Мама, папа, я – спортивная семья.

Задачи:

1. Создать бодрое и радостное настроение у детей и их родителей.
2. Развивать физические качества: выносливость, быстроту, силу.
3. Осуществлять взаимосвязь по физическому воспитанию детей между детским садом и семьей.

Ход.

Ведущий: Начинаем наш семейный спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья», в котором принимают участие наши дети и их любимые родители. Встречаем участников нашего праздника.

Звучит спортивный марш, под аплодисменты входят команды – участницы, проходят круг почета по залу и садятся на лавочки.

Ведущий: Добро пожаловать, гости дорогие!

Веселья вам да радости желаем!

Давно мы вас ждем – поджидаем,

Праздник без вас не начинаем.

Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а веселым спортом на два. Сегодня мы собрались вместе, чтобы получить заряд бодрости и поболеть за те дружные семьи, которые пришли принять участие в наших соревнованиях.

Оценивать успехи будет жюри в составе:

1. Заведующей
2. Зам. Зав. По ВМР

За волю к победе, честность в борьбе, жюри может добавить команде 1 балл или наоборот снять балл за нарушение правил. А сейчас ребята болельщики почитают стихи.

1. Приглашаем всех сейчас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас!

Наши папы, наши мамы

На старте вместе с нами!

1. Если хочешь быть умелым,

Быстрым, ловким,

Сильным, смелым

Научись любить скакалки,

Мячик, обручи палки!

1. А пришли сегодня

Все, конечно победить!

Все команды, все герои

В этом могут убедить!

1. Полюбите физкультуру,

Папы, мамы, дети.

Воздух, спорт и витамины

Всем нужны на свете.

Ведущий: Вот сейчас мы все вместе споем песню и сделаем зарядку.

Под музыку дети поют песню и выполняют разминку «Солнышко лучистое».

Ведущий: А сейчас мы приглашаем команды «Радость» и «Дружба» занять свои места на линии старта.

Ведущий: Пусть радость, смех помогут в трудный час, но главная надежда, болельщики на Вас. Давайте поприветствуем наши команды бурными аплодисментами.

Команды выстраиваются на линии старта для приветствия.

Приветствие команд:

«Радость»

В мире нет рецепта лучше –

Будь со спортом неразлучен!

Проживешь 100 лет –

Вот и весь секрет.

«Дружба»

Спорт, ребята, очень нужен!

Мы со спортом крепко дружим!

Спорт – помощник, спорт – здоровье,

Спорт - игра, физкульт – ура!

Ведущий:

Внимание, внимание!

Начинаем соревнования.

Команды есть, жюри на месте.

Болельщики вы здесь?

Все хором «ДА»!

1 испытание: Поменяй предмет.

Слово жюри.

2 испытание: «Быстрые ноги» (Пробежать змейкой с двумя мячами в руках между 4 мя положенными на пол обручами, обогнуть стойку и вернуться тем же способом. Мячи передаются следующему участнику.)

Слово жюри.

3 испытание: «Быстрые ноги, ловкие руки» (В четырех лежащих на полу обручах поставлено по 1 кегле. Первый участник бежит, рукой кладет кегли на пол, огибает стойку и возвращается по прямой. Второй участник бежит ставит кегли в обручи, огибает куб и возвращается бегом по прямой.)

Слово жюри.

Ведущий: Спортсменам нужно немного передохнуть, а пока они набираются сил проведем физ.минутку для болельщиков. Станцуем: «У жирафа пятна - пятна».

Ведущий: Приглашаются команды на линию старта, для продолжения наших соревнований.

4 испытание: Бег в мешках

5 испытание: Прыжки на фитболах

Ведущий: И пока жюри подводит итоги. Приглашаем болельщиков дл прохождения полосы препятствий.

Слово жюри. Общий итог.

Награждение медалями. Вручение грамот каждой семье. Общая фотографии на память.

 Под музыку участники и болельщики возвращаются в группу.