Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 100 «Вербушка»

**Сценарий спортивного праздника**

**«Папа, мама, я – спортивная семья».**



Автор:

инструктор по физической культуре

Бабкина Надежда Сергеевна

Вологда, 2024 год

**Тема мероприятия:** «Папа, мама, я – спортивная семья»

**Цель:** приобщение детей и родителей к здоровому образу жизни, через совместные спортивные мероприятия.

**Задачи:**

1. Обогащать детско – родительские отношения через привлечение к совместным спортивным мероприятиям;
2. Формировать партнерские отношения родителей и педагогов, повысить уровень вовлеченности родителей воспитанников в деятельность ДОО, как активных участников образовательных отношений;
3. Развивать у участников спортивного мероприятия ловкость, выносливость, волевые качества в достижении цели, умение ориентироваться в пространстве;
4. Вызвать положительные эмоции к занятиям физкультурой.
5. Создать доброжелательную атмосферу, весёлое спортивное настроение у детей и их родителей.

**Место проведения**: физкультурный зал

**Оборудование:** флажки для обозначения старта, конусы для обозначения финиша, снегоступы – по количеству команд, большие ноги, переноска – балансир, шарики из сухого бассейна – по 12 шт на каждую команду, подушки – по количеству команд, воронка, корзины, обручи – по количеству команд, , кони – по количеству команд, шляпы – по 3шт на каждую команду, конусы,

**Ход мероприятия:**

1. **Вводная часть.** (приветствие, организационный момент)

Под музыку участники заходят в зал.

**Инструктор:**

Здравствуйте дорогие гости – уважаемые мамы, папы и дети!

Нам очень приятно видеть вас на нашем празднике –

«Папа, мама, я – спортивная семья».

Заниматься физкультурой полезно, а весёлой физкультурой вдвойне, ведь каждая минута занятий **спортом** продлевает жизнь человека на один час, а весёлым – на два.

**Инструктор:**

Семья – это радость, тепло и уют,

Семья – это дом, где тебя всегда ждут.

Если мир и дружба в семье,

Вами будут гордиться все.

Мы от души поздравляем всех, кто сегодня вышел на старт.

**Инструктор:**

И так, мы открываем наши соревнования. Соревнования между самыми смелыми, сильными, решительными, находчивыми и весёлыми командами. Давайте познакомимся с ними *(представление команд).*

**Инструктор:**

Наши смелые и сильные **папы** *(делают шаг вперёд).*

Перед нами слегка бодрые, местами подтянутые, кое-где собранные, но непобежденные, и даже в чем-то непобедимые, а в чем именно, мы узнаем позже *(делают шаг назад).*

А вот и **мамы**! *(делают шаг вперёд).*

Они всегда в форме. Дают о себе знать постоянные тренировки: плита, бег по магазинам, стирка. И даже ежегодные передышки 8 Марта не дают сбиться с ритма. Мы уверены, что именно они сегодня будут задавать тон своим командам *(делают шаг назад).*

И наконец, самые маленькие участники соревнований - **дети**! *(делают шаг вперёд).*

Вот они самые сильные, ловкие умелые, озорные и талантливые.

Именно они еще с пеленок закаляли постоянными тренировками и объединяли своих родителей в дружную команду *(делают шаг назад)*.

**Инструктор:** Раз у нас соревнования, то должно быть и жюри, строгое и справедливое *(представление жюри).*

**Инструктор:**

Желаем успехов и побед нашим командам.

1. **Основная часть.**

Мы знаем главное правило - любые соревнования начинаются с разминки.

Ну, команды, не ленитесь

В круг скорее становитесь,

Друг за другом повернитесь.

**Разминка под песню «Вместе весело шагать» (выполняем по кругу):**

**-**  ходьба на носках руки в стороны, руки вверх, на пятках руки за головой, с высоким подниманием бедра руки на поясе, обычная ходьба;

- подскоки вращаем руки вперёд;

- лёгкий бег;

- упражнение на восстановление дыхания: руки в стороны – вдох, руки вниз – выдох.  **Инструктор:**

Мы размялись хорошо,

Праздник весело пошёл.Команды занимаем свои места.

**Инструктор:**

Затей у нас большой запас,

И все они, друзья, для вас!

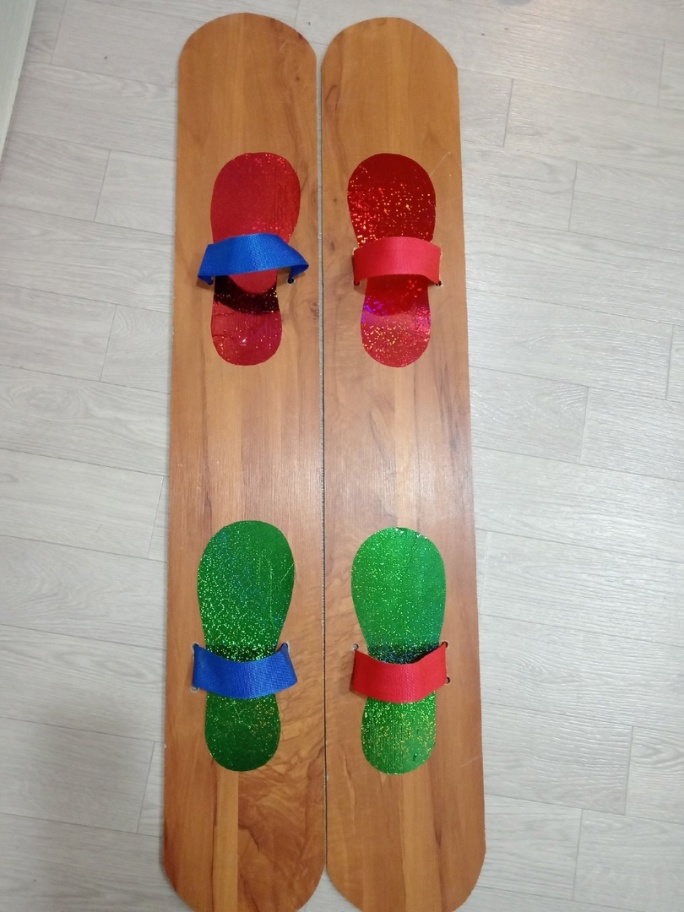
И сейчас без опозданья

Начинаем состязанья.

**1 эстафета «Папа водитель»**

Первыми, как и принято, в каждой семье, в бой выходят сильная половина - наши папы. Задача пап отвезти маму на работу, а ребёнка в сад. Но у него сегодня очень интересный транспорт. Папа бежит до ориентира, надевает снегоступы и идёт за мамой, забирает её, везёт до ориентира, оставляет, идёт за ребёнком, выигрывает та команда, которая первая переместится на другую сторону площадки.

Оборудование: флажки для обозначения старта, конусы для обозначения финиша, снегоступы по количеству команд.



**2 эстафета «Поход в магазин»**

**Инструктор:**

Как-то вечером с работы

Забежала мама в магазин,

Нужно было ей всего-то

Молока и хлеб один.

Площадь в нем как два квартала,

Всюду блеск и зеркала,

И пока она хлеб искала

Тьму продуктов набрала.

Сразу всё ей стало надо

И ещё взяла б чуть-чуть,

Но в тележку (вот досада!)

Ничего уж не впихнуть.

Тут на помощь приходят папа и дети. Мама на больших ногах и переноске несёт шарики для сухого бассейна (по 4 штуки за 1 раз) от старта до финиша. Папа на старте шарики накладывает, а ребёнок на финише вынимает. Побеждает та команда, которая первая перенесёт все шарики.

Оборудование: Большие ноги, переноски, корзины с шариками для сухого бассейна – по 12 на каждую команду, корзины пустые на финиш.



**3 эстафета «Тоннель»**

**Инструктор:**

В каждом маленьком ребенке -  
И мальчишке и девчонке -  
Есть по 200 грамм взрывчатки,  
Или даже полкило.  
Должен он скакать и прыгать,  
Все хватать, ногами дрыгать,  
Он всегда куда-то мчится,  
Он ужасно огорчится,  
Если что-нибудь на свете,  
Вдруг случится без него.

А теперь свои умения покажут нам самые маленькие участники соревнований. Ребята – готовы?

**Инструктор:**

Мама с папой встают друг за другом ноги врозь, делают тоннель, расстояние между ними 1 м. Ребёнок от старта начинает движение на четвереньках, на спине несёт подушку. Когда, он проползает в мамины ворота, мама перебегает и встаёт за папу – расстояние 1м, так же выполняет папа, затем ребёнок двигается до финиша. Встаёт и поднимает подушку вверх. Побеждает та команда, которая первая пришла к финишу.

Оборудование: стойка – старт, конус, подушка.

**4 эстафета «Семейная»**

**Инструктор:**

Крепка бывает та семья,

Где нет владений буквы «я»,

Где правит только слово «Мы»,

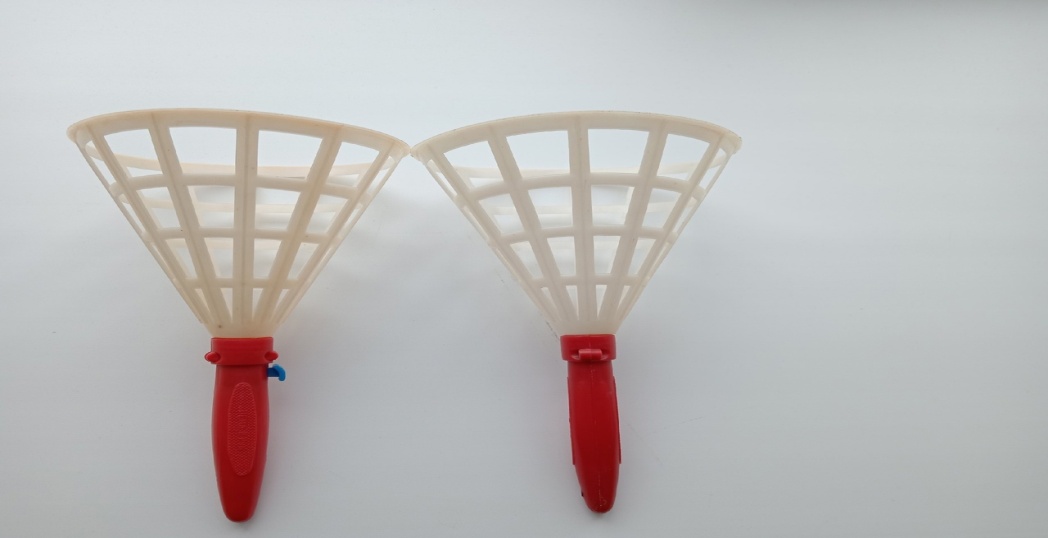
Где есть совместные мечты.

Каждая команда встаёт в колонну, расстояние между участниками в команде 1,5 -2 метра. Для каждого участника лежит обруч.

Ребёнок →→→ Мама →→ → Папа

По сигналу ребёнок бросает из корзины маме шарики, мама ловит руками, не выходя из обруча, затем бросает папе, папа ловит воронкой, не выходя из обруча. Складывает в пустую корзинку. Выигрывает та команда, которая больше и быстрее передаст шариков из одной корзины в другую.

Оборудование: на одну команду - на старте корзина с шариками, 3 обруча, пустая корзина на финише, воронка.



**5 эстафета «Вперёд на прогулку»**

Выходные, выходные…

Дни хорошие такие!

В зоопарке погуляем,

На рыбалке посидим,

Взяв с собою термос с чаем,

Сухарями похрустим.

Выходные – это те дни, когда мы проводим время с близкими. У каждой семьи свои увлечения, но все дети любят играть, а когда к ним присоединяются родители, то это доставляет им наибольшую радость. Вспомним спортивные игры, в которые можно играть с детьми на улице (ответы родителей и детей).

**Инструктор:** Ну а самая любимая игра детей всех поколений - конечно же лошади.

Я люблю свою лошадку,

Причешу ей шёрстку гладко,

Гребешком приглажу хвостик

И верхом поеду в гости.

**«Конные скачки»**

По сигналу первые участники команд передвигаются подскоками на коне между предметами, на стойке берут одну шляпу, надевают на голову и возвращаются обратно, передают коня следующему участнику. Выигрывает команда, которая первая выполнила задание.

Оборудование: кони на палках, конусы – по 3шт для каждой команды, шляпы – по три шт для каждой команды.



**6 эстафета «Тройной прыжок»**

Участники команд по очереди прыгают в длину с места. Первый начинает ребёнок, затем мама встаёт на то место, куда допрыгнул самый маленький участник, прыгает, завершает тройной прыжок папа. Он встаёт на место, куда приземлилась мама – прыгает. Ставится кубик. Выигрывает та команда, которая прыгнула дальше.

Оборудование: фишка на старте, кубики разного цвета для каждой команды.



**7 эстафета «Собери маме букет»**

**Инструктор:**

Дарите мамочкам цветы,  
Чтоб видеть счастье в их улыбках,  
Чтоб не было в глазах слезинок,  
А были добрые мечты.  
Дарите мамочкам цветы,  
Чтоб чувствовать мужскую гордость  
За эту маленькую роскошь,  
За праздник женской красоты!

Папа и ребёнок по очереди проходят полосу препятствий: прыжки по кочкам, подлезание под дугу, бег между предметами (змейкой), берут два пазла, обратно возвращаются без задания, отдают маме, задание выполняют по 2 раза. Мама из пазлов собирает букет. Выигрывает та команда, которая первая составит букет цветов.

Оборудование на одну команду: кочки – 6 шт., дуга, конусы – 4 шт., картинка – букет цветов, разрезанная на 8 частей.

**Инструктор:**

1. Заключительная часть.

Вот и подошли к концу наши соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья».

Последний вид соревнований

Мы завершили, и сейчас

Итог всех наших состязаний

Пусть судьи доведут до нас.

А пока наше уважаемое жюри подводит итоги, я предлагаю всем вместе сыграть в весёлую игру «Юнга»

**8 эстафета – игра «Юнга»**

В игре участвуют участники и болельщики - моряки. Все встают парами в рассыпную. Кому не досталась пара, будет водящий – юнга. Ему выдаём швабру детскую, матросскую шапку. Под музыку О. Газманова «Морячка» пары расходятся по залу по одному – танцуют, можно давать определённые задания, водящий выполняет движения – моет пол, как только музыка остановилась, нужно встать в пары, юнга должен успеть встать к любому свободному моряку. Кто остался без пары, тот – водящий.

**Инструктор:**

Команды строятся для награждения.

**Инструктор:**

Поприветствуем ещё раз наши спортивные, дружные семьи. Все участники показали свою ловкость, быстроту, силу, меткость. Болели и помогали друг другу, сочувствовали неудачам и радовались победам. Вы сегодня доказали, что главное в семье, это – взаимопомощь, взаимопонимание, умение радоваться вместе.

А теперь слово предоставляется жюри. Объявляются победители. Вручаются грамоты.

**Результаты соревнований:**

«Самая быстрая семья» -

«Самая спортивная семья» -

«Самая ловкая семья» -

«Самая находчивая семья» -

«Самая сплочённая семья» -

«Самая весёлая семья» -

**Инструктор:**

Ну и конечно каждой семье можно смело присвоить титул «Самая дружная семья». Все молодцы!!!

**Инструктор:**

Скажем спасибо жюри и болельщикам.

Сегодня проигравших нет,

Есть просто лучшие из лучших.

Пусть в каждом сердце дружбы свет,

Зажжёт поступков добрых лучик!

**Инструктор:**

Пусть всё это просто игра,

Но ею сказать мы хотели:

Великое чудо семья!

Храните её! Берегите её!

Нет в жизни важнее цели!

**Инструктор:**

Спасибо за участие. До новых встреч! До свидания!

Под музыку все команды делают круг почёта и выходят из зала.

