

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 23»**

**Сценарий спортивного развлечения  
«Папа, мама, я – спортивная семья»**

**Цель:** привлечь детей и их родителей к занятиям физической культурой и спортом.

**Задачи:**

- \* формировать здоровый образ жизни;
- \* совершенствовать движения, способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи;
- \* развивать творческую активность, инициативу, коммуникативные способности;
- \* воспитывать коллективизм, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам, стойкий интерес к физической культуре и спорту, к личным достижениям;
- \* доставить детям и родителям удовольствие от совместных занятий физкультурой.

**Материалы и оборудование:** мячи «Хип-хоп», ориентиры, скакалки, баскетбольный мяч, корзины, мячи - 5 шт., 2 мешка, ленточки, 3 обруча, медали, дипломы.

**Участники:** дети подготовительной к школе группы и их родители, воспитатели, учитель-логопед.

**Место проведения:** спортивная площадка детского сада.

### **Ход праздника:**

**Вед.:** Дорогие наши гости и болельщики! Сегодня мы собрались на спортивный семейный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья». Это праздник ловкости, силы и дружбы. Давайте встретим наши команды.

Звучит музыка.

Гости и болельщики хлопают в ладоши, входят семейные команды.

**Вед.:** Спорт, ребята, очень нужен.  
Мы со спортом крепко дружим.  
Спорт-помощник! Спорт-здоровье!  
Спорт - игра! Физкульт-ура»!

**Реб.:** Родители - такой народ,  
На занятость спешат сослаться.  
А я хочу вам так сказать:  
Всем надо спортом заниматься.

**Реб.:** А вот, чтоб ставить всем рекорды  
И о болезнях забывать.  
Над взрослыми в вопросах спорта  
Решили дети шефство взять.

**Вед.:** В соревнованиях принимают участие 2 команды «Задоринка» и «Веселинка». Итак, команда «Задоринка». В состав команды входят наши дружные, спортивные семьи: перечисление семей участников . Команда «Задоринка» к соревнованиям готова?

**Команда:** Готова!

**Вед.:** Капитан команды?

**Реб.:** фи ребенка.

**Вед.:** Ваш девиз?

**Команда:** Мы задорная семья  
Папа, мамочка и я.  
Мы пришли соревноваться,  
Мы готовы состязаться!

**Вед.:** Команда «Веселинка». В составе этой команды – семьи  
...перечисление семей участников . Команда «Веселинка» к соревнованиям  
готова?

**Все:** Готова!

**Вед.:** Капитан команды?

**Реб.:** фи ребенка.

**Вед.:** Ваш девиз:

**Команда:** Мы веселые ребята,  
Мы ребята-дошколята.  
Любим спортом заниматься,  
Любим весело смеяться.

**Вед.:** А теперь, представляю Вам наше жюри, которое будет внимательно  
следить за успехами наших команд.

Главный судья: .....

Члены жюри: .....

**Вед.:** В спортивный путь, друзья! А начнём мы с весёлой разминки.

### ***Разминка «Солнышко лучистое»***

1 Эй лежебоки ну-ка вставайте, на зарядку выбегайте

Хорошенько потянулись, наконец - то вы проснулись

И. п. – ноги вместе. Руки внизу. 1-4 Поднимать руки вверх 2 раза.

Начинаем, все готовы? Отвечаем: "Все готовы!"

Начинаем, все здоровы? Я не слышу? "все здоровы!",

Становитесь по порядку на весёлую зарядку,

Приготовились, начнём

И все вместе подпоём ...

И. п. ноги врозь, руки к плечам.

1-4 – поочередное сгибание и разгибание рук. 6 раз.

**Припев: Солнышко лучистое любит скакать**

С облачка на облачко перелетать И. п. ноги вместе, руки на поясе.

1- полуприсед с полуоборотом вправо, руки в стороны.

2 и. п.

3-4 повторить движения влево. 4 раза

Раз два три четыре,

Раз, два, три, четыре, пять 4 прыжка вокруг себя

8 шагов на месте.

8 счётов

Ещё раз.

Раз два три четыре,

Раз, два, три, четыре, пять И. п. ноги в широкой стойке, руки в стороны.

1-хлопок над головой.

2 – и. п.

3-4 повторить 1-2.

2 раза

2. Все разрабатываем руки

Нету места больше скуки

И. п. – ноги вместе, руки перед грудью.

1- развести руки в стороны.

2. и. п. 4 раза

Все разрабатываем плечи, чтоб в походах было легче

И. п. ноги вместе, руки вдоль туловища.

1-2 вращательные движения плечами назад. 4 раза

Все разрабатываем ноги, чтобы не уставать в дороге

И. п. – ноги вместе, руки на поясе.

1-2- полуприседы вправо-влево. 2 раза

Все разрабатываем шею, чтобы пелось веселее

И. п. – то. же. наклоны головы вправо-влево. 2 раза

Припев: Солнышко лучистое любит скакать

С облачка на облачко перелетать И. п. ноги вместе, руки на поясе.

1- полуприсед с полуоборотом вправо, руки в стороны.

2 и. п.

3-4 повторить движения влево. 4 раза

Раз два три четыре,

Раз, два, три, четыре, пять 4 прыжка вокруг себя

8 шагов на месте.

4 раза

Ещё раз.

Раз два три четыре,

Раз, два, три, четыре, пять И. п. ноги в широкой стойке, руки в стороны.

1-хлопок над головой.

2 – и. п.

3-4 повторить 1-2.

3. Так приготовьтесь, сей момент, самый сложный элемент

Надо пополам согнуться и руками земли коснуться

Ну-ка ноги не сгибать, раз два три четыре пять

Молодцы все **постарались**, разогнулись, отдышались

И. п. – широкая стойка, руки на поясе.

1- наклон, коснуться руками носков ног.

2 и. п.

3-4 – повтор движений. 4 раза.

Припев: Те же движения

2. Прыгают, скачут, все на свете, даже зайцы и медведи

А жирафы и слоны скачут прямо до луны

И. п. ноги вместе, руки на поясе

1-8 прыжки с небольшим подниманием ног вперед. 8 счётов

Кошки, белки, мурки, свинки все на утренней разминки

Всем прибавилось настроение от такого пробуждения И. п. – ноги вместе, руки согнуты перед собой «зайки».

1- прыжок с полуоборотом вправо,

2 прыжок с полуоборотом влево. По 2

Припев: Те же движения.

С чувством полного удовлетворения в заключение упражнения

Встали тихо на носочки, тянем руки, что есть смочи,

Прям до неба дотянись

Выдыхаем. Руки вниз

Поздравляю, всё в порядке

Молодцы, конец зарядки

И. п. – ноги врозь, руки вдоль туловища.

1- подняться на носки, руки вверх-вдох,

2- и. п.

34 повтор движений 6 раз.

Припев: Те же движения.

**Вед.:** Начинаем соревнования!

**1 конкурс - «Семейная эстафета.**

1 этап (ребёнок): прыжки на мячах «Хип-хоп» до ориентира, далее взять мяч в руки и вернуться в команду.

2 этап (мама): прыжки на скакалке произвольным способом до ориентира и обратно.

3 этап (папа): ведение баскетбольного мяча до ориентира и обратно (туда – правой рукой, обратно-левой).

(После проведения конкурса жюри подводит итоги, команды отдыхают).

## **2 конкурс для мам - «Держи голову в холоде, а ноги в тепле».**

Участвуют мамы – бег в мешках до ориентира и обратно.

### ***Зарядка для ума***

*(загадки для всех участников праздника).*

1) Лента, мяч, бревно и брусья

Кольца с ними рядом.

Перечислить не боюсь я

Множество снарядов.

Красоту и пластику

Дарит нам ... *(гимнастика).*

2) Здесь команда побеждает,

Если мячик не роняет.

Он летит с подачи метко

Не в ворота – через сетку.

И площадка, а не поле

У спортсменов в ... *(волейболе).*

3) В этом спорте игроки

Все ловки и высоки.

Любят в мяч они играть

И в кольцо его кидать.

Мячик звонко бьет об пол,

Значит, это ... (*баскетбол*).

4) В честной драке я не струшу,

Защита двоих сестер.

Бью на тренировке грушу,

Потому что я ... (*боксер*).

5) Очень трудно жарким летом

Пробежать его атлетам,

Много долгих километров

Пролететь быстрее ветра.

Путь не легок, назван он

Древним словом ... (*марафон*).

### **3 конкурс для капитанов – «Попади в корзину»**

Капитаны по очереди бросают по 5 мячей в баскетбольную корзину.

**Вед.:** А пока жюри подводит промежуточные итоги конкурсов ребята подготовительной к школе группы исполняют музыкальную композицию «*Физкульт – ура!*»

### ***Песня «Физкульт – ура!»***

***(Слова З. Петровой, музыка Ю. Чичкова)***

### **4 конкурс – «Самый ловкий папа».**

Проводится игра «Ловишки» со всеми детьми, присутствующими на празднике. Раздаются ленточки - «хвостики». Выигрывает папа, набравший больше хвостиков

**Вед.:** А пока жюри подводит промежуточные итоги, послушайте загадку:

«Толстяк живет на крыше,

Летает он всех выше!»

**Дети:** Это же Карлсон!

*Слышится жужжание и на площадку влетает Карлсон. В руках у него воздушные шары.*

**Карлсон:** Привет, друзья! Можно ли мне здесь приземлиться?

**Дети:** Да-а-а!

**Вед.:** Да, пожалуйста!

**Карлсон:** Друзья, а вы меня узнали?

**Дети:** Карлсон!

**Карлсон:** Правильно, меня зовут Карлсон!

*Карлсон здоровается с каждым ребенком за руку.*

**Карлсон:** Друзья, а для чего вы здесь сегодня собрались?

**Вед.:** У нас здесь сегодня спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья!» Мы бегаем, играем и разные упражнения выполняем.

**Карлсон:** Я тоже люблю спортивные праздники! Ведь самый лучший бегун в мире это кто?

**Вед.:** Кто?

**Карлсон:** Лучший в мире бегун – это Карлсон, который живет на крыше!

**Вед.:** Вот здорово! Тогда присоединяйся к нам!

**Карлсон:** С удовольствием! Я знаю очень веселую эстафету «Веселый пингвин!».

*Карлсон вручает каждой команде по воздушному шару.*

## **5 конкурс – «Весёлый пингвин»**

Ходьба с зажатым между коленями воздушным шаром.

1 этап: задание выполняет ребёнок.

2 этап: задание выполняет мама.

3 этап: задание выполняет папа.

**Вед.:** Здорово! Наши команды справились и с этим заданием.

*Карлсон предлагает всем участникам команд поиграть еще в одну эстафету «Сквозь игольное ушко»!*

**6 конкурс – «Сквозь игольное ушко».**

На расстоянии друг от друга раскладываем на полу 3 обруча. Каждый участник команды на бегу продевает обручи сверху вниз через себя и передает эстафету следующему.

**Карлсон:** Друзья, вы такие ловкие, у вас так весело и хорошо, но мне пора возвращаться домой...

**Вед.:** Карлсон, ты научил нас веселым эстафетам. Спасибо тебе за это большое! Прилетай к нам еще!

*Дети прощаются с Карлсоном.*

**Вед.:** А пока жюри подводит итоги последнего конкурса и наших соревнований, объявляю музыкальную паузу.

### ***Танец с ленточками***

*(танец исполняют дети подготовительной к школе группы).*

Жюри подводит итоги соревнований и называет команды-победители в номинациях: «Самая ловкая!» и «Самая быстрая!»

Награждение команд дипломами и медалями.

**Вед.:** Наш семейный праздник подошел к концу.

Пусть вам семейные старты запомнятся,

Пусть все невзгоды пройдут стороной,

Пусть все желания ваши исполнятся,

А физкультура станет родной!

Будьте здоровы, друзья!

*Под торжественный марш команды делают круг почёта и покидают спортивную площадку.*

## Текст песни "Физкульт-ура!"

на слова З. Петровой и на музыку Ю. Чичкова

Чтоб расти и закаляться  
Не по дням, а по часам,  
Физкультурой заниматься,  
Заниматься надо нам.

Припев:

И мы уже сегодня  
Сильнее, чем вчера.  
Физкульт-ура!

Нам пилюли и микстуру,  
И в мороз, и в холода  
Заменяют физкультура  
И холодная вода.

Припев.

Не боимся мы простуды,  
Нам ангины нипочем.  
Мы коньки и лыжи любим,  
Дружим с шайбой и мячом.

Припев.

Не боимся мы простуды,  
Нам ангины нипочем.  
Мы коньки и лыжи любим,  
Дружим с шайбой и мячом.