**Физкультурно-речевой досуг "Всей семьей на старт!" для детей и родителей подготовительной группы**

**Подготовили и провели: инструктор по физической культуре Шокина Е.Н. и воспитатель Зюзева К.В.**

*(Под мелодию "Мария, Мирабела", муз. Е. Доги, дошкольники и родители входят в физкультурный зал, украшенный детскими рисунками, шариками, флажками.)*

**Инструктор**  **по физкультуре:**

Добрый день, дорогие ребята! Добрый день, уважаемые родители! Мы рады видеть вас в этом зале.

                     На спортивную площадку

                     Приглашаем всех сейчас!

                     Праздник спорта и здоровья

                     Начинается у нас!

                     Разрешите открыть наш праздник "Всей семьей на старт!".

*(Звучит "Песня Чебурашки", муз. В. Шаинского, сл. Э. Успенского, в зал ходит ребенок в костюме Чебурашки, в руках у него воздушные шарики, наполненные гелием.)*

**Чебурашка:**  Здравствуйте, ребята! Здравствуйте, мамы и папы! Вы меня, конечно, узнали! Скажите мне, какое большое спортивное событие прошло в России. Правильно, Олимпиада в 2014 году, в городе Сочи. Вы хотите стать такими же ловкими и сильными, как наши олимпийцы? Я приготовил вам задания, они в этом конверте.

*(Чебурашка дает конверт с заданиями воспитателю по физкультуре.)*

**1-й ребенок:**

Здоровье, сила, ловкость –  
Вот спорта пламенный завет!  
Покажем нашу дружбу, смелость.  
Семейным стартам шлем привет!

**2-й ребенок:**

Чтобы в спорте первым быть,  
Спорт надо полюбить.  
Чтоб спортсменом мог каждый стать,  
Надо день зарядкой начинать!

**Чебурашка:**   Давайте начнем наши соревнования с веселой зарядки.

Комплекс общеразвивающих упражнений на стихи А. Барто "Зарядка"

**Инструктор по физической культуре:**

По порядку стройся в ряд.

На зарядку все подряд!

*(Ходьба обычная, с высоким подниманием колена, приставным шагом,   
с выполнением заданий. Перестроение для общеразвивающих упражнений.)*

Левая, правая!

Бегая, плавая,

Мы растем смелыми,

На солнце загорелыми.

*(И. п.: основная стойка руки на поясе. На раз – руки к плечам; на два –   
руки вверх; на три – к плечам; на четыре – принять исходное положение,   
повторить 5–6 раз.)*

Ноги наши быстрые,

Метки наши выстрелы.

*(И. п.: основная стойка руки на поясе. На раз – отставить ногу вперед   
на носок; на два – поднять ее вверх; на три – на носок; на четыре – принять исходное положение. То же другой ногой. Повторить 3–4 раза каждой ногой.)*

Крепки наши мускулы,

И глаза нетусклые.

*(И. п.: ноги на ширине плеч. Руки вверх. На раз – наклон вперед, коснуться   
руками пола – выдох; на два – исходное положение, вдох. Повторить 6–8 раз.)*

По порядку стройся в ряд.

На зарядку все подряд!

*(И. п.: основная стойка, прыжки на месте на двух ногах, чередуя с ходьбой   
на месте. По 10 прыжков, повторить 3–4 раза.)*

**Воспитатель:**

Молодцы, ребята! А сейчас я хочу вам представить наше жюри.

*(Члены жюри (старший воспитатель, медсестра, педагог-психолог)*

*приветствуют участников праздника. Соревнование начинается.)*

**Эстафета "Будь ловким"**

Участникам команд необходимо взять мяч, пройти по скамье, пропрыгать из обруча в обруч, бросить мяч в кольцо, забрать и бегом вернуться к своей команде. Выполняет ребенок, взрослый страхует. Жюри оценивает их броски, правильность выполнения и быстроту.

**Конкурс для мам "Кто дольше"**

Мамы под "Песенку Мамонтенка", муз. В. Шаинского, сл. Д. Непомнящего, крутят обруч на талии. Оценивается продолжительность упражнения.

**Чебурашка:**   Пока жюри подводит итоги, предлагаю поиграть.

**Игра-аттракцион "Кто быстрее в обруч"**

На полу лежат обручи (на один меньше числа детей). Пока звучит песня "Чунга-Чанга", муз. В. Шаинского, сл. Ю. Энтина, все двигаются, как только она останавливается – дети занимают обручи. Игра проводится 2–3 раза.

**Воспитатель:**

Жюри объявляет итоги первых двух конкурсов, а у нас задание для пап.

**Эстафета для пап "Пожарники"**

*(Проводится под мелодию песни "Папа может", муз. В. Шаинского, сл. М. Танича.)*

На некотором удалении от стартовой черты стоят два стула спинками друг к другу, под ними веревка. Выигрывает тот, кто первым добежит до стула, сядет на него и выдернет веревку.

**Эстафета "Дружная семейка"**

Первым бежит взрослый, добегает до ориентира, обегает его и возвращается к команде, где его за талию берет ребенок. Затем они бегут вдвоем и так до тех пор, пока вся команда не соберется в один "паровоз". Выигрывает команда, которая при выполнении задания сохранит целостность и придет к финишу первой.

**Семейный аттракцион "Групповой прыжок"**

Первым от отмеченной линии прыгает ребенок, затем от него прыгает мама, а от того места, до которого допрыгнула мама, совершает прыжок папа. Побеждает команда, чей общий прыжок длиннее.

**Эстафета "Собери словечко"**

Рядом со стартовой чертой приготовлены слоги: по-бе-да, ко-ман-да, за-ряд-ка. Первым бежит папа, берет первый слог, добегает до магнитной доски и прикрепляет его. Затем бежит ребенок, за ним – мама. Выигрывает команда, первой собравшая слово.

*(Жюри объявляет итоги.)*

**Чебурашка:**   Молодцы! Очень хорошие результаты показали вы и ваши родители! Вижу, что вы уже научились читать, и наши соревнования получились не только спортивными, но и очень дружными! Хочу наградить всех участников соревнований!

*(Чебурашка вручает всем участникам шоколадные медали.)*

**Инструктор по физкультуре:**

Вот и подошли к концу наши соревнования! Мы поздравляем победителей! Пусть в вашем доме всегда царят радость, веселье, бодрость и здоровый дух! Приглашаем вас в наш дружный хоровод!

*(Под музыку Е. Жигалкина "Большой хоровод" дети и взрослые водят хоровод.)*