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.