**Конспект физкультурного развлечения с родителями**

**«Богатырские состязания».**

**Цель:** Развитие у детей интереса к занятиям спортом и пропаганде здорового образа жизни в семье. Формирование устойчивых двигательных навыков и умений, развитие физических качеств (быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости). Укрепление духовного состояния и физического здоровья.

**Задачи:** - укреплять взаимодействие с семьей, привлекая родителей к участию в общих мероприятиях;

- способствовать сближению детей и родителей, вызвать положительные радостные эмоции;

- популяризация физической культуры у старших дошкольников через перевоплощение в былинных героев.

- расширять представления детей о государственном празднике; о богатырях

- обеспечить двигательную активность детей, развивать физические качества;

- воспитывать чувства взаимопомощи, сопереживания, гордости за победу.

**Оформление:** зал оформлен к 23 февраля.

**Оборудование:** шлемы, щиты, мечи, (мячи – хопы), атрибут для эстафет «лошадь», плоскостные фигуры (кольца), кубики, канат.

**Ход развлечения**

*В зал входят дети и взрослые (папы)*

*Становятся в шеренгу*

**Инструктор:** 23 февраля наша страна отмечает праздник – День Защитника Отечества. Издавна повелось, как только на нашу землю нападал враг, все русские люди, и стар, и млад, поднимались на борьбу с ним. Русские воины всегда славились мужеством и отвагой. Мальчиков с детства приучали к работе и ратному делу. Они должны были уметь не только пахать землю и знать ремесло, но и уметь защищать себя и свою родину от врагов. Когда наши мальчики вырастут, они тоже станут защитниками отечества.

**Инструктор:** Покой всех городов и сел старинных

 Стерег дозор богатырей былинных.

 Пускай те дни прошли, но слава вам,

 Не давшим Русь врагу богатырям!

 И если богатырь стоит на страже,

 То может быть из вас уверен каждый,

 Что от врагов любых защищены,

 Все рубежи родной страны!

**Инструктор:** предлагаю сегодня устроить богатырские состязания – пусть мальчишки, девчонки и папы, покажут нам свою силу и удаль!

**Инструктор:** чтоб выносливыми были,

Чтоб в бою не подвели,

Чтобы мускулы стальные

Тяжесть поднимать могли!

День солдатский по порядку

Начинается с зарядки!

Ну-ка, братцы, подтянитесь,

На зарядку становитесь!

*Встают в рассыпную, инструктор проводит разминку под музыку*

**ЗАРЯДКА ПОД МУЗЫКУ «БОГАТЫРСКАЯ НАША СИЛА»**

**1) «Силушка»** - И.П. ноги на ширине плеч, - руки в стороны, 2 - руки согнуть в локтях выпрямить, 3- 4 повторить;

**2) «Богатырь»** И.П. ноги на ширине плеч, руки в стороны, 1 - вверх, 2 – вперед, 3 – вниз, 4 – и.п.;

**3) «Меч»** и. п. ноги на ширине плеч, руки в стороны, 1-руки вверх - скрестить звезда, пружинка, 2- И.П., 3- руки вниз скрестить звезда и пружинка, 4 - И.П.;

**4) «Выпады в сторону»** И.П. ноги на ширине плеч, руки на поясе, 1 -шаг вправо присесть на правую ногу, руки сторону, 2- И.П., 3- шаг влево присесть на левую ногу, руки сторону;

**5) «Конь»** И.П. ноги на ширине плеч, руки верху, 1-колено поднять вперед, руками махом вниз, 2- И.П., 3-то же с другой ногой;

**6) «Приседание»** И. п. ноги на ширине плеч, руки внизу, 1- присесть, руки вперед, 2- встать ноги врозь и руки в стороны, 3- 4 повторить;

**7) «Богатырские прыжки»** И.П. ноги вместе руки внизу, 1- ноги и руки в стороны, 2- И.П., 3-4 повторить.

**Инструктор:** А сейчас задание:

Начинаем командное

Мы соревнование!

Ведущая: сегодня будут показывать свою удаль 2 команды, 2 богатырские дружины - «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» и «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_». За каждую победу, команде первой выполнившей задание будут вручаться звездочки. Команда, которая больше наберет звездочек, та будет победителем.

**Инструктор:** А следить за нашими состязаниями предлагаю самым мудрым, нашим воспитателям.

*(представление судей)*

**Инструктор:** А теперь начнем забавы богатырские. Вы готовы показать свою силушку богатырскую да удаль молодецкую?

*Ответы детей и родителей*

**Инструктор:** Во что были одеты богатыри? (Рубаха-кольчуга, шлем.)

*Ответы*

**Инструктор:** какое было оружие? (Меч, щит, палица, копьё.)

*Ответы*

**Инструктор:** перед состязаниями необходимо богатырю одеть на себя доспехи богатырские, и так поможем ему одеться.

**Инструктор: 1 испытание. Богатырские сборы:** участники должны быстро одеть доспехи: шлем, щит, взять меч, добежать до ориентира, представиться (сказать: «я – богатырь…» назвать свое имя), вернуться в команду, передать доспехи следующему.

**Инструктор:** Молодцы.

**Инструктор:** Какой же богатырь без коня? Сейчас мы посмотрим, как наши молодцы и красавицы умеют держаться в седле.

**Инструктор: 2 Испытание. «Скачки»**: Мальчики и девочки – богатыри садятся на «лошадей» (мячи – хопы), прыгают до ориентира, и возвращаются обратно. Передают «лошадь» следующему представителю команды. Папы берут лошадей и скачут до ориентира и обратно.

**Инструктор: 3 Испытание «Топкое болото».** Участникам соревнования необходимо переправится с помощью плоскостных фигур до ориентира, оббежать ориентир и вернуться назад, передавая эстафету рукой следующему товарищу. Выигрывает та команда, которая быстро выполнит это задание.

**Инструктор:** Молодцы, справились с заданием.

**Инструктор: Испытание № 4 «Шифровка»** У каждой команды по 9 кубиков. Если правильно сложить все кубики получится картина. Бег с препятствиями; берут кубик, возвращаются тем же маршрутом к старту, ставят кубик на отведенное место, а эстафету продолжают следующие участники. Когда все кубики будут собраны, нужно всей команде сложить картинку и назвать, что получилось. Команда, выполнившая первой задание, становится победителем.

**Инструктор:** Молодцы богатыри и богатырши. Показали свою богатырскую силу, да молодецкую удаль.

**Инструктор: 5 Испытание «Сильная дружина»** Участники команды берутся за канат двумя руками. По сигналу участники начинают тянуть канат в свою сторону. Команда, перетянувшая соперников за разделительную полосу, становится победителем.

**Инструктор:** да, не перевелись ещё на Руси богатыри и добры молодцы. Показали вы свою удаль молодецкую, силушку могучую, не запятнали чести богатырской! Достойная смена растёт дедам и отцам! А сейчас просим жюри подвести итоги.

*Слово жюри (подведение итогов соревнования)*

*Награждают участников соревнований.*

**Инструктор:** давайте поприветствуем всех участников нашего праздника.

*Участники соревнований совершают круг почета.*

**Инструктор:** Слово для поздравления, предоставляется нашим девочкам: *Девочки читают стихи.*

1. В февральский день, морозный день

Все праздник отмечают.

Девчонки в этот славный день

Мальчишек поздравляют.

1. Богатырского здоровья

Мы хотим вам пожелать,

Лучше всех на свете бегать

И в футбол всех обыграть.

1. Пусть удача будет с вами!

Только вы дружите с нами,

Нам во всем вы помогайте,

От других нас защищайте!

1. Мы пожелаем вам на век,

Чтоб в жизни не робелось.

Пусть будет с вами навсегда

Мальчишеская смелость!

**Инструктор:**все сегодня удальцы,

Все сегодня молодцы,

Состязались все с задором

Все сражались дружно,

Победила дружба.

Праздник весёлый удался на славу

И думаю, всем он пришёлся по нраву,

Всем до свидания, все счастливы будьте,

Здоровы, добры и про нас не забудьте.

*Выход из зала*