

Мама, папа, я – спортивная семьяНожнина Ирина Николаевна
инструктор по физическому воспитанию
ГККП "Ясли-сад №12"

Задачи:

1. Создать бодрое и радостное настроение у детей и их родителей.
2. Развивать физические качества: выносливость, быстроту, силу реакции.
3. Осуществлять взаимосвязь по физическому воспитанию детей между детским садом и семьей.
4. Воспитание патриотизма и гражданской ответственности и любви к своей Родине.

Ход праздника.

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 – на два. Сегодня мы собрались вместе, чтобы получить заряд бодрости, блеснуть эрудицией и поболеть за те дружные семьи, которые пришли, чтобы принять участие в наших соревнованиях.

Оценивать ваши успехи будет жюри в составе (представление членов жюри)

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

Дети читают стихи:

1-ый ребенок:

Приглашаем всех сейчас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас!

Наши мамы, наши папы

На старте вместе с нами!

2-ой ребенок:

Кто всех быстрее,

Кто всех ловчей,

Нам очень интересно!

Пусть слышится веселый смех,

И не умолкает песня!

3-ий ребенок:

Спорт нам плечи расправляет

Силу, ловкость нам дает.

Он нам мышцы развивает,

4-ый ребенок:

А пришли сегодня

Все, конечно, победить!

Все команды, все герои

В этом могут убедить!

5-ый ребенок:

Пусть праздник звезды зажигает,

Пусть в нашем саду все узнают,

Какие звездные команды

У нас сегодня выступают!

6-ой ребенок:

Даже утром самым хмурым

Веселит нас физкультура.

И, конечно, очень важно,

Чтоб зарядку делал каждый!

На рекорды нас зовет!

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

Под музыку дети поют песню и выполняют разминку «Песня про зарядку».

Ведущий: А сейчас мы приглашаем наши команды «Солнышко», «Успех» и «Дружба» занять свои места на линии старта. Пусть радость, смех помогут в трудный час, но главная надежда, болельщики на вас! Давайте бурными аплодисментами поприветствуем наши команды.

Команды выстраиваются на линии старта для приветствия.

Приветствие команд:

Команда «Солнышко»:

Команде «Успех» - физкульт – привет!

И такое слово-

Спорт любите с малых лет,

Будете здоровы.

Девиз:

В мире нет рецепта лучше –

Будь со спортом неразлучен!

Проживешь сто лет –

Вот и весь секрет.

Команда «Успех»:

Команде «Солнышко» - физкульт - привет.

Приучай себя к порядку –

Делай каждый день зарядку,

Смейся веселей,
Будешь здоровей.
Девиз:
Спорт, ребята, очень нужен!
Мы со спортом крепко дружим!
Спорт – помощник, спорт – здоровье,
Спорт – игра, физкульт – ура!
Команда «Дружба»:
Командам «Солнышко» и «Дружба»- физкульт – привет!
Стать чемпионом сложно,
Но постараться можно!
Девиз:
Всем ребятам наш совет и такое слово:
Спорт любите с малых лет,
Будете здоровы!
Ведущий: Внимание, внимание!
Начинаем соревнования.
Соревнования необычные,
От других отличные!
И так, можно начинать соревнования – Веселые состязания.
Команды есть, жюри на месте.
Болельщики, вы здесь?
Все хором ДА!
Первая эстафета «Быстрые ноги» (Пробежать змейкой с двумя набивными мячами в руках между четырьмя положенными на пол обручами, обогнуть стойку и вернуться тем же способом. Мячи передаются следующему участнику.)
Слово жюри
Вторая эстафета «Быстрые ноги, ловкие руки» (В четырех лежащих на полу обручах поставлено по одной кегле. Первый участник бежит, рукой кладет кегли на пол, огибает стойку и возвращается по прямой. Второй участник – бежит и ставит кегли в обручи, огибает куб и возвращается бегом по прямой.)
Слово жюри
Третья эстафета «Кто быстрее?» (Каждый участник по следам пробегает до стойки с обручем, пролезает в него, добегают до стойки, обегает ее, обратно бегом, передает эстафету следующему участнику.)
Слово жюри
Ведущий: Нашим спортсменам надо отдохнуть. А пока они набираются сил, проведем конкурс для болельщиков (зрителей). Команды садятся на лавочки.
Конкурс для болельщиков «Угадай сказку»
Ведущий: Я читаю отрывок из сказки, а вы должны сказать, как она называется.
1. «Я от дедушки ушел, я от бабушки ушел...» (Колобок);
2. «Не садись на пенек, не ешь пирожок...» (Маша и медведь);
3. «Не пей, братец, этой водицы – козленочком

станешь...» (Сестрица Аленушка и братец Иванушка);
4. «Яблоня, Яблоня, спрячь нас...» (Гуси-лебеди);
5. «Спи, глазок, спи, дугой...» (Хаврошечка);
6. «Лягушечка, лягушечка, отдай мою стрелу...» (Царевна-лягушка);
7. «Козлятушки, ребята, отопритесь, отворитесь...» (Волк и семеро козлят);
8. «Чего тебе надобно, старче?» (Сказка о золотой рыбке);
9. «По щучьему веленью, по-моему хотенью...» (По щучьему веленью);
10. «Сивка-бурка, вещая каурка, стань передо мной, как лист перед травой...» (Сивка-бурка).
Ведущий: А сейчас болельщикам надоделиться на две команды. Команды встают на линию старта. Эстафета для болельщиков «Ходьба с мешочками на голове» (Каждой команде выдается мешочек с песком. Первый участник идет с мешочком на голове до стойки, обходит ее и идет обратно, передает мешочек следующему участнику. Побеждает та команда, которая быстрее справится с заданием).
Эстафета для болельщиков «Солнышко» (У каждого участника гимнастическая палка. Надо добежать до обруча, положить палку, как лучик солнышка, обежать стойку, передать эстафету следующему участнику).
Ведущий: Наши команды отдохнули, набрались сил. И мы приглашаем спортсменов занять свои места на линии старта. Команды занимают свои места на линии старта.
Ведущий: Продолжаем наши соревнования. Команды, приготовились к старту?
Четвертая эстафета «Прыжки на фитболах (хопах)» (Каждый участник прыгает на хопках до стойки, огибает ее и прыгает обратно, передает эстафету следующему участнику).
Слово жюри
Пятая эстафета «Прокатывание мяча между ногами» (Две команды встают в колонны друг за другом в стойке ноги врозь, мяч в руках у направляющего (капитана). По сигналу первый участник наклоняется вперед и толчком двух рук посылает мяч между ногами назад. Последний – ловит катящийся мяч, бегом перемещается в начало колонны и повторяет все движения направляющего игрока. Эстафета заканчивается в тот момент, когда направляющий вернется с мячом на первое место.)
Слово жюри
Шестая эстафета «Не урони» (Провести воздушный шар ракеткой туда и обратно, подбрасывая его вверх, передать эстафету следующему участнику.)
Слово жюри
Ведущий: Команды немного отдохнут, а у нас музыкальная пауза. Сейчас ребята станцуют ритмический

танец. Ребята, выходите на ритмику.

Дети выполняют ритмику «Папа, мама» (под песню Л. Агутина «Папа-мама»).

Ведущий: Команды приглашаются на линию старта, для продолжения наших соревнований.

Седьмая эстафета «Классики» (Перед каждой командой лежат обручи в шахматном порядке. Каждый участник прыгает в обручи, как в игре «классики», обегает стойку, обратно бегом, передает эстафету следующему участнику.)

Слово жюри

Восьмая эстафета «Салют» (По всему залу разбросаны шарики трех цветов. Каждая команда по сигналу собирает шарики своего цвета в короб. Собрав все шарики, команда строится на линии старта. Кто быстрее)

Слово жюри

Ведущий: Игрушки-погремушки оставь для малышей,

Бери скорее клюшки, иди играть в хоккей!

Девятая эстафета «Хоккей» (Клюшкой вести шарик до стойки, обежать стойку, вернуться обратно, ведя шарик клюшкой).

Слово жюри

Ведущий: А теперь эстафеты для взрослых. Ребята садятся на лавочки, а взрослые делятся на две команды.

Эстафета для взрослых «Репка» (Участвуют две команды по 6 участников. Это - дед, бабка, Жучка, внучка, кошка и мышка. У противоположной стены зала 2 стульчика. На каждом стульчике сидит репка - ребенок в шапочке с изображением репки. Игру начинает дед. По сигналу он бежит к репке, обегая «кочки» змейкой, обегает ее и возвращается, за него цепляется (берет его за талию) бабка, и они продолжают бег вдвоем, вновь огибают репку и бегут назад, затем к ним присоединяется внучка и т. д. В конце игры за мышку цепляется репка. Выигрывает та команда, которая быстрее вытянула репку)

Эстафета для пап «Аркан тарту»

Ведущий: Прекрасно показали себя участники. Это была наша заключительная эстафета. Команды занимают места на лавочках, а ребята прочитают стихи.

Дети читают стихи:

1-ый ребенок:

Полюбите физкультуру,

Папы, мамы, дети.

Воздух, спорт и витамины

Всем нужны на свете.

2-ой ребенок:

Занимайся волейболом,

Греблей, плаванием, футболом.

Змеев пестрых запускай,

На коньках зимой гоняй,

Езди на велосипеде

И всегда стремись к победе!

3-ий ребенок:

Если хочешь быть умелым,

Ловким, быстрым,

Сильным, смелым,

Научись любить скакалки,

Мячик, обручи и палки!

4-ый ребенок:

Никогда не унывай!

В цель снежками попадай.

В санках с горки быстро мчись

И на лыжи становись!

Вот здоровья в чем секрет:

Будь здоров! Физкульт - привет!

Ведущий: Наши соревнования подходят к завершению. А пока жюри подводит итоги наших соревнований, мы все вместе станцуем веселый танец.

Встаем в два круга на танец маленьких утят.

Все танцуют танец маленьких утят.

Слово жюри: Общий итог

Награждение медалями. Вручение грамот каждой семье.

Под музыку все участники праздника проходят почетный круг по залу и уходят в группу.