Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

**«Зиновская средняя общеобразовательная школа»**

пер.Школьный, д.2,с.Зиново, Ялуторовскийрайон,Тюменская область,627031

тел. 8(34535)99117, тел/факс: 8(34535)99183, e-mail: zinovo@mail.ru

Спортивный досуг

в подготовительной группе

«**Папа, мама, я – здоровая семья»**



Провела воспитатель:

Глебова Г.А

Зиново, 2015г.

**Цель:**

Воспитание здорового ребёнка в совместной деятельности детского сада и семьи.

**Задачи:**

Развивать функциональные способности организма: умение владеть своим телом, быть ловким, гибким, смелым и выносливым.

Укреплять здоровье дошкольников через повышение сопротивляемости и защитных свойств организма.

Воспитывать чувство патриотизма на основе музыкальных произведений.

Доставить детям радость.

**Материалы и оборудование:**

Выставка рисунков детей про спорт. Спортивный инвентарь: султанчики, обручи, клюшки, кегди, малые мячи, мячи, кубики, карандаши, фломастеры, листы бумаги, тазы с водой, платочки, прищепки, веревка.

**Ход праздника**

**(Звучит спортивный марш).**

Входят дети (болельщики) садятся на стульчики. Затем входят команды (семьи).

**Вед:** Здравствуйте! Сегодня мы обрались в этом зале, чтобы убедиться, какими мы выросли красивыми, ловкими, здоровыми и сильными. У нас сегодня необычное соревнование, а семейное.

Семья – это счастье, любовь и удача,

Семья – это летом поездки на дачу.

Семья – это праздник, семейные даты,

Подарки, покупки, приятные траты.

Рождение детей, первый шаг, первый лепет,

Мечты о хорошем, волнение и трепет.

Семья – это труд, друг о друге забота,

Семья – это много домашней работы.

Семья – это важно!

Семья – это сложно!

Но счастливо жить одному невозможно!

Всегда будьте вместе, любовь берегите,

Обиды, и ссоры подальше гоните,

Хочу, чтоб про нас говорили друзья:

Какая хорошая Ваша семья!

На спортивную площадку

Приглашаем всех сейчас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас!

- Мы встречаем праздник этот,

Праздник спорта, праздник света.

Солнце, солнце, ярче, грей

Будет праздник веселей

- Вам команды наши,

Желаем от души,

Чтоб результаты ваши

Все были хороши!

Чтоб не знали сегодня усталости

И доставали всем много радости!

**Вед.** - Добрый день, дорогие наши участники, болельщики, гости! Сегодня мы с вами собрались вместе, чтобы провести праздник- соревнование «Папа, мама, я - здоровая семья». В игре участвуют семьи воспитанников подготовительной группы. Поаплодируем нашим участникам.

Наши папы - настоящие защитники. Стойкости и выдержке наших пап позавидует любой. Они всегда готовы откликнуться на зов женщины, совести, Родины. Желаем им сохранить такую же боевую готовность при участии в этих соревнованиях!

А вот и мамы! Они всегда в форме. Дают о себе знать постоянные тренировки в женском троеборье: готовка, бег по магазинам, стирка. И даже ежегодные передышки на 8 Марта не выбивают их из колеи. И мы уверены, что сегодня именно они будут задавать тон своим командам в соревнованиях. Ведь всем известно, что семья держится на трёх китах- Это Женщина, Женщина и ещё раз Женщина!

И, наконец, дети! Это они ещё с пелёнок долгие годы закаляли постоянными тренировками и объединяли своих родителей в дружную команду, ставя перед ней всё новые и новые задачи, постоянно повышая нагрузку.

Итак, перед вами 1 команда (название и девиз) И т.д.

Уважаемые участники, гости, болельщики, представляю вам наше уважаемое жюри:

Председатель жюри…

Члены жюри…

**1 эстафета. «Праздничный салют!»**

Челночный бег с султанчиками: ребёнок бежит с «султанчиком» к первому обручу, оставляет «султанчик» в обруче, Возвращается обратно, передает эстафету маме; мама бежит ко второму обручу, оставляя оба «султанчика» в обруче, возвращается обратно, передаёт эстафету папе; папа с «султанчиком» в руке добегает до второго обруча, берёт из обруча два лежащих «султанчика» и бежит к третьему обручу, оставляя «султанчики» в нём, возвращается обратно к линии старта. Эстафета считается закончиной.

**2 эстафета. «Весёлый хоккей»**

Клюшкой прокатывают маленький мяч до стойки и обратно.

**3 эстафета «Весёлое такси».**

По сигналу папа бежит до стойки и обратно, берёт за руку маму добегают до стойки и обратно, мама берёт за руку ребёнка , до стойки и обратно.

**4 эстафета**

Папа с мамой зажимают мяч между спинами, бегут до стойки и обратно, затем ребёнок с мячом в руках до стойки и обратно.

**5 эстафета «Стрельба из лука»**

Командам раздают по 6 маленьких мячей, чья команда больше закинет в ведро мячей.

**Музыкальная пауза «У оленя дом большой»**

**6. Конкурс «Возьми кубик».**

Правила. Команды выстраиваются поочередно – мама с ребёнком. Мама (папа) с ребёнком бежит змейкой между кеглями, берут кубик, и возвращается бегом обратно с кубиком.

**7. Конкурс «Кенгуру».**

По сигналу ведущего, участники должны прыгать зажав мяч между ног до ориентира и вернуться обратно бегом.

**8. Конкурс «Художники»**Папа бежит – рисует дом, мама – дерево возле дома, ребенок – солнышко. Кто нарисовал - картинку вверх.

**9. Конкурс** **«Большая стирка».**
( С одной стороны – стулья на них тазики с водой и по 3 платка, посередине 3 обруча, с другой стороны – веревка с прищепками)
Семьи стоят в обручах ( по середине) , по сигналу дети бегут к веревкам, мамы к тазам ( в разные стороны). Мама – стирает платок, выжимает, несет папе - папа несет к ребенку, ребенок вешает на веревку.

**10. Конкурс «Самый сильный папа»**

Сейчас все команды спешат на стадион, на матч по футболу, на улице идёт дождь. Папа должен сбегать за зонтом, отдать маме, затем несёт за спиной ребёнка, а мама бежит за ними, укрывая ребёнка зонтом от дождя.

**Вед**.- Наши соревнования подошли к концу. И хочется, что бы жюри подвело итоги.

***Музыкальная пауза. Буги - Вуги***

*Жюри говорит своё слово. Вручают грамоты и призы.*

Вед. - Всем спасибо! Если вам сегодня было весело и интересно - мы очень рады!

Звучит спортивный марш. Участники выходят из зала.