

Цели:

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 достижения физической красоты, силы, ловкости и выносливости.

Укреплять взаимоотношения (родитель ребенок - воспитатель).

Оборудование: эмблемы, канат, обручи, мячи, шапочки к сказке «Репка».

Ход праздника.

Ведущий: Начинаем наш семейный спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья», в котором принимают участие наши шустрые дети и их любимые родители. Встречаем участников нашего праздника.

Звучит спортивный марш, под аплодисменты входят команды – участницы, проходят круг почета по залу и строятся.

Ведущий:

Добро пожаловать, гости дорогие!

Веселья вам да радости желаем!

Давно мы вас ждем – поджидаем,

Праздник без вас не начинаем.

Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а веселым – на два. Сегодня мы собрались вместе, чтобы получить заряд бодрости, блеснуть эрудицией и поболеть за те дружные семьи, которые пришли, чтобы принять участие в наших соревнованиях.

А сейчас ребята прочитают стихи.

Дети читают стихи:

1-ый ребенок: Мы весёлые ребята

Мы ребята дошколята

Любим спортом заниматься

Любим весело смеяться

2- ой ребёнок Мы задорная семья

Папа, мамочка и я.

Мы пришли соревноваться,

Мы готовы состязаться.

3-ий ребенок: Мы со спортом крепко дружим

Спорт для всех нам очень нужен.

Спорт - здоровье, спорт - игра

Скажем спорту мы - ура!

4-ый ребенок: Еще не рекордсмены мы,

Еще мы дошколята,

Растем мы все спортсменами,

Мы - дружные ребята!

5-ый ребенок: Стать чемпионами, все мы знаем,

Задача сложная для всех!

Соревноваться начинаем-

И твердо верим в ваш успех.

Ведущий: А теперь пришло время разминки. Под музыку все делают зарядку.

Ведущий: А сейчас мы приглашаем наши команды «Солнышко», «Колокольчик» занять свои места на линии старта. Пусть радость, смех помогут в трудный час, но главная надежда, болельщики для вас! Давайте бурными аплодисментами поприветствуем наши команды.

Команды выстраиваются на линии старта для приветствия.

Ведущий: Мне хотелось бы представить жюри, которое и будет оценивать спортивные возможности наших команд.

Ведущий: Я хочу ребятам задать вопрос:

-Как вы думаете, кто в вашей семье самый сильный, храбрый, выносливый?

-Правильно, папа.

Поэтому капитанами команд будут наши папы.

Командам было дано домашнее задание: придумать название команды, эмблему команды и девиз.

И сейчас мы проверим, как наши участники справились с этим заданием.

Уважаемое жюри прошу быть внимательными, чтобы потом высказать свое мнение. И так, пожалуйста, капитаны представляют свои команды.

Приветствие команд:

Команда «Солнышко»:

Команде «Колокольчик»

Девиз:

В мире нет рецепта лучше –
Будь со спортом неразлучен!
Проживешь сто лет –
Вот и весь секрет.
Команда «Колокольчик»:
Команде «Солнышко»
Девиз:
Спорт, ребята, очень нужен!
Мы со спортом крепко дружим!
Спорт – помощник, спорт – здоровье,
Спорт – игра, физкульт – ура!
Ведущий: Внимание, внимание!
Начинаем соревнования.
Соревнования необычные,
От других отличные!
Команды есть, жюри на месте.
Болельщики, вы здесь?
Все хором ДА!

- **Соревнование «Гонка обручей»**

Участвуют все дети и один папа. Команды выстраиваются в шеренгу напротив друг друга. Каждый участник должен продеть обруч через себя и передать другому. Последним стоит папа, он все обручи набрасывает через себя на пол.

- **Соревнование-эстафета «Пингвин с мячом».**

Участвует вся команда. Дети прыгают на надувных мячах, взрослые с мячом, зажав его между коленями.

3.Загадки про спорт.

Силачом я стать хочу.

Прихожу я к силачу:

- Расскажите вот о чем –

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

Вот серебряный лужок,

Не видать барашка,

Не мычит на нем бычок,

Не цветет ромашка.

Наш лужок зимой хорош,

- Очень просто. Много лет
Ежедневно, встав с постели,
Поднимаю я ...(Гантели)
Во дворе с утра игра,
Разыгралась детвора.
Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" -
Значит там игра - ... (Хоккей)

По пустому животу
Бьют меня невмоготу;
Метко сыплют игроки
Мне ногами тумачи. (Футбол)

Зеленый луг,
Сто скамеек вокруг,
От ворот до ворот
Бойко бегают народ.
На воротах этих
Рыбачьи сети. (Стадион)
Есть, ребята, у меня
Два серебряных коня.
Езжу сразу на обоих.
Что за кони у меня? (Коньки)

А весною не найдешь.(каток)

Палка в виде запятой
Гонит шайбу пред собой.
(клюшка)

Ой, насыпало снежка!
Вывожу коня-дружка.
За веревочку-узду
Через двор коня веду.
С горки вниз на нем лечу,
А назад его тащу. (Сани)

Этот конь не ест овса,
Вместо ног - два колеса.
Сядь верхом и мчись на нем,
Только лучше правь рулем.
(Велосипед)

Две новые кленовые
Подошвы двухметровые:
На них поставил две ноги –
И по большим снегам беги. (Лыжи)

- **Соревнование-конкурс «Кому достанется скакалка?»**

Участвуют мамы. На пол кладут скакалку под стульчиками. Участники сидят на стульях спиной друг к другу. Под музыку бегают вокруг стула. С окончанием музыки садятся на стул и вытаскивают скакалку в свою сторону.

- **Соревнование «Перетягивание каната»**

Участвуют мальчики и папы

6.«ПЕРЕПРАВА». Капитан команды начинает переправу с 2 обручами до ориентира. Первый обруч опускает на пол и встает в центр обруча, второй обруч кладет вплотную к первому и переходит в него и т.д. Назад возвращается бегом, передает эстафету маме, мама – папе. Выигрывает команда первой закончившая переправу

7. **Игра «Да и нет»** Если дам совет хороший, вы похлопайте в ладоши.

На неправильный совет говорите хором: «Нет!»

1. -Постоянно нужно есть для зубов для ваших.

Фрукты, овощи, омлет, творог, простоквашу.

Если мой совет хороший - вы похлопайте в ладоши.

2. -Не грызите лист капустный, он совсем, совсем невкусный.

Лучше ешьте шоколад, вафли, сахар, мармелад.

Это правильный ответ? (Нет)

3. -Говорила маме Люба: - Я не буду чистить зубы.

И теперь у нашей Любы дырка в каждом, каждом зубе.

Будет ваш как ответ, молодчина Люба? (нет).

4.-Ох, неловкая Людмила на пол щетку уронила.

С пола щетку поднимает, чистить зубы продолжает.

Кто даст правильный ответ, молодчина Люба? (Нет).

5. -Навсегда запомните, милые друзья.

Не почистив зубы, спать идти нельзя.

6. Если мой совет хороший вы похлопайте в ладоши.

7.-Зубы вы почистили и идете спать захватите булочку

сладкую в кровать, это правильный совет. (Нет) .

8. -Запомните совет полезный, грызть нельзя предмет железный.

Если мой совет хороший, вы похлопайте в ладоши.

-Молодцы же вы ребята, Коли, Вани, Иры, Лены.

Будет все у вас в порядке, если будете соблюдать, правила личной гигиены.

• **8. Соревнование-эстафета «Репка».**

Ведущий:

- Все мы знаем русскую народную сказку «Репка». Кто помогал деду тащить репку?

Две команды по 6 человек строятся в колонны. Напротив каждой команды (5-5м) ставится «репка» (желтая кегля). По сигналу «Раз-два-три-беги!» бегут «деды». Обежав «репку»

Ведущий: Прекрасно показали себя участники. Это была наша заключительная эстафета.

Сегодня в этом зале

Все выступали хорошо:

И дети, и родители-

Достойны всех похвал.

Знают взрослые и дети

Что важней всего на свете:

Папа, мама, брат, сестра-

Это дружная семья.

Ведущий: И вот подводим мы итоги

Какие не были б они,

Пускай спортивные дороги

Здоровьем полнят ваши дни.

Предоставляется слово жюри. Награждения команд.

Ведущий: Пусть все это только игра

Но ею сказать мы хотели!

Великое чудо - семья!

Храните ее, берегите ее!

Нет в жизни важнее цели!

Под музыку команды делают круг почета и выходят из зала.