Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 30 Василеостровского района

Санкт-Петербурга

Семейный спортивный праздник для семей старших дошкольников

«Папа, мама, я – спортивная семья»

Составила:

Хорошева Виктория Вениаминовна

инструктор физического воспитания

Санкт-Петербург

**Цель:** пропагандировать семейные ценности; способствовать сплачиванию семьи, для достижения общей цели.

**Задачи:**

1. Пропагандировать здоровый образ жизни
2. Развивать физкультурно-оздоровительную работу в ГБДОУ
3. Способствовать формированию положительного отношения детей и родителей к занятиям физкультурой

**Инвентарь:** 2 стойки из набора «Кузнечик», 2 тоннеля, 2 тумбы из набора «Альма», 4 резинки, 2 комплекта одежды для детей, 2 стула,2 мяча мягких, 8 обручей, 2 нагрудника, 2 конфеты, 2 ведра, 8 прищепок, 2 совка, 2 смётки, «моталочка».

**Музыкальное сопровождение**: К. Орбакате «Гномик», М.Боярский «Рыжий конь»

Праздник проходит в украшенном спортивном зале, зрители сидят на скамейках, семейные команды с эмблемами строятся друг за другом.

***Ведущий:***

*Собрались в спортивном зале*

*Мы сегодня не напрасно.*

*Праздник спорта и веселья*

*Проведём его мы классно!*

*Но сначала разомнёмся,*

*Будем делать всё прекрасно.*

Проходит разминка под песню М. Боярского «Рыжий конь»

***Ведущий:***

*Вот семья моя проснулась*

*На зарядку потянулась.*

**1 Эстафета «Зарядка»**

Вся семья выполняет одинаковое задание: проползти в тоннель, перепрыгнуть через стойку, запрыгнуть на тумбу, назад гладкий бег.

***Ведущий:***

*Солнце светит нам в глаза,*

*На прогулку нам пора.*

**2 Эстафета «Одень ребёнка на прогулку»**

По сигналу, ребёнок бежит на стул на противоположном конце зала, как только ребёнок сел на стул, к нему бегут родители перевязанные верёвкой по рукам и ногам : правая рука папы с левой маминой рукой, то же с ногами. Родители добегают до ребёнка и одевают его, затем все вместе возвращаются на линию старта.

***Ведущий:***

*Мы выходим все гулять*

*Будем в мячик мы играть!*

**3 Эстафета «Прогулка с мячом»**

Ребёнок проводит мяч «змейкой» между стойками- руками, назад возвращается держа мячик в руках гладким бегом, мама: зажимает между ног и прыгает, папа: одной ногой обводит мяч между стоек.

***Ведущий:***

*Погуляли, поиграли,*

*Аппетит мы нагуляли.*

**4 эстафета « Накорми ребёнка»**

Ребёнок прыгает через обручи и садится на стул на противоположном конце зала, после этого бежит папа, одевает ребёнку нагрудник, возвращается, бежит мама, разворачивает конфету, и кормит ребёнка, возвращаются на линию старта.

***Ведущий:***

*Мы играли, танцевали, и, конечно же устали,*

*Мы немножко отдохнём, и опять играть начнём!*

Дети показывают танец под песню К. Орбакате «Гномик»

***Ведущий:***

*Губки бантиком, бровки домиком*

*В теремок побежали гномики.*

**5 эстафета «Теремок»**

Первый бежит с большим обручем внутри папа, оббегает ориентир, берёт в обруч маму, вдвоём оббегают ориентир, берут ребёнка, и все вместе возвращаются на линию старта.

***Ведущий:***

*Ну ка папы, выходите, своим мамам помогите!*

**6 эстафета для пап «Повесь бельё»**

Мама с ребёнком стоят на противоположном конце зала и держат верёвку, папа бежит с тазиком, подбегает к верёвке, и вешает на прищепки бельё из таза, повесив всё возвращается на линию старта.

***Ведущий:***

*Ну ка, мамочки, вставайте и уборку начинайте,*

*Надо делать веселей, кто же будет всех быстрей?*

**7 эстафета для мам «Золушка»**

По залу разбросаны кубики, мама с ведром совком и кеглей начинает собирать кубики в ведро, после того, как мама соберёт все кубики, возвращается на линию старта.

***Ведущий:***

*Ну, ка детки выходите и быстрей, быстрей крутите!*

*Нужно ручками играть и до шарика достать!*

**8 эстафета для детей «Конкурс капитанов»**

Ребята берут в руки «моталочку» и начинают наматывать верёвочку, кто быстрее домотает до шарика.

Пока идёт определение победителей дети и родители играют в игру «Весёлый бубен»:

*Ты катись весёлый бубен, быстро, быстро по рукам,*

*У кого весёлый бубен, тот сейчас станцует нам!*

У кого в руках оказывается бубен, выходит в середину и танцует под весёлую музыку. Игра повторяется 2-3 раза.

***Ведущий:***

*Наши семьи просто чудо!*

*Все старались от души,*

*И, конечно же, подарки*

*Будут очень хорошо!*

Награждение грамотами и подарками.

Под спортивный марш участники строем выходят из зала, под аплодисменты зрителей.