**Спортивный праздник, посвященный Дню Семьи-**

**« Мама, Папа, я – СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ!**

*Подготовила Калюжная О.А.*

ЦЕЛЬ:

Пропагандировать здоровый образ жизни, способствовать приобщению семьи к физкультуре и спорту;

Продолжать укреплять физическое и психическое здоровье детей, в содружестве с семьями.

ЗАДАЧИ:

Формирование здорового образа жизни семей дошкольников;

воспитание физической культуры и нравственной сплочённости семьи; развитие спортивных и двигательных умений и навыков у детей и взрослых; укреплять отношения между детским садом и семьёй; воспитание чувства коллективизма, сопереживание.

Ход праздника:

Вед:

Добрый вечер дорогие гости!

Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы посмотреть, какими мы выросли крепкими, здоровыми, сильными, ловкими.

Сегодня у нас не обычные соревнования, т.к. с нами будут соревноваться наши любимые родители.

Дети:

Мы приходим в детский сад, чтоб здоровье укреплять

Будем спортом заниматься, прыгать, бегать и метать!

Мы хотим быть смелыми, ловкими, умелыми, с нами детский сад друзья и Спортивная семья!

Вед:

Не скрою, каждый ребёнок хотел бы видеть сегодня своих родителей. Кто же они такие смелые?

Ну, что? Команды готовы?

Болельщики готовы?

Внимание! Внимание! Начинаем наши соревнования!

Строимся в две команды на старт!

1.Эстафета « Беговая»

1 - бежит ребёнок, встаёт в обруч, машет рукой,

2 - мама добегает, встаёт в обруч, машет рукой,

3 - папа добегает, берёт ребёнка за руку, мама - берёт ребёнка за руку и все вместе возвращаются к линии старта (кто, быстрей?)

2. Эстафета «С мячом»

1 - ребёнок кладёт мяч в обруч,

2 – мама, забирает мяч, бегом передаёт папе,

3 - папа уносит мяч в обруч и возвращается на линию старта, (кто, быстрей?)

3.Эстафета «Сороконожка»

1 - ребёнок оббегает финишный конус, возвращается,

2 - мама – также,

3 - папа также, ребёнок встаёт к папе на ноги, мама - берётся за пояс папы и все вместе оббегают финишный конус, возвращается на линию старта. (Кто быстрее? Не расцепиться!)

4. Эстафета «Смешарики»

1 - Ребёнок скачет на мяче, передаёт мяч родителям,

2 - родители, зажав мяч между собой, оббегают финишный конус, возвращаются на линию старта, мама – поднимает мяч вверх, папа – ребёнка.

5. Конкурс ПАП – (5 приседаний с ребёнком на спине, 5 отжиманий в упоре – лёжа, с ребёнком на спине). (Кто быстрее?)

6. Конкурс МАМ – упражнения на пресс, поднимание туловища 5 раз и бросок мяча, папа – ловит мяч.

7. Игра «Мышеловка» 2 - 3 раза.

Построение

Вед:

Пусть всё это только игра, но ею сказать мы хотели:

Великое чудо – СЕМЬЯ!

Храните её, берегите её!

Нет в жизни важнее цели!

Пусть вам семейные старты запомнятся,

Пусть все невзгоды пройдут стороной!

Пусть все желания ваши исполнятся,

А физкультура станет родной!

(Награждение, угощения)