Спортивный семейный праздник « Мама, папа и я – спортивная семья»

Ведущий: Здравствуйте, уважаемые родители! Сегодня мы с вами собрались здесь для участия в спортивном семейном празднике, который называется «Мама, папа и я – спортивная семья». Встречайте главных наших спортсменов.

Дети входят под музыку в зал:

-ходьба по диагонали, «змейкой», через середину расходятся в разные стороны

 -построение в 2 шеренги

-родители, присоединяясь, становятся за спинами детей.

|  |  |
| --- | --- |
|  |   |
|   |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Мама, папа мой и я,Мы - спортивная семья.С физкультурой, спортом дружим,Лекарь нам совсем не нужен. |   |  |
|   |

Ведущий: В наших соревнованиях участвуют 2 команды:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
Команды поприветствуйте друг друга (физкульт привет).
Оценивать наши соревнования будет жюри: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
За каждую победу ставится 1 балл.
Девочка:

 Каждый день по утрам
Делаем зарядку,
Очень нравиться нам
Все делать по порядку.

Дети с родителями становятся для разминки. Разминка под музыку «Дождя не боимся».
Затем команды садятся на скамейки.
Ведущий: Разминка закончена, переходим к соревнованиям. Ребята, наверно, каждый из вас был в цирке:

Цирк, цирк, цирк-

Это вечный праздник взрослых и ребят.

Это- сила, это- ловкость, это- труд,

А к победе путь, поверьте, очень крут.

 Участники соревнований на ***эстафету*** становись!

 *Цирк*

1 задание: «наездники»

-папа-лошадь, мама и ребенок держат вожжи.

2 задание: «дрессированные зайки»

-ребенок-зайка, прыгает на двух ногах из обруча в обруч, папа с мамой идут перед ним, подставляя поочередно обручи.

3 задание: «веселые собачки»

-мама-собачка, на четвереньках змейкой передвигается из обруча в обруч, папа с ребенком переставляют вертикально к полу обручи.

4 задание: «шустрые пингвинчики»

-каждый член команды прыгает с зажатым между ног мешочком до флажка и обратно.

*Семейный конкурс*

1 задание: «Ловишка с лентой»

-участвует мама с ребенком (подсчитывается общее количество собранных лент)

2 задание: «Тачки»

-участвует папа с ребенком (папа ведет за ноги ребенка)

3 задание:

 Эстафета: *морская*

1 задание: «переправа»

-папа поочередно перевозит сначала маму за флажок, а затем ребенка, вернувшись отдает обруч следующему, сам становится в конец колонны.

2 задание: «аквалангисты»

-папа одевает маску, проползает (лежа на животе) через «тоннель» до флажка и забирает маму и ребенка.

3 задание: «трое в лодке»

-ребенок, мама, папа «сидя в лодке» (держа между ног гимнастическую палку) добегают до флажка и обратно.

|  |  |
| --- | --- |
| Пусть все это только игра,Но ею сказать мы хотели:Великое чудо – семья!Храните ее, берегите ее!Нет в жизни важнее цели! |   |

Ведущий: Дорогие дети и родители! Наши соревнования закончены.
Просим жюри подвести окончательные итоги и объявить результаты. А пока жюри подсчитывают очки, мы с вами потанцуем. Становитесь все в круг.