

Спортивный праздник ВСЕЙ СЕМЬЁЙ НА СТАРТ!

ЦЕЛЬ. Содействие пропаганды спорта, здорового образа жизни и активного отдыха.

Задачи:

- укрепление связей ДООУ и семьи; формирование здорового образа жизни семей МБДОУ №1 «Родничок»;
- воспитание физической культуры и нравственной сплочённости семьи;
- расширение представлений о внутрисемейных спортивных обычаях и традициях.
- активизация двигательных творческих возможностей и способностей семей воспитанников ДООУ.

Участники: дети старшей и подготовительной групп МБДОУ №1 «Родничок» и их родители.

Оборудование: теннисные мячи, 4 сочка, тонкий цветной канат, 4 зрительных ориентира, 4 скакалки, 2 стойки, верёвка, 4 тарелочки с прищепками, 4 корзины с вещами (платочки, шапочки, носки и т.д.), 8 воздушных шаров, 4 теннисных ракетки, 4 гимнастических палки, 4 скамейки, 2 шляпы, 4 резиновых мяча малого диаметра, 4 тумбы, 2 стульчика, 4 ёмкости с соком, 12 соломенных трубочек, медали и грамоты для награждения.

ХОД

Ведущий. Внимание, внимание! Говорит и показывает спортивный зал детского сада «Родничок». Сегодня здесь проходят соревнования необычные, от других отличные. Приветствуем Вас на спортивном празднике «СЕМЕЙНЫЕ СТАРТЫ». Мы собрались здесь, чтобы посоревноваться в силе и ловкости, скорости и выносливости. Но не это главное в нашей сегодняшней встрече. Конечно же, мы не будем ставить спортивные рекорды, наша цель – активный отдых и здоровый образ жизни, а главное – атмосфера праздника, доброжелательности и желание честно победить! У нас в гостях семейные команды группы «Смешарики» - семья и группы «Пчёлки»: семья, семья Команды очень волнуются, давайте поприветствуем их бурными аплодисментами!

Звучит спортивный марш, аплодисменты зрителей и болельщиков.

Ведущий. Вот они, наши отважные игроки спортивных состязаний «СЕМЕЙНЫЕ СТАРТЫ».

*Приветствует садик веселых гостей,
От теплых улыбок в зале светлей.
Оставили папы сегодня работу,
И мамы забыли большие заботы.
Обули кроссовки и, взяв малышей,
Пришли на спортивный праздник скорей.
И с гордостью каждый сможет сказать,
Что ближе семьи никого не сыскать!
Любителям спорта наше - УРА!*



Все члены семей – и взрослые, и дети – дружат со спортом. А лучших из лучших нам поможет определить жюри.

Представляется жюри.....

Ведущий. Как известно, любые соревнования начинаются с разминки. Давайте и мы не будем нарушать эту традицию. Все команды построиться друг за другом для легкой разминки-тренировки.

Проводится разминка - тренировка (под ритмичную музыку?).

ТРЕНИРОВКА

1) Все построились в колонну.

И шагаем дружно в ногу.

Круг пройдите, повторите.

Ну, а третий – пробегите!

2) Руки вверх поднять повыше,

Сделать вдох и не дышать.

Наклониться, сделать выдох.

Повторить еще раз пять.

3) А теперь, остановитесь.

В три колонны становитесь.

Интервалы соблюдайте.

И к заданиям приступайте.

4) Головой поворачивайте смело,

И направо и налево.

Я твой друг и ты мой друг.

Улыбайтесь всем вокруг.

5) Руки в стороны, присядьте.

Снова встаньте, снова сядьте.

Потянитесь, опуститесь.

Снова сядьте, снова встаньте.

6) Круговые движения тазом

Выполняйте все вместе разом.

Круг налево, круг направо,

Еще раз лево, еще раз право.

7) Шаг налево, шаг направо,

Шаг вперед и шаг назад.

Ваши руки не висят,

А на поясе стоят. (повторить)

8) Прыг, да скок, прыг, да скок,

Не простой у нас прыжок.

Ноги вместе, ноги шире,

Раз и, два и, три, четыре.

9) А теперь ходьба на месте.
Молодцы! Очень ловко,
Провели вы тренировку.

Ведущий. А теперь участники спортивного праздника **ПРЕДСТАВЯТ СЕБЯ.**

Каждая команда по очереди представляет себя, свое название и девиз.

Ведущий. Вот и встретились наши команды. Пожелаем им спортивных успехов! Команды готовы! Итак, приступаем к соревнованиям!



Первый семейный конкурс «Чехарда». Первый участник (взрослый) каждой команды встает на четвереньки с опорой на колени и ладони у линии старта, второй (ребёнок) - пролезает под ним. Пока ребёнок пролезает под первым участником, третий участник (тоже взрослый) оббегает игроков и принимает такое же положение, как и первый, только немного впереди, на некотором расстоянии от первого. Затем ребёнок пролезает под вторым участником, а первый в это время бежит вперёд и снова принимает то же самое положение, только дальше и т.д. И так далее до линии финиша (ориентира). Обрато все возвращаются

бегом, держась за руки. По окончании задания команда дружно поднимает руки вверх!

Ведущий. Ну-ка, папы, выходите! Свою ловкость покажите!
На виду у всей гостей, поймайте шарик поскорей!

Конкурс для пап **«Самый ловкий папа»**. Мама и ребёнок по очереди бросают теннисные мячи, а папа старается поймать их сочком с расстояния 3м. Выигрывает папа, поймавший большее количество мячей.

Ведущий. Кто у нас любимый самый? Ну, конечно, это – мамы!
Испытание для мам, наших распрекрасных дам!
Что-то мамы заскучили и, наверное, устали.
Хватит им уже стоять – надо мамам поскакать!
В руки скакалку вы возьмите и подольше
проскачите!

Итак, дорогие мамы, попробуйте вновь вернуться в ваше детство! Кто из вас больше выполнит прыжков на скакалке, тот и победитель!

Конкурс для мам **«Самая ловкая мама»**. Прыжки через скакалку произвольным способом.

Ведущий. Ай да мамы, хороши! Постарались от души!

Ведущий.

Если дружба и здоровье в семье -
Вам позавидовать смогут все!
Спортом занимайтесь,
И почаще все улыбайтесь!

Ведущий. Следующий семейный конкурс называется **«Большая стирка»**. На натянутую веревку ребёнок поочередно, по одной штуке, вешает прищепки, мама – поочередно, по одной вещи, которые есть в корзине, папа – снимает по одной прищепки и по одной вещи и кладёт все на свои места. Побеждает команда, первой закончившая «большую стирку».

Ведущий. Здесь – ребята, папы, мамы.

А у нас кто сильный самый?

Самый добрый и могучий, всех знакомых в доме круче?

Папа! Пап мы вызываем, и победы им желаем!

Конкурс для пап **«Самый сильный папа»**

Ведущий. Теперь у нас на очереди семейная эстафета с воздушными шарами. Состязание начинает ребёнок. Надо

оббежать вокруг ориентира, подбрасывая воздушный шар вверх теннисной ракеткой. Потом шар получают мамы, они бегут, подбрасывая шар гимнастическими палками. И наконец, это задание выполняют папы – они подбрасывают шары головой.

Конкурс для мам «Самая быстрая мама». Мамы к ноге привязывают воздушный шар, вторая нога свободна. Стоя в кругу, по свистку начинают наступать друг другу на шар (у кого шар останется целым, та мама и выиграла).

Ведущий. Следующая эстафета называется «Живая мишень». В ней вам придётся показать свою ловкость и меткость. Это соревнование открывают папы. Они продвигаются вперёд прыжками через скамейку, после чего берут шляпу в руки. Затем свой бег по скамейке начинают мамы. После чего они берут один мяч и бросают его в шляпу, которую держит в руках папа. А папа помогает шляпой поймать этот мяч. Затем мамы возвращаются тем же путем на своё место и в игру вступают дети. Они ползут по скамейке, подтягиваясь руками. Потом тоже бросают мяч в шляпу и возвращаются на место, проползая снова по скамейке. А папы возвращаются назад тем же способом, держа в руках шляпу с мячами.



Ведущий. А сейчас внимание - заключительное соревнование! У наших семей есть шанс проявить ещё раз сплоченность.

Конкурс называется «**Дружные сокохлёбы**». Мы вам предлагаем выпить вкусного сока через соломинки. Но пить нужно сразу всем членам команды. Кто быстрее выпьет сок, тот и победил!

Ведущий.

*Последний вид соревнований
Мы завершили. И сейчас
Итог всех наших состязаний
Пусть судьи доведут до нас!
Не ошибиться мы жюри желаем,
А мы немного поиграем!*

Жюри объявляет результаты соревнований и награждает победителей в разных номинациях под звуки ФАНФАР!

Ведущий.

*И вот, подводим мы итоги,
Какие б ни были они,
Пускай спортивные дороги
Здоровьем полнят ваши дни!
Пусть всё это только игра,
Но ею сказать мы хотели:
Великое чудо – семья!
Храните её, берегите её!
Нет в жизни важнее цели!!!*



Какие хорошие выросли дети!
У них удивительно ясные лица!
Со спортом им легче живётся на свете,
И легче успехов хороших добиться.
Но пусть рядом будут ладони родные,
Им мама и папа помогут во всём.
Ведь все они вместе – спортсмены лихие,
И многие трудности им нипочём!

Ведущий. Спасибо вам и до свидания!

