

Спортивный праздник



«Папа, мама, я — спортивная семья»

Инструктор по физической культуре:
Тихонова Ольга Вячеславовна

2021 год

Цель: через различные формы работы способствовать общему укреплению здоровья детей и сближению детей и родителей через совместные игры.

Задачи:

1. Развивать функциональные способности организма, умение владеть своим телом, быть ловким, гибким, смелым и выносливым.
2. Учить умению перевоплощаться, расслабляться, снимать усталость и стать увереннее в себе и своих силах.
3. Доставить детям радость.
4. Активно вовлекать родителей в совместную детско-взрослую деятельность.

Ход праздника

(Звучит веселая музыка). Болельщики размещаются на спортивной площадке в центр площадки выходит ведущий. (Музыка затихает).

Вед: Добро пожаловать, гости дорогие!
Веселья Вам, да радости желаем.
Давно Вас ждем, поджидаем,
Праздник без Вас не начинаем!

Звучит песня «Если хочешь быть здоров...»

Под звуки спортивного марша и аплодисменты зрителей входят участники спортивных состязаний и строятся в отведенных местах. (В каждой команде своя единая форма).

Вед: Массовость спорта – залог трудовых побед семьи, хорошего настроения и отличного здоровья. Сегодня на нашем празднике мы рады приветствовать дружные спортивные семьи: ... (фамилию семьи и имя капитана – ребенка).

Вед: оценивать ваши успехи будет жюри, в составе человек (представление членов жюри). Каждая команда имеет свою «накопительную корзину», в которую на протяжении всех состязаний, за быстро и правильно выполненное задание, будут складываться мячи (баллы). И таким образом, участникам и болельщикам будут наглядно видны результаты состязаний. Команды выстраиваются на линии старта для приветствия.

Визитная карточка команды «Верные друзья»

Мы команда хоть куда!
В спорте все мы мастера.
Будем бегать, мяч гонять,
За победу воевать

Визитная карточка команды «Капитошка»

Капитошка у руля,
Не сдастся никогда

Визитная карточка команды «Задоринки»

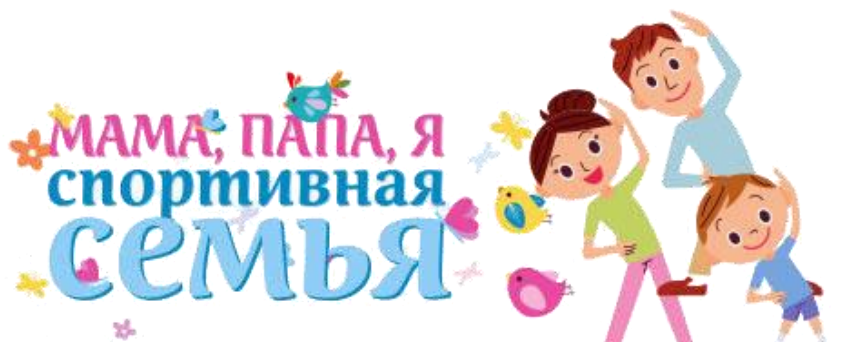
Мы задорная семья
Папа, мамочка и я.
Мы пришли соревноваться
Мы готовы состязаться

Вед: заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой – вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а веселым – на два! И даже с минутами. Не верите? Проверьте сами. Итак, в добрый путь!

Разминка: весёлая разминка под музыку.

Команды под весёлую музыку бегают в рассыпную по залу. По команде инструктора выполняют задания:

1. Остановиться на одной ноге.
2. Сделать семейный круг.
3. Сделать фигуру в произвольной форме.



1-й конкурс «Автогонки»

Этот конкурс проводится среди капитанов команд, т.е. детей.

Кататься на машине – это не только удовольствие, но и спорт. Спортивная машина отличается от обычных специальных шин, низкой посадкой, формой руля и т.д. Представим, что именно на такой машине и предстоит соревноваться нашим участникам. А поскольку у нас эстафета шуточная, то и машины будут не настоящие, а игрушечные и они уже стоят перед вашими командами. К ним привязаны веревки, на другом конце которой закреплены палочки. Ребенок наматывает веревку на палку, до тех пор, пока машина не окажется у его ног. Победителем будет та команда, которая быстрее справится с этим заданием.

Жюри оценивает результаты.

Вед: не бойтесь дети дождя и стужи,
Почаще приходите на стадион,
Кто с детских лет со спортом дружит
Всегда здоров, красив и ловок, и силён.

2-й конкурс «Самый сильный папа»

Сейчас все команды спешат на стадион, на улице идет дождь. Папа несет за спиной ребёнка, а мама бежит за ними, укрывая ребёнка зонтом от дождя. (Каждой команде выдается зонт).

Жюри подводит итоги.

Вед: Ваши мамы, как и вы в детстве мечтали быть известными актрисами, певицами, художницами или гимнастками. Так вот сейчас им предоставляется такая возможность.

3-й конкурс «Мама лучшая гимнастка»

Мама под музыку вращают обруч кто дольше.

Жюри оценивает результаты.

Вед: помните, каким образом путешествовала лягушка в сказке «Лягушка-путешественница»? Она заставила уток взять в клювы палку, а сама, уцепившись за неё, взлетела вместе со стаей. В этой эстафете участникам придется проделать примерно тоже самое.

4-й конкурс «Лягушка-путешественница»

Папа и мама несут палку, на которой сидит ребенок, держась за шеи родителей. Побеждает та команда, которая первая придет к финишу.

Жюри подводит итоги.

Вед: А теперь мы посмотрим какие водители наши родители!

5- конкурс « Весёлое такси»

Правила игры:

1. Игра начинается по сигналу
 2. Заступать за линию старта запрещено
 3. Побеждает команда, которая, при прохождении дистанции быстрее выполнит задание и не расцепится во время путешествия
- По сигналу папа с обручем в виде руля, бежит до пирамидки, оббегает её и возвращается за мамой; мама берёт папу за талию и они вместе бегут до пирамидки и обратно за ребёнком, мама берёт ребёнка за руку, все вместе снова бегут и возвращаются в команду.

Вед: Молодцы, ваши папы настоящие ШУМАХЕРЫ!

Жюри оценивает результаты.

Следующее задание нашим командам.

6- конкурс «Прыжки в длину»

(Помощь воспитателей!)

Первый участник встает на линию старта совершает прыжок в длину (отмечается прыжок палочкой по пяткам обуви прыгающего). Следующий участник подходит к палочке и прыгает в длину, снова отмечается прыжок и так далее. Таким образом, совершается коллективный прыжок!

Вед: пока жюри подводит итоги 2-х конкурсов, мы с вами поиграем в игру «ЧТО БЫВАЕТ?» (игра со зрителями)

Перебрасывается мяч с вопросами (ВЕДУЩИЙ)

Например: «Что бывает холодным?», «Что бывает высоким?», «Что бывает сладким?» и т.д.

Жюри оценивает результаты.

Продолжаем наши соревнования.

Вед: вот мы с вами и добрались, точнее, добежали до последнего соревнования

7-конкурс «Картошка»

Перед каждой семьей по 3 кольца (от кольцеброса) на расстоянии метра друг от друга и в

конце стульчик. Папа – бежит и садит картошку (кладет ее в кольцо), мама бежит, собирает картошку в ведро и ставит на стул. Ребенок бежит за ведром и несет родителям.
Жюри оценивает результаты.

***ПУСТЬ ВАМ СЕМЕЙНЫЕ СТАРТЫ ЗАПОМНЯТСЯ
ПУСТЬ ВСЕ НЕВЗГОДЫ ПРОЙДУТ СТОРОНОЙ
ПУСТЬ ВСЕ ЖЕЛАНИЯ ВАШИ ИСПОЛНЯТСЯ
А ФИЗКУЛЬТУРА СТАНЕТ РОДНОЙ.***

***ПУСТЬ ВСЁ ЭТО ТОЛЬКО ИГРА
НО ЕЮ СКАЗАТЬ МЫ ХОТЕЛИ:***

***«ВЕЛИКОЕ ЧУДО СЕМЬЯ! ХРАНИТЕ ЕЁ, БЕРЕГИТЕ ЕЁ, НЕТ В ЖИЗНИ ВАЖНЕЕ
ЦЕЛИ!!***

