

Спортивно-оздоровительный досуг
в старшей группе

« Мама, папа, я- спортивная семья! »

**Воспитатель: Захматова М.И..
Музыкальный руководитель: Лёвушкина И. В.**

Дата проведения: 26.08.2021г.

Предварительная работа: отбор семей-участников; знакомство родителей с этапами соревнований; изготовление отличительных элементов участников; разучивание с детьми песни «Физкульт-ура!» сл. З.Петровой, муз. К.Чичкова, стихов, подвижных игр, соревнований; подготовка музыкальных номеров, выступлений детей кружка Весёлый каблучок», стихов и загадок, музыкального сопровождения, фонограммы, спортивного и нестандартного оборудования, призов.

Цели и задачи:

Формировать навыки здорового образа жизни у подрастающего поколения и внедрять их в семьи через детей;

Включить здоровьесберегающие технологии;

Развивать творческие способности;

Стимулировать активность детей;

Обеспечить эмоциональное благополучие;

Прививать интерес и любовь к физической культуре и спорту.

Ведущий: Здравствуйте, уважаемые гости! Сегодня мы с вами собрались для участия в празднике, который называется «Мама, папа, я - спортивная семья!», в нем будут состязаться 4 семьи нашей группы. Наши команды очень волнуются, давайте поприветствуем их аплодисментами.

Под марш в зал входят семейные команды.

Ведущий: Дорогие ребята, мамы, папы! Мы рады вас приветствовать на нашем празднике. Начнём мы его с домашнего задания (представления команд.) Каждая команда должна назвать себя(название команды) и сказать девиз.

Молодцы, справились с заданием

Ведущий: Перед тем как приступить к соревнованиям, необходимо сделать разминку.

Разминка « Солнышко лучистое»

Ведущий: Ну, вот наши участники немного размялись, стряхнули волнение, приступим к соревнованиям.

1 конкурс « Солнышко» С помощью обруча и гимнастических палок вы должны будете собрать солнышко.

2 конкурс «Обручи» Папа и мама будут держать обручи, а ребята поочерёдно пролазят через обруч. Родители, по мере того как проходит ребёнок, переставляют освободившийся обруч вперёд. Побеждает команда, которая быстрее завершит дистанцию.

Зконкурс. !» Прыгунки Добежать до обруча, на 2х ногах перепрыгнуть из обруча в обруч, снова бежать до обруча, снова прыжки, обегать ориентиры и таким же образом возвращаемся назад, не забывая прыгать в обручи и передавать эстафету дотрагиваясь до плеча.

Ведущий: А сейчас я предлагаю командам отдохнуть, а ребятам потанцевать

Танец « Собрались на празднике все мои друзья»

Ведущий: А сейчас нужно отгадать загадку для того чтобы узнать название следующего конкурса: Круглый я как Шар земной

Все гоняются за мной.

Лупят ногами, руками,

А я убегаю - прыжками.

Звонкий, громкий и прыгучий

Улетает аж за тучи

И на радость детворе

Звонко скачет во дворе.

Ведущий: Правильно это мяч. Так и будет называться наш следующий конкурс

4 конкурс «Ловкий мяч» Ваша задача пройти до ориентира отбивая руками мяч . Потом закинуть мяч в корзину, вернуться в команду и передать эстафету следующему. Очки будут даваться за ловкость и меткость. Мяч не должен укатиться, вы его должны уверенно вести.

Ведущий: Теперь наступило время для самого ответственного соревнования

5 Конкурс « Дружная Семья» Сейчас мы проверим как вы дружно и слаженно справитесь с заданиями,. Маме с папой нужно добежать до корзины не задев кегли, собрать кубики в неё и вернуться назад. А ребёнок бежит за корзиной. Но мы вам усложним задание вам нужно будет зацепиться руками друг за друга обежать кегли не уронив их, Кто быстрее тот и победил.

Ведущий: Молодцы! Все команды справились с заданием! Но команда была быстрее

6 Конкурс называется « Лягушка путешественница» Роль лягушки будет исполнять ребёнок. Мама с папой должны скрестить руки, посадить ребёнка, а ребёнок держится руками за плечи. Ваша задача добежать до ориентира, обежать его, вернуться назад и громко крикнуть «Мы самая дружная семья! Ура!»

Ведущий. Вот и закончились наши соревнования..

Кто же победил? Победили все, потому что каждая семья - команда! Сегодня все достойные похвалы. Каждая команда проявила сплочённость и волю к победе. Но в любых соревнованиях есть победители.

Жюри объявляют результаты, награждает команду-победителя.

Ведущий. Вот настал момент прощанья

Будет краткой моя речь.

Говорю я: «До свиданья!

До счастливых новых встреч!