**МАОУ ЦО № 165 имени В.А. Бердышева**

**Дурнова Е.В. ,**

**инструктор по физической культуре**

**высшей кв. категории**

**Спортивный праздник**

**«Мама, папа и я – спортивная семья!»**

**Цель:** Привлекать родителей к участию в совместных с детьми мероприятиях.

**Задачи:**

- В игровой форме развивать физические качества (силу, ловкость, быстроту, выносливость, координацию движений), формировать двигательные навыки.

- Формировать морально-волевые качества (целеустремлённость, смелость, выдержка, организованность, самостоятельность, настойчивость в достижении результатов, уважение соперников по состязанию, доброжелательность, отзывчивость, умение сочувствовать).

- воспитывать любовь к своей семье, дружеские чувства, командный дух и взаимопомощь.

**Оборудование:** мячи, стойки для ориентира, обручи, ограничители, тоннель, слюнявчики, банан муляж, шапочки, гимнастические палки, ракетки, шары, канат.

**Музыкальное сопровождение (фонограммы):** спортивный марш, фонограмма для выполнения комплекса ритмической гимнастики «Воздушная кукуруза», весёлые мелодии для эстафет, конкурсов.

**Ход праздника**

**Ведущая:** Здравствуйте дорогие ребята, родители и гости! Мы рады приветствовать вас на нашем празднике « Папа, мама, я - спортивная семья!».

Оставили папы сегодня работу  
И мамы забыли большие заботы,

Обули кроссовки и взяв малышей

Пришли на спорт праздник сегодня скорей

И с гордостью каждый может сказать,

Что ближе семьи никого не сыскать  
**Ведущая:** Сегодня за победу в спортивных состязаниях будут бороться 4 команды. Это те, кому лень сидеть у телевизора, они не портят глаза перед компьютером. Они- вечный двигатель, им не сидится на месте. Солнце, воздух и вода – их верные друзья. Встречайте их дружными аплодисментами.  
  
Выход и построение команд.  
Построение команд и произнесение ими девизов и названий.   
Семья \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Семья \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Семья \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Семья \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
**Ведущая:** А кто же будет оценивать наши соревнования! Представляю вам членов нашего жюри!   
**Ведущая**: соревнования начинаются с разминки, и я всех приглашаю на веселую зарядку.

Участники здоровы?

Бегать и играть готовы?

Ну, тогда подтянись,

Не зевай и не ленись,

На разминку становись!

*Дети и родители под музыку «Воздушная кукуруза» выполняют комплекс ритмической гимнастики.*

Ведущий: Вы размялись хорошо -  
Праздник веселей пошел.  
Ждут вас новые заданья,  
Непростые испытанья.  
И вот первое из них.

## ****1.Эстафет «Завтрак».**** Папа прыгает в обучи, остаётся на другой стороне, мама бежит со слюнявчиком завязывает, бежит обратно, затем ребёнок бежит с бананом и вместе с папой возвращается. То же надо сделать и с ребёнком.

**2.Эстафета с родителями: «Переноска мячей»**

*Приглашаются семьи. У каждого участника в руках по одному мячу.*

Первый бежит ребенок до ограничителя, оббегает его, бежит обратно и передает мяч маме. Мама с двумя мячами бежит до ограничителя, оббегает его, возвращается обратно и передает мячи папе. Папа с тремя мячами оббегает ориентир и возвращается обратно. Выигрывает команда, которая без потери мячей первой закончит эстафету.

**Ведущая:**

А сейчас, я предлагаю немного отдохнуть и посмотреть номер от воспитанников нашего детского сада.

*Танец на степах «Чунга-Чанга»*

**Ведущая:**

Тем, кто любит прыжки, скучать не придется.

У нас любому работа найдется.

Вас ждут призы, шутки и смех,  
А также здоровье, веселье, успех!

**3 Эстафета «Тройной прыжок».**

Папа выполняет прыжок в длину. Мама - с того места, где закончил прыжок папа, ребенок завершает прыжки с того места где стоит мама. Побеждает команда которая дальше всех прыгнет.

**4 Эстафета Конкурс: «Самый ловкий папа»**

Пронести шарик на ракетке

**5. Эстафета «Солнышко»** (У каждого участника гимнастическая палка. Надо добежать до обруча, положить палку, как лучик солнышка, обежать стойку, передать эстафету следующему участнику).

## ****6.Эстафета Конкурс для пап и мам «Кто в доме главный»****

## Родители садятся на пол, по сигналу начинают движение на ягодицах до стоек-ориентиров, на которые надеты «шапочки». Победит тот, кто быстрее наденет «шапочку» на свою голову.

**Ведущий**: Нашим спортсменам надо отдохнуть. А пока они набираются сил, проведем конкурс для болельщиков (зрителей).

**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, ребятушки, отопритеся, отворитеся…» (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).

**7. 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.)

**9 Эстафета «Перетягивание каната»**

*Участвуют две семьи. Затем другие две семьи. В финале перетягивают канат, победившие семьи.*

**Ведущая: Итак**, все конкурсы позади**.**

Вот и закончился наш праздник.

Сегодня вы были ловкими и смелыми,

Были вы и сильными, умелыми,

Быстрыми, весёлыми, дружными, задорными.

А кто же победил?

**Жюри подводит итог**

*Участники праздника награждаются грамотами, медалями, подарками.*

**Ведущая**:Вот настал момент прощания.

Всем спасибо за внимание,

За задор и звонкий смех.

За огонь соревнования,

Обеспечивший успех!

Говорю вам: «До свидания, до счастливых новых встреч!»

*Под музыку «Спортивная семья» участники выходят из зала.*