Веселая эстафета ( онлайн) для детей младшего возраста  
 «Я и моя семья»

Инструктор по физической культуре А.А. Корчагина

Интеграция образовательных областей: социально - коммуникативное развитие, художественно - эстетическое развитие.

**Цель**: Пропаганда и формирование здорового образа жизни семей .

***Задачи:***

1.Создать у детей и взрослых радостное, бодрое настроение.

2.Вызвать положительные эмоции к занятиям физкультурой.

3.Развивать умение помогать друг другу.

4.Развивать координацию и ловкость движений, умение ориентироваться в пространстве, внимание.

5.Гармонизировать детско-родительские отношения с помощью проведения совместных мероприятий.

***Оборудование:*** мячи или шары, кубики; корзина или коробка; мяч ; корзина с игрушками; тазик,прищепки, платочки.

***Действующие лица****:* инструктор по физической культуре, родители ,дети.

**Ход развлечения**

**Инструктор по ФК:** Дорогие дети, мамы и папы! Я рада вас приветствовать , улыбнитесь друг другу!

*Если с мамой мы вдвоём,  
Чудесно время проведём!  
Если папа будет с нами –   
Трудности нам нипочём!*  
**Инструктор по ФК:**

Сегодня у нас спортивный праздник.

Мы будем соревноваться, состязаться в силе, ловкости.

*Каждый день   
Мы по утрам делаем зарядку.  
Очень нравится всем нам делать по порядку.  
Весело шагать, руки поднимать.(3-4 раза)  
Приседать, вставать,(3-4 раза)  
Бегать и скакать.*

Молодцы!

Все готовы к нашим веселым соревнованиям.

**1 эстафета «Салют»**

Дети собирают цветные мячи, шары родители ( мама или папа) кубики в корзинку, коробку.

**Инструктор по ФК:**

Начинаем !Раз,два , три начало игры.

 Молодцы! Справились с заданием. Играли замечательно.

Переходим к следующей эстафете .

**2 эстафета «Волшебный мяч»**

Папа передает мяч маме, мама ребенку, ребенок папе, папа отбивает мяч руками от пола 10 раз.

**Инструктор по ФК**:. Начинаем !Раз,два , три начало игры.

Закончилась эстафета, все молодцы!

А теперь наши дети поиграют.

**3 эстафета «Переправа»**

Дети прыгают продвигаясь вперед.

**Инструктор по ФК**:

Начинаем! Раз,два,три начало игры!

 Молодцы ребята! Справились с таким сложным заданием. Мамы и папы погладьте по головке своего ребенка.

А я теперь объявляю другую эстафету!

**4 эстафета «Генеральная уборка»**

*Испытание для мам,*

*Наших прекрасных дам!*

*Что-то мамы заскучали и, наверное, устали.*

*Не хотят они стоять - надо мамам поиграть!*

Мама бежит по пути поднимает игрушку. Подбегает игрушку кладет в корзину, из тазика берет платочек, развешивает его на веревку и возвращается обратно.

**Инструктор по ФК:**Начинаем! Раз,два,три начало игры!

*Ай да мамы, хороши!*

*Постарались от души!*

*Вы так быстро все выполняли.*

*Как будто бабочки порхали.*

 Мамы наши молодцы! Похлопаем в ладошки мамам.

Ну, а теперь посмотрим, какие ловкие наши папы. Следующий конкурс для пап.

*Ну-ка, папы выходите!*

*Свою силу покажите!*

**5 эстафета «Самый сильный папа»**

Папа делает 5 приседаний, приглашает ребенка и вместе приседают 3 раза.

**Инструктор по ФК:**Начинаем! Раз,два, три начало игры!

Папы тоже молодцы, занимались от души! Раз,два,три, четыре, пять в ладошки хлопаем опять! *Сильные, умелые,  
Дружные, веселые,  
Быстрые и смелые!*

**Инструктор по ФК:** Наш спортивный праздник закончился, спасибо всем мамам,папам и деткам.

*Пусть всё это только игра,*

*Но ею сказать, я хотела:*

*Великое чудо-семья!*

*Храните её, берегите её!*

*Нет в жизни важнее цели!!!*

Обняли все друг друга.