

## Спортивный праздник «Спорт и семья».

**Цель:** повышение интереса детей и родителей к занятиям физкультурой, воспитание взаимовыручки и спортивного характера.

### **Задачи:**

1. Приобщать детей и родителей к здоровому образу жизни через совместные спортивные мероприятия.
2. Прививать интерес и любовь к физической культуре и спорту.
3. Продолжать развивать физические качества и умения детей.

**Оборудование:** музыкальное сопровождение; конусы – 6 шт.; планка для прыжков – 3 шт.; обруч – 3 шт.; ракетки – 3 шт.; волан – 3 шт.; мешочки для метания – по кол-ву детей; мячи силиконовые – 3 шт.; набор пазлы (органы человека – мозг, сердце, лёгкие) – 3 комплекта; шайба – 3 шт.; клюшки – 3 шт.; мячи - хоппы – 3 шт.; скакалки – 3 шт.; мячи баскетбольные – 3 шт.; мячи мягкие малого диаметра – 15 шт.; конверты с заданиями – 3 шт.; карты маршрутные – 3 шт.;

### **Ход праздника.**

*(Под спортивный марш команды входят в зал).*

**Ведущий** - Здравствуйте!!! Мы рады видеть вас в этом зале и желаем вам весело провести время. А так как у нас сегодня соревнования, вас оценивать будет судейская команда, строгая, но справедливая.

*(Ведущий представляет жюри)*

**Ведущий** – Для открытия соревнований предоставляется слово председателю жюри.

*(Слово председателя жюри)*

**Ведущий** – Капитаны команд приглашаются для поднятия флага.

*(Под гимн России поднимается флаг, после поднятия флага, капитаны возвращаются к своим командам).*

*Под весёлую музыку появляется Нолик.*

**Нолик** - Всем привет!!! Вы меня узнали?

**Дети** - Даа!!!!

**Нолик** - А что это вы тут собрались?

**Ведущий** – У нас спортивный праздник.

**Нолик** – А для чего нужен этот спорт?

**Дети** – Что бы человек здоровым был !!!

**Нолик** - Вот в технике всякой я разбираюсь, а что такое человек – понятия не имею. Может вы поможете мне в этом разобраться? У меня как раз, какие то карты непонятные, сможете разобраться?

**Ведущий** – Наши спортсмены всё смогут !!!

*(Нолик раздаёт задания для команд) (Карты с заданиями).*

Задания: на станциях, на каждой - задания (отгадать загадки про тело человека), на последней - команды получают конверты с состязаниями для соревнований).

*(Каждая команда приносит конверт и вручает Нолику).*

**Нолик** – Дааа!!! Заданий много ещё и сложные они.

### **Дети читают стихи.**

1. Мы весёлые ребята,  
Любим спорт и физкультуру,  
Дружим с утренней зарядкой  
И пробежкой поутру.

2. Наше тело станет крепким,  
Гибким, стройным и здоровым,  
Потому, что с детства знаем  
Что движение – это жизнь.

3. Для чего всем людям ножки?  
Чтобы бегать по дорожкам,  
Чтобы в парке погулять,  
Через прыгалку скакать,  
На коньках по льду скользить,  
За покупками ходить.

4. Чтобы быть здоровым телу,  
Надо нам зарядку делать.  
Руки поднимать и опускать,  
Наклоняться вправо, влево,  
Владея телом всем умело.

5. На зарядку выходи,  
На зарядку всех буди.

Все ребята говорят: Физзарядка - друг, ребят!

**Ведущий** - И вы любите заниматься зарядкой? Ну, что же, тогда для вас испытания. Вы готовы справиться с заданиями?

**Дети – Да!!!**

**Нолик** –Для начала предлагаю провести разминку. А ну ребята, не ленись, на разминку становись!!!! *(Все собираются в большой круг).*

### **Разминка под музыку.**

*(После разминки команды занимают свои места).*

*Нолик открывает первый конверт с заданиями:*

**Нолик** - Первое задание!!!!

- 1. Эстафета «Быстрые ноги»** - перепрыгнуть через препятствие, пролезть в обруч, бегом передать эстафету следующему.
- 2. Эстафета «Ловкие руки»** - на ракетке перенести волан и не потерять его.
- 3. Эстафета «Меткий глаз»**- попасть мешочком в цель ( в обруч).

**Нолик** – Слово предоставляется жюри.

*Нолик открывает второй конверт с заданиями:*

- 4. Эстафета «Сильные ноги»** - прыжки с зажатым коленями мячом до конуса, назад бегом.
- 5. Эстафета «Острый ум»**- выложить из пазл картинку органа человека.
- 6. Эстафета «Здоровый дух»** - элементы хоккея, ведение шайбы.

**Нолик** – Слово предоставляется жюри.

*Нолик открывает третий конверт с заданиями:*

- 7. Эстафета «Весёлые таксисты»** - папа с обручем в руках огибает конус, цепляет следующего участника и т.д. – пока вся команда не выполнит задание.
- 8. «Семейная эстафета»** - ребёнок на самокате, мама прыгает через скакалку, папа отбивает мяч.

**Нолик** - Вы быстрые, сильные и меткие, посмотрю какие вы ловкие.

Задание не простое, нужно увернуться от мячика. В кого не попадут, тот и победит. **(II/ игра «Ловкие ребята» аналог игре - «Ловишки с мячиками»** - мягкими мячиками выбивать участников, в кого попали мячом, тот выбывает из игры)

Готовы? Раз, два, три игру начни.... *(Приглашаются дети из зрительного зала и вместе с детьми участниками соревнований играют против взрослых и наоборот).*

**Нолик** – Вот какие молодцы !!! Я теперь понял для чего человеку надо заниматься спортом. Спасибо вам ребята!

**Ведущий** – А сейчас мы подведём итоги наших соревнований, слово жюри.

*Подведение итогов. Вручение призов.*

*Под спортивный марш участники соревнований выходят из зала.*