

## **Сценарий семейного физкультурно-оздоровительного праздника «Папа, мама и я — спортивная семья»**

*Главная цель родителей, педагогов и специалистов детского сада — воспитание здорового, всесторонне развитого ребенка. Эта цель может быть достигнута только в результате совместных усилий родителей и работников дошкольных учреждений. Работа с родителями является неотъемлемой частью образовательного процесса любого дошкольного учреждения.*

*В совместной работе детского сада и семьи по физическому воспитанию детей используются различные формы, такие как дни открытых дверей, собрания, консультации, семинары, практикумы, спортивные праздники и физкультурные досуги с участием родителей. На наш взгляд, именно спортивные праздники могут стать одной из наиболее ярких и удачных форм приобщения семей к физической культуре, внедрения ее в повседневный быт семьи. На праздниках родители и дети могут проявлять себя в разных видах спорта, осваивать различные упражнения, способствующие увеличению двигательной активности. Кроме того, совместные праздники позволяют и взрослым и детям раскрепоститься, учат их общаться друг с другом, повышают эмоциональный настрой, сплачивают, семью.*

*Мы надеемся, что предлагаемый сценарий семейного праздника «Папа, мама и я — спортивная семья» поможет педагогам и специалистам по физическому воспитанию детей дошкольного возраста организовать совместную физкультурную деятельность родителей и детей и заложить добрую традицию проведения подобных праздников в каждом детском саду.*

**Цель.** Привлечь детей и их родителей к занятиям физической культурой и спортом. Доставить детям и родителям удовольствие от совместных занятий физкультурой, способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи. Пропагандировать значение физической культуры как средства от любых болезней для детей и людей среднего и пожилого возраста, средства достижения физической красоты, силы, ловкости и выносливости, как интересной игры для детей и их родителей.

**Участники.** В соревнованиях принимают участие 3 семейных команды от трех подготовительных групп. Каждая семья должна иметь единую командную форму с эмблемой.

**Руководство.** Общее руководство по организации праздника осуществляет преподаватель физкультуры. Для оценки соревнований создается жюри и выбираются 3 судьи на каждую семейную команду.

**Порядок проведения и программа.** Каждая семья выступает под номером, полученным путем жеребьевки. Семье в каждом конкурсе дается только одна попытка.

**Ход праздника.**

**Ведущий.** Здравствуйте, уважаемые гости праздника. Сегодня мы с вами собрались здесь для участия в не совсем обычном для нас празднике. Он называется "Папа, мама и я — спортивная семья». Будут состязаться 3 семейных команды, по одной из каждой группы. Наши команды очень волнуются, давайте поприветствуем их аплодисментами.

*Звучит марш «Ну-ка, солнце, ярче брызни...», дети хлопают в ладоши, и в зал входят семейные команды. По результатам жеребьевки каждая команда получает номер, под которым будет выступать в конкурсах. Ведущий представляет гостям семейные команды, судей, жюри.*

Дорогие дети, мамы и папы! Мы рады вас приветствовать на нашем празднике. И чтобы немножко улеглось ваше вполне понятное волнение (ведь мы впервые собрались на таком празднике), предлагаем послушать стихи и песню, которые приготовили наши дети.

*Дети читают стихи.*

Спорт ребята, очень нужен  
Мы со спортом крепко дружим.  
Спорт — помощник! Спорт — здоровье!  
Спорт — игра! Физкульт-ура!  
Каждый день по утрам делаем зарядку.  
Очень нравится нам делать по порядку:  
Весело шагать, руки поднимать,  
Приседать и вставать, бегать и скакать.

**Ведущий.** Здоровье в порядке?

**Все дети.** Спасибо зарядке!

**Ведущий.**

С кем, ребята, вы дружны?

Знать ой этом все должны!

**Дети.** Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья.

*Группа детей исполняют песню.*

**Ведущий.** А теперь начинаем наши соревнования. Просим болельщиков поддерживать свои команды.

**1-й конкурс — конкурс капитанов.**

Папа и мама держат обручи, капитан (сын или дочь) поочередно пробегает из одного обруча в другой. Родители, по мере того как пробежит ребенок, переставляют освободившийся обруч вперед. Побеждает команда, которая быстрее закончит дистанцию. Дистанция — 20 м.

**2-й конкурс — эстафета.**

1-й этап (ребенок): прыжки на мягких игрушках «Альма» до ориентира, далее взять игрушку в руки и вернуться в команду.

2-й этап (мама): прыжки на скакалке произвольным способом до ориентира и обратно.

3-й этап (папа): ведение баскетбольного мяча до ориентира и обратно (туда — правой рукой, обратно — левой).

*После проведения двух конкурсов жюри подводит итоги, команды отдыхают.*

**Ведущий.** А сейчас предлагаем веселый конкурс для зрителей «Мишки и шишки»

По полу рассыпаются «шишки» (кубики). Трех игрокам (по одному от каждой группы) предлагают их собрать лапами больших игрушечных мишек «Шишки» игроки складывают в обручи разложенные на полу Выигрывает тот, кто соберет больше.

### **3-й конкурс — «Самый сильный папа»**

Папам предлагается задание: «Кто сделает больше отжиманий за 1 минуту»

### **4-й конкурс — семейная эстафета «Преодолей препятствия».**

Этапы эстафеты поочередно выполняют ребенок, мама, папа. Судьи на финише определяют победителей

1-й этап: ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками.

2-й этап: ползание на четвереньках под дугами (3 дуги).

3-й этап: прыжки на одной ноге.

**Ведущий.** Просим жюри оценить итоги двух последних конкурсов. А пока жюри подводит промежуточные итоги, предлагаем еще один конкурс — для зрителей, который называется "Накорми куклу».

Куклу усаживают на стульчик. Кому-нибудь из детей завязывают глаза и дают ложку, чтобы он покормил куклу. Ребенка отводят на 3—4 шага от куклы, предлагают ему 3 раза повернуться вокруг своей оси (не сходя с места) и дают команду: «Иди!» Ребенок должен найти куклу и «покормить» ее. В конкурсе участвуют по одному ребенку из каждой группы.

### **5-й конкурс — конкурс для мам «Попади в корзину».**

Перед каждой мамой в обруче лежат 15 малых мячей. Мама бросает мячи в корзину. Побеждает та мама, в чьей корзине окажется больше мячей.

**6-й конкурс — «Веселый пингвин»: прыжки на двух ногах с зажатым между коленями мячом.**

1-й этап: задание выполняет ребенок.

2-й этап: задание выполняет мама.

3-й этап: задание выполняет папа.

### **7-й конкурс — эстафета «Собери предметы»**

У капитана в руке — ведерко с пятью кубиками.

1-й этап: на отведенном участке ребенок раскладывает кубики и возвращается в свою команду.

2-й этап: мама берет ведро, собирает в него кубики и передает ведро папе.

3-й этап: папа берет ведро с кубиками у мамы и опять раскладывает их на том же участке.

**Ведущий.** Дорогие гости! Пока команды отдыхают и жюри подводит итоги, предлагаем вам веселый конкурс «Не урони мяч»

Выбираются 3 пары участников (по одной паре из каждой команды зрителей). Каждая пара детей берет друг друга за руки и, зажав большой надувной мяч головами, продвигается к линии финиша. Побеждает пара детей, которая быстрее выполнит задание и не уронит мяч.

### **8-й конкурс — «Ловкий капитан» (для капитанов команд)**

Каждому капитану (ребенку) дается в руки ролик с ручками. Опираясь на ролик, нужно быстро добежать до ориентира; обратно возвращаться, толкая перед собой головой мяч (большой, надувной).

### **9-й конкурс (для мам) – «Быстрые ноги».**

От линии старта мамы как можно быстрее бегут до ориентира, в обратную сторону они прыгают в мешках до линии финиша.

### **10-й конкурс (для пап) - «Попади мячом в ворота».**

Перед папами ставятся ворота, в руки им даются клюшки, рядом — корзина с 10 мячами. По сигналу папы начинают соревнование. Побеждает папа, который забьет больше всех мячей в ворота.

### **11-й конкурс — семейная эстафета**

1-й этап: прыжки из обруча в обруч (4 шт.).

2-й этап: пройти по «кирпичикам» (6 шт.).

3-й этап: забраться на гимнастическую стенку, позвонить в колокольчик и как можно быстрее вернуться в свою команду.

4-й этап: все вместе, взявшись за руки, участники команды должны пробежать до ориентира и обратно.

**Ведущий.** Дорогие дети и родители! Наши соревнования закончены. Просим жюри подвести окончательные итоги и объявить места, которые заняли наши семейные команды. А пока жюри подводит итоги, предлагаем отгадать несколько загадок:

Меня хлопали лопатой,  
меня сделали горбатой  
Меня били, колотили,  
ледяной водой облили,  
А потом с меня, крутой,  
все скатились гурьбой.

(Горка)

На рояль я не похож,

но педаль имею тоже.  
Кто не трус и не трусиха,  
прокачу того я лихо.  
У меня мотора нет  
Как зовусь?

*(Велосипед)*

Обгонять друг друга рады,  
Ты смотри, дружок, не падай!  
Хороши они, легки,  
быстроходные...

*(Коньки)*

Он лежать совсем не хочет,  
Если бросишь — он подскочит  
Бросишь снова, мчится вскачь.  
Отгадай, что это?

*(Мяч)*

Взял дубовых два бруска,  
Два железных полозка.  
На бруски набил я планки.  
Дайте снег! Готовы...

*(Санки)*

Ног от радости не чую.  
С горки снежной вниз лечу я!  
Стал мне спорт родней и ближе.  
Кто помог мне в этом?

*(Лыжи)*

**Ведущий.** Молодцы, ребята! Все загадки отгадали. А теперь послушаем наше жюри.

Жюри оглашает итоги соревнований и награждает команды памятными вымпелами и медалями. Под торжественный марш команды делают круг почета и выходят из зала.