«Папа, мама, я – спортивная семья»

**Цели:**

* Сохранение и укрепление здоровья детей,
* Отбор команды для участия в районных соревнованиях «Папа, мама, я – спортивная семья».
* Cпособствовать укреплению связи ребенок – родитель - детский сад.

**Задачи**:

* Развитие скоростно-силовых качеств, быстроты, ловкости, умения действовать сообща, командой.
* Воспитание у детей осознанного отношения к собственному здоровью.
* Формирование у детей положительного отклика на занятия спортом и желание активно участвовать в них.
* Повышение эмоционального фона, укрепление здоровья.
* Повышение эмоционального фона, укрепление здоровья.

**Инвентарь:** Обручи, наборы для настольного тенниса, конусы, кубики, мячи, клюшки, шайбы, скакалки, набивные мячи.

**Ведущий:** Здравствуйте уважаемые участники и гости !



Мы сегодня в этом зале  
Мам и пап своих собрали!  
Их зовём на состязанья –  
Семейные соревнования

Будем вместе бегать, прыгать  
Будем вместе в мяч играть  
В самых сложных эстафетах  
Вместе будем побеждать

Чья семья сильнее всех?  
Кто отпразднует успех?  
Не боится кто преград?  
Эй, родители, на старт!

Но и как полагается на всех соревнованиях есть судьи или жюри. Я вам представляю наше уважаемое жюри.

**Жюри:** Тетерина И.Н.- музыкальный руководитель,

Хренова О.Н.- методист ,

Фоамете Т.И.- учитель логопед,

Васильева М.- мама.

**Разминка:** проводит воспитатель по физкультуре ( под музыку «Солнышко лучистое»)

**Ведущий:** Представляет судей соревнований и команды занимают свои исходные позиции. Судьи объявляют о начале соревнований.

**Эстафета № 1 «Челночный бег»** На линии старта лежит три мяча. От стартовой черты удаленностью 3,5,7 метров лежат три обруча. Ребенок переносит мяч в первый обруч, затем во второй и третий обручи. Следующей бежит мама и собирает мячи в таком же порядке. Папа бежит и раскладывает мячи таким же образом. Затем бежит ребенок и приносит мяч из первого обруча, мама со второго и папа из последнего.

**Эстафета № 2 «Хоккей»** Команда стоит в колонне по одному у стартовой линии. У первого участника в руках клюшка, шайба лежит на полу. По сигналу ребенок ведет шайбу клюшкой между конусами 3 шт. Обведя последний конус, ребенок обратно продолжает ведение по прямой, передает эстафету маме. Мама ведет также и передает эстафету папе. Папа ведет шайбу вперед обводя конусы и ведением между конусами возвращается обратно и передает клюшку.



**Эстафета № 3 «Теннис»** Участники стоят друг за другом. Ребенок бежит, неся теннисный мячик на ракетке до конуса, оббегает конус, и бегом возвращается к команде, обратно неся мяч в руке. Мама, бежит, выполняя отбивание мяча об ракетку, до конуса, оббегая его возвращается к команде неся мяч в руке. Папа бежит, выполняя отбивание ракеткой теннисного мяча об пол, оббегая конус, бегом возвращается к команде, неся мяч в руке.



**Эстафета № 4 «Хватай не зевай»** На стартовой линии лежит обруч, на расстоянии 6 метров лежит обруч с предметами. Все участники по очереди (ребенок, мама, папа) за полторы минуты должны перенести из одного обруча в другой максимальное количество предметов. Если после финального свистка предмет остается в руках, то предмет засчитывается участникам. За один раз можно брать только один предмет.



**Эстафета № 5 «Самый быстрый»** За стартовой линией ребенок сидит на хопе. По сигналу ,он прыгает на хопе огибая конусы, стоящие в шахматном порядке. Последний конус огибает и возвращается по прямой между конусами. Мама прыгает через скакалку с продвижением вперед между конусами. Возвращается обратно прыжками, по прямой. Папа выполняет футбольное ведение мяча между конусами. Обводит последний конус и возвращается к команде, ведя мяч, по прямой.



**Ведущий**: Кто со спортом с детства дружен.  
 Не бывает тот простужен,  
 Сильным, ловким тот растёт,  
 И здоровым круглый год.

Ведущийобъявляет о том, что соревновательная часть закончена. Пока судьи подводят итоги, дети исполняют под музыку («Фиксики») гимнастику для рук.



Итоги соревнований объявляют судьи, вручают командам грамоты за участие в соревнованиях.