Муниципальная бюджетная дошкольная образовательная организация

« Детский сад №16»

Сценарий физкультурного досуга

«Весёлые соревнования в дружной компании!»

для родителей и детей подготовительной группы

Подготовила и провела: Л.В. Сычёва,

инструктор по физической культуре

Зима, 2014

Мальчишки и девчонки, а также их родители,
В светлый зал спортивный скорее поспешите вы!

Здесь будут состязания детишек, пап и мам,
Кто будет победителем, потом расскажут нам.

Сегодня в нашем спортивном празднике принимают участие семьи подготовительной группы №4.

**Представление команд.**

Посмотрите-ка, друзья, собрались мы здесь не зря!

Рядом наши папы, мамы: папы бросили диваны,

Мамы бросили кастрюли и костюмы натянули!

Вотони, наши мужественные, закаленные, спортивные **папы!** Давайте им поаплодируем! **(папы выходят вперед):**

Мы хотим соревноваться**.**

Пошутить  и посмеяться,

Силу, ловкость показать,

И сноровку доказать!

Не всякийвыдержит перегрузки традиционного мужского троеборья: футбол, телевизор, диван. Но они не сдаются. Вот они все перед нами - слегка бодрые, местами подтянутые, кое  – где собранные, но не побежденные, и даже в чем-то непобедимые, а в чем  именно, мы узнаем позже.

А вот и **мамы**!Им мы обязательно громко поаплодируем! **(мамы выходят вперед):**

Этой встрече все мы рады,

Собрались не для награды,

Нам встречаться чаще нужно,

Чтобы все мы жили дружно.

Они всегда в форме. Дают знать о себе постоянные тренировки в женском троеборье: плита, бег по магазинам, стирка. И мы уверены, что сегодня именно они будут задавать тон своим командам в соревнованиях, потому что известно, что семья держится на наших мамах!

А это **наши дети**! Дети, покажитесь! Их мы встречаем громкими криками «Ура!». Это они еще с пеленок долгие годы закаляли постоянными тренировками и объединяли своих родителей в дружную команду, ставя перед ними все новые и новые задачи, постоянно повышая нагрузку. Но не зря говорят: тяжело в учении, легко в бою. И сегодня они ребятам будут сдавать экзамен на выносливость.

Пусть жюри весь ход сражения

Без промашки проследит.

Кто окажется дружнее,
    Тот в бою и победит.

За нашими соревнованиями будет наблюдать **независимое жюри** в составе … (аплодисменты).

В спорте существуют свои законы, и наши спортсмены должны поклясться выполнять их.

**Клятва.**

Не жалеть ни рук, ни ног, растрясти чуть-чуть жирок,

Чтоб быстрее черепахи бегать ты сегодня смог.

                                                                          Клянёмся!

Честь команды защищать и доверие оправдать.

Ну, а если проиграем, всё равно не унывать.

                                                                          Клянёмся!

Маме с папой помогать – где держать, а где толкать,

И соперникам подножку ни за что не подставлять.

                                                                           Клянёмся!

А болельщикам – сидеть и прилежно так болеть:

Топать, хлопать и свистеть, но не здорово шуметь.

                                                                            Клянёмся!

В спортивный путь, друзья!

**Разминка**

На площадку по порядку становись скорее в ряд!
На разминку, на разминку приглашаем взрослых и ребят!

**(дети и родители под веселую музыку выходят на разминку и делают общеразвивающие упражнения под инструментальную музыку)**

**Начинаем эстафеты!**
Ловкость, быстрота нужны при этом.
А еще понадобятся прыжки и бег,
От зрителей аплодисменты и дружный смех!

1. ***Эстафета «Давайте знакомиться»***

Участник добегает до стойки, выбирает эмблему со своим именем и возвращается бегом в команду. Выигрывает команда, первой закончившая эстафету.

Ой, как же я не проследила, влажную уборку делали или нет, не видела. Но ничего, сейчас все исправим!

1. ***Эстафета «Генеральная уборка!»***

Встать одной ногой в таз, в руку взять веник. В таком положении двигаться до стойки, подталкивая веником надувной мячик, оббежать ее, вернуться и передать эстафету следующему участнику.

***Слово жюри.***

1. ***Эстафета «Прыжок в длину с места»***

Все команды строятся в колонну по одному в произвольном порядке у общей линии старта. Первые номера прыгают в длину с места, отталкиваясь двумя ногами одновременно. Замер производится по пяткам первого касания пола. Вторые номера прыгают с места приземления первого и т.д. Места команд определяются по дальности отметок последних трех участников.

1. ***Игра «Угадай, чей голосок»***

Дети и взрослые образуют круг. Дети по очереди выходят вперед, закрывают глаза, мама или папа говорят измененным голосом  - «Наша семья самая дружная». Ребенок, узнавший голос кричит: ***«Это моя мама» или «Это мой папа»***

Сейчас мы проверим, какие ловкие и смелые ли у нас капитаны.

***Конкурс для капитанов команд ««Ночные снайперы****»*

Капитаны в касках на голове, с завязанными глазами, с поварешкой в руке, ползут на четвереньках. При этом они стучат поварешкой по полу, в поисках клада. Клад находится под кастрюлей в центре обруча. Побеждает тот, кто первым ударит по кастрюле.

***Слово жюри.***

**Игра с болельщиками «Будь внимательным!»**

Белый флажок - хлопать!

Зеленый - топать!

Желтый - молчать!

Красный – УРА кричать!

А эти две эстафеты мы посвятим своим любимым детям.

1. ***Эстафета «Папамамабиль»***

Представим себе, что вся семья пошла в многодневный поход. На пути следования ребенок устал. Ему необходима передышка. Задача взрослых – на одеялах перевезти его на определенное расстояние и вернуть на место. Это транспортное средство называется папамамабиль.

1. ***Эстафета «Наездники»***

Взрослый сажает себе на спину ребенка и пробегает с ним до условленной отметки, затем бежит назад, передает эстафету другому участнику словом «приехали».

1. ***«Перетягивание каната»***

Есть еще одна забава,
Она придется всем по нраву.

Выходите на площадку,
Стройтесь дружно по порядку,
Пап, мам и ребят вызываю на канат.

**Пока жюри подводит итоги, родители поют частушки.**

Мы спортивные частушки

Приготовили для вас.

На ходу их сочинили,

Исполняем в первый раз.

Я умею мяч кидать,

Бегать, прыгать и скакать.

Я, девчонки, парень сильный,

Буду вас я защищать!

Шайбу в ворота забью,

Очень я хоккей люблю!

Как смотрю я телевизор,

Громче всех всегда кричу!

Мы в любой спартакиаде

Дадим фору в сто очков!

Не должно быть в нашей группе

Разгильдяев - слабаков!

Все спортивные каналы

Я смотреть стараюсь:

Бегаю, как рысь, по кухне,

К спорту приобщаюсь!

Чтоб развить свою фигуру,

Занимаюсь физкультурой.

Тренируюсь, прыгаю,

Ногами больше дрыгаю!

Если будешь ты трудиться,

Сможешь многого добиться.

Кто упорен, любит спорт,

Тот нигде не пропадет!

На фигурку посмотри,

Улыбнись мне раза три!

Потому что я люблю

Физкультурочку свою!

Обруч я, не уставая,

Все кручу, кручу, кручу!

Как Наташа Королева

Очень стройной быть хочу!

Лучше всяких кенгуру

Прыгать я могу в длину.

Долго этому учился,

На уроках не ленился!

Каждый день я на пробежку

Выходить не устаю!

Магазины оббегу,

Всех на свете обгоню!

Для вас пели мы, старались

Но немного растерялись.

Всё ж допели до конца,

Ай да мы! Ай, молодца!

**Слово жюри.**

Всем спасибо за внимание,
За задор и звонкий смех,
За огонь соревнования,
И, конечно же, успех!
Вот настал момент прощанья,
Будет краткой моя речь.
Говорю всем – до свиданья,
До счастливых новых встреч!

Команды фотографируются на память. Под спортивный марш делают круг почета и выходят из зала.