**Соревнование- конкурс  «Папа, мама, я - спортивная семья!»**

Меня зовут Михайлова Анастасия Евгеньевна, я работаю инструктором по физической культуре в детском саду №142 г. Чебоксары. Я люблю детей и мы с ними весело проводим время на занятиях физкультурой. Предлагаю ознакомиться со сценарием спортивного мероприятия в детском саду. Целью данного мероприятия является: формирование здорового образа жизни  на основе примера родителей, воспитание чувства гордости за свою семью, уважения к родителям, вовлечение детей в систематические занятия физической культурой и спортом.

**Задачей мероприятия:** формирование здорового образа жизни, укрепление отношений между школой и семьей, вовлечение родителей в спортивную жизнь дошкольника.
**Участники:** команды, которые состоят из папы, мамы и ребенка.

**Место проведения**: гимнастический зал.
**Оформление:** стены гимнастического зала оформлены шарами, плакатами с девизом —«Всей семьей к здоровью», « Папа, мама, я- спортивная семья!»

**Оборудование:** мячи (большие), скакалки, обручи, шары,  2 ведёрка.

**Сценарий конкурса.**

Приветствуем всех, кто нашел время и пришел на наш семейный праздник «Папа, мама, я - спортивная семья!»!

**Инструктор.** Добрый день, дорогие друзья! Сегодня мы проводим соревнование -конкурс «Папа, мама, я - спортивная семья». И праздник у нас семейный, в котором будут принимать участие не только ребята, но и их родители.

Сегодня у нас первая семейная встреча, и это здорово, что у нас есть стремление подружиться друг с другом. Приятно видеть людей с доброй, приветливой улыбкой и счастливым взглядом. А если это семья – это приятно вдвойне. Мы с удовольствием познакомим вас с семьями.

Во все времена человек стремился к здоровому образу жизни, желая познать пределы своих возможностей, не боясь бросить вызов судьбе. И часто выходил победителем. А спорт это и есть: жизнь, здоровье, поиск, победа.

  Сегодня на ваших глазах разыгрываются семейные соревнования самых смелых и решительных, самых находчивых и веселых.

Но неважно, кто станет победителем в нашем, скорее шуточном состязании, а победитель обязательно будет, главное, чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника, атмосферу доброжелательности, взаимного уважения и понимания.

**1 ребенок** Посмотрите- ка, не зря
               мы собралися , друзья.
                Вместе с нами папы, мамы.
                Папы бросили диваны,
                Мамы бросили кастрюли
               И костюмы натянули.

 **2 ребенок**         Все хотят соревноваться,

 пошутить и посмеяться,

                силу , ловкость, показать

                и сноровку доказать!

**3 ребенок** Папа, мама, я – спортивная семья!

            Значит -дружная семья!

          И здоровая семья !

            Без движения ни дня!

           Папа, мама, я!

**4 ребенок** Этой встрече все мы рады

            Собрались не для награды,

           Нам встречаться чаще нужно!

            Чтобы жили все мы дружно !

**Ведущий.**И так сегодня звание самая спортивная и здоровая семья оспаривают команды: (Под музыку команды будут входить в спортивный зал.) Представление команд.

**Инструктор**: Для того чтобы перейти к основному соревнованию команды        должны разогреться и выполнить утреннюю гимнастику.

 (под музыку” Делайте зарядку”.)

**Инструктор**: Молодцы! Хорошая разминка укрепляет и закалке помогает.

Затей у нас большой запас,
И все они, друзья, для вас!
И сейчас без опозданья
Начинаем состязанье.

**Первый конкурс. «**Визитная  карточка»

(название команды, девиз) семейных команд.

**Инструктор:** Я не сомневаюсь, что визитные карточки наших команд – это их обаяние, остроумие, способности и талант, трудолюбие и, бесспорно, умение подать себя. Так посмотрим, кому это удастся лучше всех.
                  Пройти через болото может каждый!

                                    Но как пройти, чтоб ног не замочить?

                                    Весёлый смех, стремление к победе

                                    Помогут вам и гарантируют успех!
**Второй конкурс.** «Болото».

По сигналу мама должна начать проходить «болото», не замочив ног. У мамы для этого есть 3 листа. Перекладывая листы всё вперёд и вперёд, проходит болото. Выигрывает та семья, которая затратила на переход меньше времени.

**Инструктор:**  Когда идешь на штурм ты эстафеты,
                 Победа нам не очень — то видна.
                 Но все равно дойдем мы до победы,
                 Ни пуха вам, команды, ни пера!
**Третий конкурс**.   Эстафета «Переноска мячей».

(Каждый игрок команды добегает до стены, возвращается к команде, передаёт мяч следующему участнику: дети – один мяч, мамы два – мяча, папы три – мяча.)

**Инструктор.** С эстафетой справились отлично.
                  Быстро бегать — это всем привычно.
                  А теперь, попрыгаем, друзья,
                  Узнаем- кто самая прыгучая семья?
**Четвертый конкурс .** « Кто больше»

Прыжки с короткой скакалкой за 30 секунд. Суммируется количество прыжков всей команды.

**Инструктор.**  Видим мы со стороны
                  Команды в технике равны
                Взглянуть хотим мы побыстрей
                  Чьи капитаны пошустрей.
**Пятый конкурс.** «Конкурс капитанов».

Приглашаются капитаны команд**:**  На полу разложены шары (количество не ограничено). Капитаны команд должны садиться на воздушные шары так, чтобы они лопнули. Кто больше лопнет шаров, тот и выиграл.

 Да поможет нам ежедневная зарядка, которую мы делаем по утрам, да помогут нам наши прыжки, наклоны, приседания.

**Шестой конкурс:** « Самый ловкий папа !»

**Ведущий :**Ну-ка, папы, выходите !

                    Свою ловкость покажите !

                    На виду у всех детей,

                    Поймайте мячик поскорей!

**Правила игры** : Папа в ведро ловит мячики, которые по очереди бросают мамы и дети. Выигрывает  папа, который поймает наибольшее количество мячиков .

**Восьмой конкурс:**     « Дружные водохлебы .»

 А сейчас внимание! Заключительное соревнование !

 У наших семей есть шанс проявить сплоченность .

   **Правила игры** : мы предлагаем выпить500мл. вкусного сока через соломинку .Пить надо всем членам команды одновременно . Кто быстрее выпьет тот и победитель в этом конкурсе .)

Вручаются  грамоты и призы.)
**инструктор**

Всем спасибо за вниманье,
                 За задор и звонкий смех,
                 За азарт соревнованья,
                 Обеспечивший успех.

       Вот настал момент прощанья
       Будет краткой моя речь.
          Говорю я: «До свиданья!
       До счастливых новых встреч!»