

*Вуртамова Нелли Викторовна  
Инструктор по физической культуре  
МБОУ Школа № 146 г.о. Самара  
г. Самара, п. Прибрежный*

## **ЗИМНИЙ СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК «ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ ВСЕЙ СЕМЬЁЙ»**

Цель: приобщение детей и родителей к здоровому образу жизни, к активным занятиям физическими упражнениями и спортом.

Задачи:

- развивать двигательную активность детей, как один из факторов, стимулирующих их физическое, эмоциональное и интеллектуальное развитие.
- формировать умения и навыки действовать в коллективе сверстников;
- воспитывать чувство патриотизма, сплоченности;
- вырабатывать умения выполнять групповые упражнения, требующие единых коллективных усилий.

Интегрируемая образовательная область:

«Физическая культура», «Здоровье», «Коммуникативная», «Чтение художественной литературы», «Познание».

Инвентарь: две фишки, двое санок, две хоккейные клюшки, две шайбы, шишки, бубны, мешочки, канат. Музыка - фонограмма: «Да здравствует, семья!»

Ход праздника: Все группы собираются на центральной площадке садика. Снеговик, Медведь, Ведущий Неболейкин:

Мы сегодня в гости к нам

Пригласили пап и мам.

Приходите, приходите

Как живем мы, посмотрите.

Ребята, давайте мы скажем, какой праздник мы сегодня отмечаем?

Дети: Праздник здоровья!

Ведущий Н.: Да правильно! А называется он «**День здоровья всей семьёй!**» Наше мероприятие мы приурочили к году семьи! Ведь семья это самое важное! Итак, мы начинаем!

Утром раньше поднимайся,  
Прыгай, бегай, отжимайся.  
Для здоровья, для порядка  
Людам всем нужна... (зарядка)

- Кто делает по утрам зарядку? Все вместе - Мы!!!

(Под музыку все вместе делаем зарядку)

Выбегает Баба Яга: (под музыку пританцовывая, пробегает по кругу, чуть дотрагиваясь метлой до ног ребят и родителей!)

- Смотрю сегодня на ваши веселые, озорные глазки, румяные щечки, и ноги мои сами просятся в пляс! Даже не хочется портить вам праздник! Я ведь тоже здоровенькая и спортивная! Потому что каждый год прихожу к вам на праздник здоровья! Ой, да я смотрю вы тут с родителями!

- Давайте лучше поиграем в игру «Доскажи Словечко» Игра со всеми:

Хочешь ты побить рекорд?

Так тебе поможет... (Спорт)

Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги

И бегут два колеса.

У загадки есть ответ: Это мой (велосипед)

Чтоб большим спортсменом стать,

Нужно очень много знать.

Вам поможет здесь сноровка,

И, конечно, ... (тренировка)

Мы проворные сестрицы,

Быстро бегать мастерицы.

В дождь лежим, в мороз бежим,  
Уж такой у нас режим. ( Коньки)

Молодцы! Перед каждым состязанием я буду загадывать вам загадку о зимнем виде спорта, которому будет посвящена данная эстафета. Готовы?

Слушайте первую загадку:

- На ледяной площадке крик,  
К воротам рвется ученик.  
Кричат все: Шайба! Ключка! Бей!  
Веселая игра. (Хоккей)

Проводится эстафета: «с клюшками»:

Фишка стоит на расстоянии 20 метров от линии старта, ребенок берет клюшку, и ведет ей шайбу до фишки, обводит ее и возвращается на линию старта, передает эстафету маме, мама делает то же самое и передает эстафету папе. Выигрывает та команда, которая быстрее закончит эстафету.

Герой станции: слушайте следующую загадку:

- Весело стояли  
Зимы ожидали  
Дождались поры  
Помчались с горы. (Санки)

Проводится эстафета на санках:

Команды строятся лицом к финишу на расстоянии 15-20 метров от него. Участники каждой команды имеют санки. На санки садится один из участников команды, а капитан везет его до конечной остановки, где оставляет и возвращается за другими участниками. Побеждает та команда, которая быстрее перевезет всех своих участников до конечной остановки.

Герой станции: слушайте третью загадку:

- Он бежит на лыжах ловко,  
За спиной его винтовка  
Предстоит ему в пути  
Огневой рубеж пройти:

Лёжа пострелять и стоя,  
Будто он на поле боя.  
А затем не расслабляться,  
Быстро к финишу примчаться.

(Биатлонист)

Следующий конкурс для команд «Биатлон»:

Каждый член команды добегают до фишки берет шишку и бросает ее в корзинку бежит обратно, следующий продолжает. Побеждает та команда, где больше снежков в корзинке.

Следующий конкурс «Снежная эстафета»:

Участникам команд необходимо:

1. Пробежать по снежной тропинке (между палками) 2. Прыгнуть через снежные кочки. 3. Оббежать вокруг снежной елки, (вокруг фишки) и бегом, передать эстафету.

Заключительная игра для детей и родителей: «Перетягивание каната»

Две команды перетягивают между собой канат, а судьи состязаний в это время подводят итоги.

Награждение участников соревнований (грамоты командам)

Праздник радостный, красивый,

Лучше не было, и нет

Спорт в семье нам, очень нужен

Мы со спортом крепко дружим

Спорт - помощник, спорт – игра

Физ.культ – Ура –Ура –Ура!