**Конспект спортивного досуга совместно с родителями «Самая спортивная семья»**

**Цель:**  привлечение родителей к совместной физкультурно – оздоровительной деятельности и повышения их компетентности в воспитании здоровой и физически развитой личности, а также роли влияния положительного примера взрослых.

**Ход**

В зал входят дети и родители.

**1-й ведущий:**Внимание! Внимание!  
Народное гуляние!  
Торопись честной народ –  
Вас сегодня праздник ждет.

**2-й ведущий:**   
Мы зовем на праздник всех,  
Пусть звучит повсюду смех.  
- Что вы взрослые стоите?  
У ребят спортивный праздник,  
Веселитесь же и вы.

**1-й ведущий**. Все собрались?

Все здоровы? Бегать и играть готовы?

Ну, тогда подтянись, не зевай и не ленись!

На разминку становись!

Дорогие гости и родители! Мы очень хотим посмотреть вашу разминку.

(Взрослые и дети встают попарно друг против друга и выполняют упражнения по своему усмотрению. Упражнение показывает взрослый, а ребенок должен повторить.)

**2-й ведущий**. Молодцы, разминка получилась отличная. А девиз команд!

1. **Команда «Птички»**
2. **Команда «Звездочки»**
3. **Команда «Лучики»**

**1-й ведущий:**Начинаем веселые старты,  
Соревнуются наши команды.

1. ***Конкурс «Полоса препятствий» для детей***

*Команды выстраиваются в колонну по одному. По сигналу ребёнок преодолевает полосу препятствий- пропрыгать на двух ногах из обруча в обруч , обежать змейкой кегли, пролезть под дугой и  вернуться к команде.*

**2-й ведущий.**  Взрослые – внимание! Примите участие в соревновании.

1. ***Эстафета « Воздушный шарик»***

*От линии старта на ракетке донести воздушный шарик до ориентира и обратно.*

1. ***Конкурс для детей «Попрыгунчик»***

*Дети на большом мяче прыгают до ориентира, затем возвращаются бегом.*

1. ***Конкурс «Кенгуру»***

*Ребёнок несёт мяч, зажатый между ног до ориентира и обратно, передает родителю и так вся команда.*

**1-й ведущий:** Все вы, взрослые и дети любите читать, слушать сказки.  Сейчас мы узнаем, хорошо ли вы знаете сказки.

**5.Игра «Угадай и скажи правильно».**

Ведущий называет предметы, а дети название сказки, в которой о них говорится.

- Стрела (сказка «Царевна – лягушка»), Туфелька (сказка «Золушка»), умывальник (сказка «Мойдодыр»), Сапоги (сказка «Кот в сапогах»), Короб с пирогами (сказка «Машенька и медведь»), Щука (сказка «По щучьему велению»).

**СКАЗКИ**

1.       Назовите сказку, в которой рассказывается о многодетной семье, где семь детей не слушались маму и попали в беду. (волк и 7 козлят)

2.       Назовите сказку, в которой мама-королева помогла своему сыну найти самую настоящую невесту при помощи горошины.(принцесса на горошине)

3.       Как называется сказка, в которой девочка пошла проведать больную бабушку, но по пути разговаривала с незнакомцем и из-за этого попала в беду?(Красная шапочка)

4.       Как называется сказка, в которой благодаря дружной работе всей семьи удалось убрать урожай? (репка)

**2-й ведущий:** Сделать нас сильней намного, упражнения помогут.

А сейчас, задание взрослые для вас!

**6.Эстафета «Яйцо в ложке»**

 Взрослые бегут с яйцом «Киндер – сюрприз», которое лежит в ложке. Побеждает тот, кто не выронит его из маленькой ложки.

***7.Конкурс «Пронеси- не урони»***

*Оба родителя скрепив руки  «креслица» для своего ребёнка доносят его  до ориентира и обратно возвращаются бегом все дружно крикнуть.*

***8.Конкурс «Перевези команду»***

*Родитель берет обруч и поочереди перевозит всю команду с одной стороны на другую на время.*

1. ***Конкурс «Кто сильнее»***

*Перетягивание каната*

**2-й ведущий:**Смех и радостные крики.  
Щечки ярче земляники:  
Соревноваться нужно –  
Пусть побеждает дружба.

**10. Эстафета с детьми «Мяч»**

**1-й ведущий:**Взрослые – внимание! Примите участие в соревновании.

Все участники весёлых стартов делают большой круг. Начинают передавать мяч друг другу говоря стихи:

Ты катись весёлый мячик

Быстро, быстро по рукам.

У кого весёлый мячик

Тот сейчас и спляшет нам.

После окончания фразы выходит в середину тот у кого оказался мяч и исполняет любой танец. (проигрывается 3-4 раза).

**2-й ведущий.** Я буду задавать вопросы, а вы  на них отвечать!

1. Главный человек на спортивной площадке (судья)
2. Жидкость, выжитая и овощей и фруктов (сок)
3. Зимняя спортивная игра (хоккей)
4. Летние коньки (ролики)
5. Вредная привычка (курение)
6. Липкое перевязочное средство (пластырь)
7. Куда нужно забивать гол (ворота)
8. Зимняя спортивная площадка (каток)
9. Простейший способ очистки воздуха в помещении (проветривание)
10. Его не купишь ни за какие деньги (здоровье)
11. Узкая полоска марли (бинт)

**1-й ведущий:** *(обращаясь к болельщикам)* Ваша задача поддерживать спортивный дух игроков. А сейчас я хочу посмотреть, веселые ли у на болельщики. Я начинаю кричалку, а вы заканчиваете:

1. Когда играем мы в футбол,

В воротах мяч – кричим мы… (гол!)

1. Сейчас вы дайте мне ответ:

Вы проиграть хотите?.. (Нет!)

3.К победе мы идем всегда.

Друзья вы с нами? Скажем… (Да!)

4.А настроенье каково?

Все руки вверх и крикнем… (Во!)

**2-й ведущий**. Отдохнули мы на славу!

Победили вы по праву.

Похвал достойны и награды

А мы призы вручить вам рады!

 За участие в спортивных соревнованиях «Самая спортивная семья» памятными медалями и грамотами  награждаются все команды!