

«Мама, папа, я – спортивная семья»

Цель: Формирование здорового образа жизни семей.

Задачи:

1. Привлекать родителей к развитию физических качеств собственных детей;
2. Закреплять двигательные умения детей дошкольного возраста;
3. Приобщать семьи к физкультуре и спорту и к здоровому образу жизни;
4. Создавать эмоционально-положительный настрой в процессе совместной деятельности.

Участники:

- Ведущая праздника.
- Клоун «Плюх» (взрослый).
- Клоун «Клепа» (взрослый).
- Участники: мама, папа и ребенок (7 семей).

Участники соревнований должны иметь спортивную единую форму и спортивную обувь.

Сроки и условия проведения

Соревнования проводятся 13.03.2023 в спортивном зале дома культуры.

Соревнования состоят из шести эстафет и двух танцевальных пауз.

Подготовка к празднику:

Реквизит.

Благодарности за участие, скотч (красный, желтый), девиз, заявки на команды, плакаты от семьи о ЗОЖ. Украсить зал соответственно теме.

Оборудование.

Мячи диаметром 25 см, эстафетные палочки, зонты, скакалки, фитболы, обручи (по количеству команд), кегли, воздушные шары, музыкальное сопровождение, эстафет, музыкальный центр, микрофон.

Работа с жюри:

- подготовка протоколов;
- подведение итогов.

Проведение праздника.

Ведущий: Здравствуйте дорогие гости – уважаемые мамы, папы, дети! Мы очень рады видеть Вас на нашем празднике – «Мама, папа, я – спортивная семья!».

Мальчишки и девчонки, а также их родители,

В зал спортивный наш, скорее поспешите Вы.

Здесь будут состязания детишек, пап и мам,

Кто будет победителям, потом расскажем Вам.

Сегодня на нашем празднике мы рады приветствовать дружные спортивные семьи

Звучит «Спортивный марш» М. Протасов.

Команды проходят в зал и становятся на заранее отведенные для них места.

Команды называют свой девиз

- Команда «» - семья.....
- Команда «» - семья.....
- Команда «» - семья.....
- Команда «» - семья.....
- Команда «» - семья.....
- Команда «» - семья.....
- Команда «» - семья.....

Ведущий: А раз их ждут соревнования, должно быть и жюри, строгое и справедливое.

(Ведущий представляет жюри)

Ведущий: Слово жюри.....

Ведущая: Предлагаю считать наши веселые, семейные соревнования открытыми. Вы пришли сюда состязаться, веселиться, а ваши дети еще и показать, что они на самом деле повзрослели.

В зал вбегает клоун Плюх и Клепа.

Клоун «Плюх»: Привет друзья, привет всем, всем, от клоуна Плюха!

Клоун «Клепа»: Привет от меня, от клоуна Клепы!

Клоун «Плюх»: Вы сказали, что ваши дети уже повзрослели ха-ха-ха. Это же детишки, совсем, как коротышки.

Клоун «Клепа» Ой насмешили! Так хочется им дать пустышку пососать (достаёт пустышку).

Ведущий: Подождите, подождите, чтобы узнать, на самом ли деле повзрослели наши ребята, нужно их проверить в состязаниях.

Клоун «Плюх»: Проверить, да? Пожалуйста! (достаёт 2 мяча). Вот мяч.

Клоун «Клепа» Кто его не поймает, тот не вырос, а так и остался малышкой коротышкой *(начинают беспорядочно, обманывать детей, кидать им мяч)*.

Ведущий: Ну нет! Так не пойдет! Если уж играть, то по-настоящему.

Клоун «Плюх»: Как это по-настоящему?

Ведущий: Это значит по - правилам. Посмотри нашу первую спортивную эстафету.

Клоун «Клепа»:

Прежде, чем соревноваться,
Вы скорей должны размяться.
Упражнения выполняйте,
За мною дружно повторяйте.

Ритмическая гимнастика О. Железновой для участников соревнований.

Проводят Клоуны.

Ведущий: Молодцы! Спасибо вам за разминку. Начинаем наши соревнования. А болельщики поддерживают участников дружными аплодисментами.

Ведущий проводит спортивные эстафеты, клоуны помогают расставлять спортивный инвентарь и поддерживают детей и родителей

1. Эстафета «Бег с эстафетной палочкой»

Команды выстраиваются в колонну по одному. По сигналу ребёнок с эстафетной палочкой бежит до стойки, обегает её и возвращается. Передает эстафету следующему участнику и т.д. Правила игры:

- 1). Игра начинается по сигналу судьи.
- 2). Заступать за линию старта запрещается.

Побеждает команда, которая при прохождении дистанции покажет минимальное время.

Ведущий:

А теперь посмотрим с вами.

Кто быстрее справится с мячами!

Клоун «Плюх»: Я, я – быстрее всех справлюсь с мячами.

Клоун «Клепа» Нет, я быстрее справлюсь.

Демонстрирует умение ведения мяча.

Ведущий: Дорогие клоуны Плюх и Клепа, посмотрите, как владеют мячом наши участники.

2. Эстафета «Гонка мячей»

Команды стоят в колоннах, возле каждой команды по 1 мячу. По сигналу капитан начинает гонку мячей – бежит до ориентира, мама – катит мяч двумя руками, папа – ведет мяч ногой, обводя кубики змейкой до ориентира. Обратно все бегут по прямой. Побеждает команда первой закончившая эстафету. **Правила игры:** Кто уронил мяч, подбирает и продолжает передачу.

Ведущий: Вас сейчас порадуем умениями новыми,

Спорт нам помогает быть сильными и здоровыми!

Клоун Плюх: А можно мы покажем, какие мы сильные? (Демонстрируют всем свою силу)

Ведущий: Молодцы вы показали, какие вы сильные, а сейчас наши папы продемонстрируют свою силу.

3. Эстафета «Самый сильный папа»

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

Ведущий: Жюри подводит итоги эстафет. А клоуны с детьми и родителями танцуют танец «Хула-хуп»

Клоун «Плюх»: Приветствуем. (Приглашает всех детей и родителей на танец)

Клоун «Клепа»: Молодцы ребята.

Ведущий: Предоставляется слово жюри.

Жюри подводит итоги после трех эстафет.

Ведущая: Не мешайте нам сейчас – задание трудное у нас.

Клоун «Плюх»: Ребята посмотрите, сколько у меня мячей!

(клоун Плюх держит в руках воздушные шары).

(клоун Клепа вручает каждой команде по воздушному шару)

4. Эстафета «Знайка» на воздушном шаре»

Ребенок в руке держит воздушный шар, а родители, скрещивая руки, усаживают его, и так продвигаются до ориентира и обратно.

Правила игры:

- 1) Игра начинается по сигналу судьи.
- 2) Заступать за линию старта запрещается.

Побеждает команда, которая при прохождении дистанции покажет минимальное время.

Клоун «Плюх»: Чья семья сильнее всех?..
Только их здесь ждет успех!

Клоун «Клепа» Как скакать мы вам покажем
И поможем и расскажем.

5. Эстафета « Семейная»

- 1- ребенок - «Мячики» (прыжки на мячах)
- 2- мама – «Веселая веревочка» (прыжки на скакалке)

3- папа – «Пингвин» (прыжки с мячом, между колен)

4 – вместе – «Гусеница» (зацепившись за скакалку добежать до финиша)

Правила игры:

1) Игра начинается по сигналу судьи.

2) Сходить с места запрещается.

Побеждает команда, которая при прохождении дистанции покажет минимальное время.

Ведущий: Плюх и Клепа, вы довольны результатами эстафет?

Клоун Плюх: Да конечно! У вас ребята смелые, ловкие, умелые,

Клоун «Клепа» Родители, их – важные, сильные отважные...

6. «Эстафета комбинированная»

1. Дети пролезают в обруч, добегают до ориентира и обратно бегом.

2. Мамы кто дольше прокрутит обруч (на время).

3. Папы, кто дольше попрыгает на скакалке (на время).

Клоун «Клепа»: Ребята, а вы хотите с нами поиграть? **Дети** (Да). Громче (Да).

Клоун «Плюх» и «Клепа» проводят игру **«Согласны, не согласны»**

Клоун «Плюх» Правила: Если дети согласны с высказыванием – они хлопают в ладоши, если нет – топают.

Все в детском саду –

1. Делают по утрам зарядку....

2. Чистят зубы....

3. Грязными руками берут и кушают овощи и фрукты....

4. Пьют соки....

5. Едят «сникерсы» и чипсы....

6. Пьют «кока- колу», «фанту»....

7. Грызут орехи зубами....

8. Близко смотрят телевизор....

9. Занимаются спортом....

10.Пьют холодную воду из под крана....

Участники соревнований строятся.

Ведущий: Слово предоставляется жюри для подведения итогов.

(Подведение итогов всех конкурсов, поздравление и вручение кубков и грамот).

Звучат фанфары.

Клоун Плюх: Праздник веселый удался на славу.

Я думаю, всем он пришелся по нраву.

Прощайте, прощайте, все счастливы будьте,

Здоровы, послушны и спорт не забудьте!

Клоун «Клепа» Со спортом дружите, в походы ходите,

И скука вам будет тогда нипочем.

Мы праздник кончаем и всем пожелаем...

Здоровья, успехов и счастья во всем!

Ведущий: Пусть все это только игра, но ею сказать мы хотели:

Великое чудо - семья!

Храните ее, берегите ее!

Нет в жизни важнее цели!!!

Звучит музыка «Волшебная страна Л. Олиферова.

Команды уходят.

Соревнования закончены.