***«Весёлые старты ДЕТИ + РОДИТЕЛИ»***

**Цель мероприятия:**

1. Способствовать физическому развитию детей, их силе, быстроте, ловкости («Физическая культура»);
2. Развивать выдержку, выносливость, воображение, кругозор («Физическая культура»);
3. Укреплять физическое и психологическое здоровье детей («Здоровье»);
4. Воспитывать соревновательные качества, чувство взаимовыручки, поддержки; любовь к своей семье, своим родным и близким («Коммуникация»);
5. Развивать свободное общение со взрослыми и детьми («Коммуникация»);
6. Создать на площадке атмосферу веселья. Доброжелательности, потребности коллективного общения, дружеского состязания и удовольствия («Социализация»).

Инвентарь: 2 обруч, 2 мяча , 4 ракетки, 2 воздушных шарика , 2 ложки, 2 яйца, 2 ведёрка,

картошка.

**Ход мероприятия**

Посмотрите-ка, у нас!

Детвора вся собралась!

С ними рядом – папы, мамы, воспитатели и няни!

Папы бросили диваны.

Мамы бросили кастрюли,

Все костюмы натянули.

И готовы сей же час

Показать свой высший класс!

Команды ( в команде одинаковое количество детей и родителей; вместо папы, мамы могут быть любые родственники, но чтобы была пара: ребёнок-взрослый) придумывают название, девиз, приветствие соперникам.

Выбирается независимое жюри.

Уважаемые участники ! наши весёлые старты будут не совсем обычными. Названия конкурсов пришли к нам из сказок. В промежутках между состязаниями мы будем отвечать на вопросы викторины, которые тоже связаны со спортом.

**РАЗМИНКА**

- Итак , какие сказки вы знаете? (команды по очереди перечисляют названия сказок, за каждую сказку - балл).

**Первый этап соревнований.**

1. Эстафета «Царевна – лягушка».

Переходим болото «по кочкам»: родитель передвигает два коврика (кочки), а ребёнок перепрыгивает с коврика на коврик до отметки – обратно бегом.

2. Эстафета «Теремок».

Родитель и ребёнок встают в обруч , вместе двигаются до финиша , возвращаются обратно. Передают обруч следующим участникам своей команды.

3. Эстафета «Кенгуру».

Мяч зажимается между ног: прыжки на двух ногах до финиша и обратно. Выигрывает та команда, игроки которой быстрее закончат дистанцию.

Пока жюри подводит промежуточные результаты. Команды « отдыхают ».

**Викторина 1**.

Ведущий по очереди задаёт вопросы командам и фиксирует правильные ответы. За каждый правильный ответ – 1 очко. Если команда не знает ответ – право ответа переходит другой команде.

1. Сколько лет должно пройти от одной зимней олимпиады до другой?
2. Молот метают на дальность или в высоту?
3. Сколько попыток даётся спортсмену для прыжка в высоту с разбегу на каждом новом уровне планки?
4. Включены ли соревнования по шахматам в Олимпийские игры?
5. Возможен ли в баскетболе исход игры «ничья»?
6. Какой вид спорта совместил в себе лыжную гонку и стрельбу из винтовки?
7. Из чего были сделаны самые первые коньки?
8. Сколько игроков входит в волейбольную команду?

ОТВЕТЫ : 1. Четыре года. 2. На дальность. 3. Три . 4. Нет . 5. Нет . 6. Биатлон.

7. Из костей. 8. Шесть .

**Второй этап соревнований .**

4. Эстафета «Пятачок».

Родитель и ребёнок берут ракетки, зажимают между ними воздушный шар, переносят его до финиша и обратно и так вся команда.

5. Эстафета «Сороконожка».

Родитель и ребёнок встают ногами в резинку (резинка в самом низу ног) , двигаются к финишу и обратно. Передают следующей паре.

6. Эстафета «Гуси – лебеди».

Родитель берёт ребёнка на спину, несёт до финиша, обратно – бегом.

**Викторина 2.**

1. Крупнейшие международные комплексные соревнования, которые проводятся каждые четыре года.
2. В этом городе прошли ХХII летние Олимпийские игры, где СССР завоевала 99 медалей ( 50 золотых), заняв первое место среди всех стран.
3. Международные спортивные соревнования для инвалидов. Традиционно проводятся после главных Олимпийских игр.
4. Талисман ХХII Олимпийских игр, проходивших в 1980 году в Москве.
5. Кто был первым официальным талисманом Олимпийских игр?
6. В каком году наши спортсмены впервые приняли участие в Олимпийских играх?

ОТВЕТЫ: 1. Олимпиада. 2. Москва 1980г. 3. Пароолимпийские игры.

4. Медведь. 5. Такса Вальди. 6. 1908г.

**Третий этап соревнований.**

7.Эстафета «Курочка Ряба».

Пронести яйцо в ложке до финиша, вернуться, передать следующему.

8.Эстафета «Попрыгунья Стрекоза»

Игроки встают друг за другом и совершают прыжки в длину. Первый прыгает , второй совершает прыжок от того места , где пятки предыдущего, третий - от второго и так далее. Выигрывает та команда , чей «общий прыжок» будет дальше.

9.Эстафета «Репка».

Думает дед: «Репку, что –ли , посадить? Нет , экономически не выгодно! Трудно найти рынок сбыта. А, посажу – ка я, картошку! Тогда всю зиму сыты будем!»

Дети и родители расходятся на противоположные стороны площадки. Между ними в центре кладётся обруч. Дети «сажают» картошку (бегут к обручу с полным ведёрком картошки, высыпают её в обруч , бегут к родителям, стоящим напротив, отдают пустое ведёрко. Родитель бежит с ведёрком к обручу, «копает» её ( собирает картошку, бежит к ребёнку, стоящему напротив, отдаёт полное ведёрко). В итоге родители и дети должны поменяться местами.

**Викторина 3.**

1. Как называется начало забега?
2. Как называется окончание забега?
3. Назовите родину Олимпийских игр.
4. Как зажигается олимпийский огонь?
5. Назовите цвета олимпийских колец.
6. Каков олимпийский девиз?

ОТВЕТЫ: 1. Старт. 2. Финиш. 3. Греция. 4. От солнечных лучей. 5. Зелёный , чёрный, красный, желтый и голубой. 6. «Быстрее, выше, сильнее!»

Жюри объявляет окончательный итог соревнований. Команды обмениваются впечатлениями.

Как показывает опыт, все получают заряд бодрости: и игроки, и болельщики.

Команды награждаются сладкими призами , грамотами, фото на память.