкальное сопровождение, медали.



**Ведущая:**

Приветствует садик веселых гостей,

От теплых улыбок в нашем зале светлей.

Оставили папы сегодня работу.

И мамы забыли большие заботы,

Обули кроссовки, и взяв малышей,

Пришли на спорт праздник сегодня скорей.

И с гордостью каждый сможет сказать,

Что ближе семьи никого не сыскать!

Любителям спорта наше - ура!



**Дети рассказывают стихи**

**Ведущая:**

Все собрались? Все здоровы?  
Бегать и играть готовы?  
Ну, тогда подтянись,  
Не зевай и не ленись,

На разминку становись!





**Разминка.**

*(Разминка выполняется под музыку по показу инструктора).*



*(Входит Доктор в белом халате, под рукой большой градусник).*



**Доктор:**

Да, я осмотром доволен,

Потому что никто из детей не болен. Все веселые и здоровые.

К соревнованиям все готовы.



**1 эстафета - разминочная «Передай флажок»**  
Каждый участник бежит с флажком до фишки, пробегает вокруг и возвращается обратно и передает флажок следующему участнику.



**2 эстафета «Кто быстрее доберется в детский сад?»**

Родители скрещивают руки в виде кресла и несут на них ребёнка до ориентира, возвращаются за следующим.





**3 эстафета «Прыжки на мячах»**

Сев на мяч, участник прыгает до ориентира, возвращаются обратно, передает мячи следующему.



**4 эстафета для пап**

(кто больше отожмется от пола)



**5 эстафета для мам**

(кто дольше попрыгает через скакалку)



**6 эстафета «Пылесос»** Мячи, разбросанные по полу, нужно собрать совком, не помогая себе ни рукой, ни ногами. Мяч нужно к чему-то прижать, чтобы он вкатился на совок. Пойманные мячи собирают в корзину.







**7 эстафета «Ловкие хоккеисты»**  Необходимо прокатить мяч до препятствия и обратно змейкой между кеглями, не задевая их.







**8 эстафета «Прыжки в мешках»**  Команде выдается мешок для прыжков. Каждый член команды по очереди выполняет задание.





**9 эстафета «Мотальщики»** Каждой команде выдается палка, к которой привязан груз. По сигналу команды начинают наматывать веревку на палку. Побеждает та команда, которая быстрее намотала веревку на палку.



**10 эстафета «Гусеница»**  
Первый участник бежит до кегли, затем возвращается и забирает второго, бегут вдвоем, потом третьего и т.д.



**Ведущая:**

Праздник веселый удался на славу.

Думаю, всем он пришелся по нраву.

Всем известно, всем понятно,  
Что здоровым быть приятно.  
Только надо знать

Как здоровым стать!

В мире нет рецепта лучше -  
Будь со спортом неразлучен,  
Проживешь сто лет -  
Вот и весь секрет!