СЕМЕЙНЫЙ СПОРТИВНЫЙ **ПРАЗДНИК**

(в старших группах)

**«ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ»**

***Цель:***

* пропаганда здорового образа жизни среди детей и их родителей;
* популяризация активных форм отдыха;
* укрепление морального облика семьи;
* проявление у детей и взрослых физической закалки, духа соревнований.

**Задачи:** воспитывать в детях дружелюбие, стремление к взаимовыручке, умение радоваться успехам других; создать положи­тельный эмоциональный настрой у детей, веселое, бодрое настрое­ние, почувствовать радость движения; развивать двигательные на­выки: силу, быстроту, гибкость, координацию, выносливость.

***Время проведения***: 10.00 часов.

***Участники:*** дети и родители старшей и подготовительной групп, болельщики – дети групп детского сада, ведущий – инструктор по физической культуре.

***Оборудование:*** на каждую команду по 2 ориентира, 2 больших обруча, 2 скакалки, 6 мячей,3 кегли, 3 бруска, дуга, корзина, 6 овощей и фруктов, красная шапочка, 5 теннисных мячей; стол, 2 стула, фланелеграф, звёздочки, эмблемы.

***Музыкальное сопровождение:*** аудиозаписи гимна Российской Федерации, «Маленьких утят», марша, веселой музыки для аттракционов.

Место проведения спортивных соревнований празднично украшено — флаги, цветные флажки, шары, плакаты, разноцветные ленточки, лозунги.

**Ход развлечения:**

# Ведущий:— Внимание! Внимание! Начинаем наш летний спортивный праздник! Который посвящен Всероссийскому дню семьи, любви и верности. (8 июля) Всех участников прошу приготовиться к тор­жественному построению.

Звучит спортивный марш. Участники под музыку выстраиваются в колонны и двигаются по кругу.

**Ведущий:**— В нашем спортивном празднике принимают учас­тие две команды:

**«Ловкие медвежата»** и **«Быстрые зайчата».** Дружно поприветствуем их.

**Ведущий:** «Здравствуйте детишки, девчонки и мальчишки!»

Дорогие зрители – и все, все родители!

Праздник семейный открываем,

Веселый праздник начинаем!

1 ребенок: Будем мы на радость маме,

С детства закаленными.

Скоро вырастем и сами

Станем чемпионами!

2 ребенок: Тренировка, тренировка,

От нее не устаем.

Мы умеем прыгать ловко.

От больших не отстаем!

3 ребенок: Чтоб расти и закаляться,

Скажем дружно ты и я:

Будем спортом заниматься

Мы спортивная семья!!!

4 ребенок: Праздник наш сегодня не простой!

Будем веселиться всей семьей!

Ловкость и таланты вам покажем,

Мамы, папы выступают даже!

5 ребенок: Надо нам сдержать свое волненье!

Чтоб отличным было выступленье,

Пусть команда победит любая –

Дружба наша крепкая такая!

6 ребенок: Мамы, папы дорогие!

Знаем, что у вас забот не счесть!

Но сегодня вам докажем,

Что не зря у вас мы - есть!

**Ведущий:** «Спорт ребята - очень нужен!

Мы со спортом - очень дружим!

Спорт здоровье, спорт - помощник!

Спорт – это игра! Физкульт – Ура!

**Ведущий:** Вот и встретились наши команды. Предлагаю вам взять с собою быстроту, смелость находчивость, смекалку и по­желать больших успехов в предстоящих соревнованиях. Оценивать наши успехи будет жюри в составе: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Спорт – залог хорошего настроения и отличного здоровья. Заниматься физкультурой полезно, а веселой физкультурой вдвойне. А сейчас давайте поближе познакомимся с командами – участниками соревнований. Командам приготовиться к приветствию! Команды встают и приветствуют друг друга.

*Команда называет свое название, девиз. Затем ведущий дает слово для приветствия другой команде.*

**Капитан команды «Ловкие медвежата».**

Надо спортом заниматься

И привычку завести

Умываться не бояться,

Физкультурой заниматься

И здоровыми расти!

**Капитан команды «Быстрые зайчата».**

Стать чемпионом - все мы знаем –

Задача сложная для всех.

Соревнованья начинаем

И твердо верим в наш успех!

**Ведущая:** Праздник продолжаем разминку начинаем! За руки беритесь в круг скорее становитесь. Исполняется танец «ТАНЕЦ МАЛЕНЬКИХ УТЯТ».

**Ведущий:** Ну, вот мы с вами и познакомились с участниками сегодняшних соревнований. Они уже с нетерпением ждут начала старта. И я объявляю первую эстафету!

**Первая эстафета «Разминка: ДЛЯ УМА»**

Для детей, взрослые могут подсказать.

1. Болеть мне некогда друзья,

В футбол, хоккей играю – я

И очень я собою горд

Что дарит мне здоровье – СПОРТ!

2.То вприпрыжку, то вприсядку

Дети делают – ЗАРЯДКУ!

3.Вот спортсмен ныряет ловко –

Вот что значит – ТРЕНИРОВКА!

4. Спортсмен надел на тренировки

На ноги мягкие – КРОССОВКИ!

5. Навострим мы лыжи и коньки наточим!

Побеждать поедем

В Олимпийский – СОЧИ!

А сейчас игра для взрослых веселые спортивные викторины!!!!!!!!!!!

1. Спортивный снаряд с блинами — это ШТАНГА

2.Веревка для соревнований по перетягиванию – это КАНАТ!

3. Какие женщины спортсменки внимательно всех следят за своими фигурами – это ШАХМАТИСТКИ!

4.Что общего у Бабы Яги с эмблемой международной организации по керлингу – это МЕТЛА!

5.Самое маленькое игровое поле – это ШАХМАТНАЯ ДОСКА!

6. Самое мокрое игровое поле – это БАССЕЙН!

**Ведущий:** Продолжаем соревнования и переходим ко второй эстафете.

**Вторая эстафета: с обручем.**

1. Дети бегут змейкой вокруг обруча, назад возвращаются бе­гом.
2. Папа поочередно выполняет прыжки через обручи. Назад — бегом.
3. Мама поднимает каждый обруч, надевает его через себя и опускает на пол. На старт возвращается бегом.

*Оснащение:* восемь обручей.

**Третья эстафета Соревнование «Охота на гусей».**

Гуси расположены по кругу на расстоянии 5 м от стартовой линии. Учитывается количество сбитых гусей всей команды, за отведенное время, 2 минуты. Выбираются по два участника от каждой команды. *Оснащение:* восемь – десять гусей, 2 мяча.

**Ведущий:** Для подведения итогов — слово жюри.

**Ведущий:** Пока жюри подводит итоги конкурсов, я предлагаю немного отдохнуть и. Я объявляю музыкальную паузу.

*Музыкальная пауза: «Воздушные шарики». По окончанию музыкальной паузы жюри объявляет итоги двух конкурсов.*

**Ведущий:** Мы продолжаем соревнования. Мальчики наши быстрые да ловкие, всё могут, а вот какие они сильные мы проверим в следующем конкурсе.

**Четвёртая эстафета «Армреслинг»** по 3 мальчика с команды. (Стол детский, 2 стула.)

**Пятая эстафета «Пингвины с мячом»** (6 человек, 3 ребёнка, 3 взрослых; прыжки на двух ногах, мяч между коленями, допрыгивают до обруча и собирают разрезных пингвинов).

**Ведущий:** Все вы, наверное, помните сказку про Красную шапочку. А могли бы хоть раз представить себя Красной Шапочкой? Нет? Тогда вам представляется такая возможность, только вот тропинка будет с небольшими препятствиями. Участники готовы к новому соревнованию? И так, следующий конкурс наших соревнований “Тропинка Красной Шапочки”.

**Шестая эстафета “Тропинка Красной Шапочки”**

Бег “змейкой” между кеглями, затем прыжки через бруски, далее добегать до обруча взять овощ (фрукт) и вернуться обратно по прямой. На финише передать следующему участнику корзинку и “красную шапочку”.

**Ведущий:** Итак, продолжаем! Следующий конкурс называется “Горячая картошка”.

**Седьмая эстафета “Горячая картошка”.**

Участники сидят на полу боком друг к другу на расстоянии вытянутых рук. У первой мамы на старте 6 мячей, которые он поочередно передает участникам команды, а вторая мама на финише кладет их в обруч (корзину).

*Условие: не мячи друг другу не бросать, а передавать.*

**Ведущий:** Немного наши участники отдохнут, а при выполнении следующего задания мамам нужно проявить смекалку, на­ходчивость, сообразительность и быстро дать ответы на необычные вопросы.

**а)** назовите женское имя, которое состоит из двух повторяющихся букв? (Ан-на).

**б)** без чего не могут обойтись математики, барабанщики и охотники? (без дроби).

**в)** подумайте, что принадлежит вам, но другие пользуются им чаще, чем вы? (имя).

**г)** на верёвке завязали 5 узлов. Насколько частей узлы разделили верёвку? (6 час­тей).

**д)** под каким кустом сидел заяц во время дождя? (под мокрым).

**е)** где не найдёшь сухого камня? (в воде).

**ж)** когда чёрной кошке легче всего пробраться в дом? (когда открыта дверь).

**з)** 1 яйцо варится 4 минуты. Сколько минут надо варить 6 яиц? (4 минуты).

**Ведущий:** Мы продолжаем соревнования. Мамы наши быстрые, ловкие, а вот какие они меткие мы проверим в следующем конкурсе.

**Восьмая эстафета «Моя мама самая меткая».**

Мамы по одному человеку из команды соревнуются в забрасывании мячей в корзину с расстояния 5 м. Суммируются количество попаданий мячей.

**Ведущий:** Молодцы, болельщики! С такой поддержкой любые соревнования превращаются в Олимпийские игры. Ну, а мы подошли к финальному конкурсу, который называется “Сороконожка”. Команды готовы? На старт! Внимание! Марш!

**Девятая эстафета «Сороконожка».**

Первые номера из команды по команде бегут вокруг ориентира, возвращаются и берут за руку следующего игрока, обегают (дети в середине) и т.д. Побеждает та команда, которая первой при­будет на финиш и не потеряет ни одного участника.

**Ведущий:** Наши соревнования подходят к концу. Кто стал победителем финальных соревнований, мы узнаем от нашего жюри.

*Ведущий предоставляет слово жюри, которое объявляет победителей среди команд – участниц и болельщиков, вручая ценные призы.*

Награждение.

**Ведущий:** Пусть вам семейные старты запомнятся,

Пусть все невзгоды пройдут стороной,

Пусть все желания ваши исполнятся,

А физкультура станет родной.

А я вас приглашаю на веселую дискотеку с шоу водных пистолетов.

*Звучит веселая музыка, все участники соревнований танцуют и обливаются из водных пистолетов.*

Наши соревнования подошли к концу. Мы еще раз поздравляем победителей. До новых встреч!