Веселые соревнования.

(Развлечение для родителей и детей)

**Ведущая:** Дорогие ребята и уважаемые родители! Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы ещё раз убедиться в том, какие наши дети крепкие, быстрые, ловкие.

**1 ребёнок**. Родители — такой народ,

На занятость спешат сослаться.

Всем надо спортом заниматься!

**Ведущая :** А вот чтоб ставить всем рекорды

И о болезнях забывать —

Над взрослыми в вопросах спорта

Решили дети шефство взять.

**Петрушка.** Здравствуйте, дети, здравствуйте взрослые! Я веселый Петрушка пришел вам в гости., чтобы вместе с вами, поиграть, посоревноваться.

Я самый лучший в мире спортсмен!! Ну как, вы готовы к разминке? Тогда начали!

Для разминки на дорожке

Разомнем свои мы ножки.

Начинаем мы игру,

Позабавим детвору.

Мамы, папы, в круг становитесь,

Дружно за руки беритесь.

**«Птички в клетке»**

Взрослые встают в круг, берутся за руки, образуя «клетку». Дети – «птички». Под музыку они бегают между взрослыми. С окончанием музыки взрослые опускают руки вниз – «закрывают клетку», стараясь поймать «птичек». Пойманные «птички» становятся звеньями «клетки». Оставшаяся тройка детей – победители. Затем взрослые и дети меняются ролями. Игра повторяется

**Ведущая :** Я вижу, вы размялись и готовы приступить к выполнению заданий. Я предлагаю разделиться на две команды. Деление на команды.

Петрушка подбегает к ведёркам: «Ой, картошечка! Сейчас я подкреплюсь»

**Ведущая ;** Это картошка для следующего задания. Следующее препятствие – ложка!

А в ложке – картошка!

Бежать нельзя,

Дышать можно, только осторожно!

«**Собери овощи»**

Задание для детей: пробежать дистанцию до ориентира и положить по одной картошке из ведерка в каждый обруч.

Задание для родителей: пробежать дистанцию с ложкой, а в ложке – картошка, руками ее придерживать нельзя.

**Петрушка** А я люблю играть с шариками? А вы хотите со мной поиграть?

2 Эстафета «Воздушные шары»

Дети бегут до конусов и обратно с шариками в руках, мамы бегут, подкидывая шарик гимнастической палкой,

**Ведущая** : С Петрушкой вы поиграли, а теперь давайте покатаемся на машинах:

Залили бензин - с-с-с-с

Накачали шины : ф-ф-ф

Завели двигатель: д-д-д

Проверили сигнал : би-бип

**Игра «Автомобили»**

: если поднят зеленый флажок, дети и взрослые шагают по залу, имитируя езду на автомобиле; если желтый — шагают на месте; красный — стоят на месте

**Петрушка:** Посмотрите какие у меня сильные и крепкие ноги. А знаете ли вы, как можно укрепить свои ноги? Давайте вместе разучим веселое упражнение для профилактики плоскостопия, а заодно узнаем, чьи ножки самые быстрые и ловкие.

**«Кто быстрее вынесет игрушки из круга»**

(упражнение для укрепления мышечного свода стопы)

В два больших обруча высыпают мелкие игрушки из киндер-сюрпризов и конструктора ЛЕГО. Дети и взрослые по сигналу ведущего переносят игрушки за пределы обруча с помощью пальцев стопы. Выигрывает та команда, которая быстрее перенесет все свои игрушки за обруч.

**Ведущая:** А теперь все отдыхаем,

Напряжение снимаем.

Напряженье улетело,

И расслабилось все тело

**«Упражнение на расслабление»**

**Ведущая**. Прошу команды построиться. Вот и подошли наши соревнования к концу. Сегодня все были молодцы и дети, и родители! Наши дети показали, какие они ловкие, сильные, быстрые. И у нас нет победителей, победила дружба!

**Вед.** Предлагаю в круг всем встать

Будем танец танцевать

**Общий танец**

**Петрушка.** Повеселились от души

Все участники хороши!

За веселый праздник ваш

Угощу я вас сейчас. (угощение)