

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 52 «Рябинка» комбинированного вида»

**Сборник методических разработок
семейных спортивных праздников
«Папа, мама, я – спортивная семья»**



Составители инструкторы по физической культуре:

Самойлова А.В.

Погадаева Н.И.

Верхняя Салда

2019

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 52 «Рябинка» комбинированного вида»

Методическая разработка семейных спортивных соревнований

«По морям, по волнам»



Составители инструкторы по физической культуре:

Самойлова А.В.

Погадаева Н.И.

Верхняя Салда

2019

Фанфары. 1 Марш - Выход команд.2

Добрый день, уважаемые родители, дети и гости! Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы убедиться, какими вы ребята выросли красивыми крепкими, здоровыми, сильными, ловкими. И еще мы пригласили ваших мам и пап, хотим посмотреть, как ваши родители будут соревноваться вместе с вами.

Также на нашем празднике будет настоящее жюри, которое будет оценивать вас. (*Представить жюри*)

- 1.
- 2.
- 3.

Итак, в нашем зале находятся 5 прекрасных команд. В каждой команде папа, мама и ребенок. Команды будут соревноваться в силе, ловкости, быстроте, смекалке и выносливости.

Ведущая: Команда, стройся! Идет отважный капитан, объездивший, видевший тысячу стран. Он поведет корабль наш через моря и океан.

Песенка о капитане (муз. И. Дунаевского)

Капитан: Слышу шум, веселье, пенье, стало лучше настроенье!

Сегодня мы с вами отправимся в путешествие, и каждая команда отправится на своем небольшом корабле, а название кораблю вы уже придумали сами. Давайте узнаем какое название дали команды своим кораблям. Все команды справились с заданием. Bravo! Прежде, чем отправиться в путешествие предлагаю немного размяться!!!

Разминка 4

Итак, каждый корабль под своим собственным, гордым названием и под своим парусом отправляется в путь. Поплыли. Название кораблю есть, а корабля нет.

И у нас **первое задание: построить корабль.**

(*Вся команда добегают до ориентира, складывают пазл с изображением корабля и затем строят его и всей командой возвращаются на линию старта*)

Корабли построены, отправляемся! Отдать швартовы! Поднять якорь! Полный вперед!

Второе задание: поднятие якоря.

(Капитан – папа, поднимает якорь, наматывая верёвку на палочку, затем снимает якорь, бежит до ориентира, возвращается обратно, передаёт якорь, следующему члену команды и т.д.)

Корабли только начали свой маршрут, а впереди их уже ожидают препятствия. Впереди по курсу рифы. Что же будем делать?

Я знаю, **корабль, через рифы**, нужно провести так, чтобы не задеть их. А это зависит от капитана корабля.

Это и будет **третье задание** для команд.

(Папам взяться руками за ноги детей, дети на руках идут между “рифами”-кеглями, кегли выставлены в ряд через равные расстояния, до ориентира, обратно возвращаются бегом на линию старта, передают эстафету маме. Мама идёт, как краб до ориентира, обратно возвращается бегом)

Ура, рифы уже позади, капитаны оказались очень опытными и корабли продолжают свой путь! Прямо по курсу - остров! Он называется, остров Сокровищ! Сокровища лежат на дне морском. Нам их нужно выловить, чем больше, тем лучше.

Это **четвёртое задание.**

(На дне разбросаны монеты, выловить по одной ртом, по очереди)

Сокровища найдены, стоит подумать о том, где их спрятать. И у нас есть надёжное местечко. Этим мы сейчас и займёмся.

Пятое задание – Жемчуга.

(По бутылке с узким горлом на каждую команду, по семь бусинок. Перед каждой командой ставят по бутылке с узким горлом. В одной руке папа должен зажать семь бусинок. Игра начинается по сигналу ведущего. Задача игроков — как можно быстрее опустить в бутылку все бусинки той рукой, в которой они зажаты (второй рукой помогать нельзя). Важно их не рассыпать. Если это вдруг случится, игрок должен снова взять все горошины в руку (включая те, которые уже внутри) и снова начать опускать их в бутылку.

Так что лучше не торопиться, опускать медленно, по одной. Папа возвращается в команду, бежит ребёнок, высыпает бусинки и возвращается в команду, передаёт бусинки маме. Мама выполняет так же как папа. Снова бежит ребёнок достаёт бусинки. Передаёт следующей семье)

Ну вот, сокровища надёжно спрятаны. Счастливые, с полными сундуками сокровищ, отправляемся дальше в путь.

Что-то беспокойно стало на море, наверное, надвигается шторм. Волны уже перехлестывают через борт, нам грозит верная гибель. Нужно как можно быстрее причаливать к берегу. Но вот беда, не успели. Все судна потерпели кораблекрушение, и все мореплаватели оказались на необитаемом острове. Весь экипаж в сборе, казалось бы, все хорошо. Но остров вдруг стало заливать водой. Нужно как можно быстрее **вывести своих детей на сухое, безопасное место. Это шестое задание.**

(Папы встают на четвереньки, дети садятся им на спину и доходят до отметки, мама ждёт уже у отметки, папа убегает на финиш, ребёнок встаёт к маме спиной на её ноги и идут до финишного ориентира, там папа и мама скрещивают руки садят ребенка и переносят, бегом до линии старта)

Наконец-то мы добрались до безопасного места. Но у нас новое препятствие на пути, нас атаковало гигантское морское чудовище, чтобы не оказаться у него в желудке, нужно его накормить.

Седьмое задание.

(Каждый участник по очереди подбегает к отметке и старается мячом попасть в пасть Горганопса)

Молодцы. Какие все смелые, спортивные, быстро справились с Чудищем.

И, в заключении последняя эстафета – дружный экипаж.

(Первый игрок, папа, бежит до ориентира берет обруч, возвращается берет второго игрока, маму, проделывают тот же путь, а потом и ребенка. Возвращаются все вместе, передают эстафету следующей семье)

Пока мы с вами здесь на острове соревновались, за вами приплыл корабль, который благополучно доставит вас до дома.

Вот мы и дома. Понравилось вам увлекательное путешествие?

(Ответы команд.)

Слово для подведения итогов предоставляется жюри.

Награждение команд.

Итак, дорогие друзья мореплаватели, сегодня мы избороздили весь океан, на своих парусниках, вдоль и поперек!

Прощаясь с вами, мы благодарим вас за то, что составили нам приятную и веселую компанию в этом необыкновенном путешествии. Мы желаем вам удачного дальнейшего плавания в море житейском! До свидания друзья!

Составители инструкций по физической культуре:

Самойлова А.В.

Погодина Н.В.

Версия 1.0

2018

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 52 «Рябинка» комбинированного вида»

Методическая разработка
семейных спортивных соревнований
«В ногу со спортом вместе с Забивакой»



Составители инструкторы по физической культуре:

Самойлова А.В.

Погадаева Н.И.

Верхняя Салда

2018

Ведущий: Добрый день, дорогие друзья! Здравствуйте мальчишки и девчонки, папы и мамы! Приветствуем все семьи. Привет болельщикам, которые будут переживать за семейные команды, и этим помогут победить! Сегодня самый замечательный праздник, сплочённых дружных семей! Уже стало доброй традицией ежегодно проводить праздник «Папа, мама, я – спортивная семья». И так, мы начинаем! Встречайте наши семьи дружными аплодисментами.

Под маршевую музыку заходят команды (№ 1)

Ведущий: Сегодня за победу в спортивных состязаниях будут бороться пять команд. Это те, кому лень сидеть у телевизора, они не портят глаза перед компьютером. Они – вечный двигатель, им не сидится на месте. Солнце, воздух и вода – их верные друзья. Настало время познакомиться с нашими семьями, которые примут, надеюсь, активное участие в нашем конкурсе.

Знакомство с командами

Ведущий: Ну, а раз у нас соревнования значит и должно быть жюри строгое и справедливое. Разрешите представить многоуважаемое и компетентное жюри.

Главный судья соревнований:

Ну что ж, все в сборе, можно начинать нашу конкурсную программу.

Ведущий: предлагаю отгадать загадку:

Он забавнейший Волчишка:

В белой майке и штанишках.

Хитрый и немного гордый,

Правит он сегодня спортом.

Он ни Кошка, ни Собака.

Символ Матча – ЗАБИВАКА.

Ведущий: Встречайте, ребята и взрослые, гостя наших Игр - Забиваку.

[Забивака - официальный талисман Чемпионата мира по футболу FIFA 2018,](#)

который в первый раз проходил в нашей стране!

Звучит музыка, появляется Забивака

Забивака: Здравствуйте, мои друзья!

Очень рад вас видеть я!

Я – спортивный забияка

Мое имя - Забивака!

Я волчонок, хоть куда,

Не страшны мне холода!

Утром бодро просыпаюсь

Водой холодной обливаюсь,

На зарядку выхожу

И со спортом я дружу!

А вы, ребята, дружите со спортом?

Дети: Да!

Забивака: Вижу, вижу – все здоровы! К состязаниям готовы?

Ведущий: Конечно, готовы, уважаемый Забивака! Мы каждое утро делаем зарядку, съедаем всю кашу, закаляемся и дружим со спортом.

Забивака: Ну, все готовы? Тогда, на старт!

Ведущий: Не торопись Забивака, скажи, пожалуйста, а с чего ты начинаешь своё утро?

Забивака: Конечно же, с утренней зарядки!

Ведущая: Молодец, ты правильно начинаешь свой день. Вот и сейчас я предлагаю нашим командам начать наш праздник с разминки. Забивака, ты мне поможешь?

Забивака: С удовольствием!

Разминка для команд.

Ведущая: Ну, а после утренней зарядки, что же ты делаешь следующим?

Забивака: Конечно же, завтракаю, вкусной и полезной едой!

Ведущая: Я думаю, что наши семьи делают то же самое. Ну и, конечно же, мама и папа всегда стараются накормить наших малышей вкусной и полезной едой. А они капризничают и не хотят есть, а мамам и папам приходится их уговаривать. А сегодня мы попробуем поменять местами детей с взрослыми. И так, у нас первый конкурс.

1. Конкурс «Семейный завтрак» (участвует вся команда)

Папа прыгает через обручи, садится на стульчик в конце полосы. Мама прыгает через обручи, надевает на папу нагрудник, возвращается обратно. Ребенок бежит, разворачивает конфету и кормит ей папу, затем папа с ребенком убегают обратно.

Ведущая: Молодцы, вот такие семейные завтраки проходят у наших семей. Забивака, скажи, пожалуйста, а в детский сад ходишь?

Забивака: Да, конечно же, я очень люблю ходить в детский сад.

Ведущая: Сейчас мы посмотрим, как же наши семьи добираются до детского сада.

2. Конкурс «Папамамамобиль» (участвует вся команда)

Папа подсаживает ребёнка на плечи, мама открывает зонтик и держит его над ними и таким образом они бегут до ориентира и обратно.

Ведущая: Да, видно, слаженно работают наши родители. А когда папы уходят на работу, дети в детском саду, нашим мамам тоже некогда скучать. Они принимаются за выполнение домашних дел. Сейчас объявляется конкурс для наших мам.

3. Конкурс «Генеральная уборка» (участвуют мамы)

Мама встаёт одной ногой в таз, в руку берет веник, перед веником кладётся кубик. В таком положении она должна двигаться до ориентира и обратно, подталкивая веником кубик. И обратно таким же образом.

Ведущая: Наши соревнования продолжаются. А что же умеют наши папы. Забивака, ты хочешь об этом узнать?

Забивака: Очень интересно!

Ведущая: Наши папы лучше всех умеют ходить за покупками.

4. Конкурс «Поход в супермаркет» (участвуют папы)

Под каждой рукой у пап по мячу, третий мяч зажат между коленями. Таким образом, необходимо дойти до ориентира и обратно.

Наши родители трудолюбивы — и дети не ленивы. А ещё наши семьи совместно могут выращивать полезные для организма овощи? И сейчас мы посмотрим, как они это делают!

5. Конкурс «Посадка овощей» (участвует вся команда)

В руках у детей маленькое ведро, в котором находятся четыре «лунки» и «овощи». По сигналу ребенок бежит и раскладывает «лунки», обегает указатели — ориентиры и, вернувшись к маме, передает ей ведро. Мама бежит с ведром в «огород» и раскладывает урожай в каждую «лунку», обегает указатель — ориентир и быстро возвращается к команде. Папа, получив ведро от мамы, бежит в «огород» и собирает «овощи» из каждой лунки, обегает указатель — ориентир, и, возвращаясь к команде, по пути собирает «лунки». Передаёт ведро следующей семье.

6. Конкурс «Большая стирка» (участвует вся команда)

На натянутую веревку ребенок поочередно вешает прищепки, мама - платочки, папа снимает платки и прищепки. Побеждает команда, выполнившая задание за минимальное количество времени. Прищепки и платки вешать и снимать по 1 штуке.

Ведущая: Так же наши семьи часто вместе ходят в гости. И мы сейчас посмотрим, как у них происходит процедура сбора.

7. Конкурс «Собираемся на день рождения» (участвует вся команда)

Папа бежит до стула, берёт, надевает на себя галстук, возвращается обратно. Мама бежит, надевает на себя бусы и шляпку, берёт сумочку и бежит обратно. Ребёнок бежит, надевает кепку и бежит обратно. Затем все вместе, взявшись за руки, бегут до ориентира, снимают с себя все атрибуты и возвращаются обратно, передают эстафету следующей семье.

Музыкальная пауза.

Жюри готово объявить результаты. И так.... наступает самый ответственный момент-- награждение участников. Слово предоставляется председателю жюри.

Слово жюри. Подведение итогов конкурсов. Награждение команд.

Забивака: Всем спасибо за внимание,
За задор и звонкий смех,
За азарт соревнований,
Обеспечивший успех!
Вот настал момент прощанья,
Будет краткой наша речь.
Говорим мы: «До свиданья,
До счастливых новых встреч!»

Составители инструкций по физической культуре:

Самойлова А.В.

Погодаева Н.И.

Вероника Салда

2019

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 52 «Рябинка» комбинированного вида»

Цель: создание благоприятных условий для приобщения детей старшего дошкольного возраста и их семей к здоровому образу жизни средствами физкультуры и спорта.

Методическая разработка семейных спортивных соревнований «Космическое путешествие»



Составители инструкторы по физической культуре:

Самойлова А.В.

Погадаева Н.И.

Верхняя Салда

2019

Космическое путешествие

(Мама, папа, я – спортивная семья)

Цель: создание благоприятных условий для приобщения детей старшего дошкольного возраста и их семей к здоровому образу жизни средствами физической культуры и спорта.

Задачи:

- поддержка и поощрение занятий спортом детей и родителей дошкольных образовательных учреждений;
- пропаганда здорового образа жизни и демонстрация возможностей и достижений выпускников дошкольных образовательных учреждений в области физического развития на городском уровне;
- развитие физических качеств и физической подготовленности у детей дошкольного возраста;
- активизация деятельности руководителей, педагогов, детей и их семей в дошкольных образовательных учреждениях по организации массовых спортивных мероприятий.

Звучат фанфары (трек 1)

ХОД ПРАЗДНИКА

ВЕДУЩИЙ:

Космос манит и зовет

Все человечество в полет!

Мечтают в космос полететь

И взрослые и дети.

Осуществится пусть мечта

На всем огромном свете.

Космические корабли на старт отправьте быстро,

И пусть приветствует Луна космических туристов!

Выход команд. Марш (трек 2)

На фоне музыки (трек 4) звучат слова:

Ведущий: С самых давних времен люди смотрели на небо и задумывались о том, как бы подняться выше облаков и узнать, что же там. Сегодня и мы отправимся в увлекательное путешествие.

Сегодня вы станете свидетелями космического путешествия пяти экипажей. И пусть это не настоящий космический полет, но ведь возможно, что юные спортсмены поведут корабли к другим планетам.

Трек 3 (№12 с диска – выступление Ушхвантров) - Появляются инопланетяне с палками-антеннами (надувные длинные шары) в руках ...расходятся по залу, изучают обстановку.

1 Инопланетянин: Прием, прием, куда мы попали? Видим небольшие неопознанные объекты, они шевелятся, приступаем к исследованию (стучат надувной палкой по плечам, коленкам детей, взрослых)

2 Инопланетянин: У объектов есть устройства обработки информации (показывает на голову, по бокам две антенны - показывает на уши, исследуем память)

Ведущий: Ребята, да это же настоящие инопланетяне, давайте поприветствуем их. (Здороваются)

1 Инопланетянин: Объекты выходят на контакт, включаем переводчики. Здравствуйтесь, земляне. Только на нашей планете здороваются по-другому: касаются носиками, хвостиками, касаются руками щёчек, поднимают руки вверх и произносят ку-у-у! (Дети приветствуют друг друга как инопланетяне, и как земляне жмут друг другу руки.)

Вед: Здравствуйтесь, все правильно. Мы – земляне, а вы пришельцы из космоса?

2 Инопланетянин: Ха-ха-ха, какие мы пришельцы, мы прилетельцы, по космосу пешком не походишь. Я – Ушхвантр, а это мой друг – Призурик.

Вед: Как вы к нам попали?

1 Инопланетянин: Очень просто. Сначала на звездолете прилетели на вашу планету Земля, а потом прикатали сюда на звездном велосипеде. Правда, пришлось его оставить на улице, в дверь не прошел, слишком огромный! На нашей планете на малые расстояния все передвигаются только так.

Ведущий: Вы прилетели к нам вовремя. Сегодня мы отправляемся в далёкое космическое путешествие, в неизведанные дали. Согласитесь быть помощниками в нашем путешествии?

1Инопланетянин и 2Инопланетянин: Конечно, согласны. Экипажи готовы? Представьтесь, пожалуйста. **Название команды, девиз.**

На протяжении всего полета, за работой наших экипажей будут наблюдать и оценивать – центр управления полетами – наше жюри.

(приветствуем их аплодисментами)

Вед: Чтобы стать членом космического экипажа надо иметь хорошую космическую подготовку.

Трек 33-34 (диск 1) Разминка

1. Испытание «Строим ракету» (участвует вся команда)

Собрать из мягких модулей космический аппарат по образцу.

(модули не должны упасть). Все взрослые участники по очереди несут детали ракеты до ориентира, после того, как все детали окажутся на месте, бегут одновременно все дети строить ракету.

Внимание! До старта осталось 10 секунд, давайте считать все вместе: 10,9,8,7,6,5,4,3,2,1. Старт!

2. Испытание «Посадка в ракету»

Участвует вся команда. Каждый участник команды по очереди пролезает в обруч, занимает место в ракете. Следующий участник начинает двигаться, только тогда, когда предыдущий участник занял своё место в ракете. (Садятся на пол)

3. Испытание «Кольца Сатурна»

Мы пролетаем планету Сатурн. Сатурн – одна из красивейших планет солнечной системы, окруженная гигантскими кольцами.

Двигаясь до ориентира и крутя кольцо на кисти руки, бросить его на кольцеброс с 2м (ребенок). Крутя обруч на талии, дойти до ориентира, обогнуть и обратно (мамы). Прыгая через обруч, дойти до ориентира, обогнуть и обратно (папы).

4. Испытание для пап

Как, известно, чтобы полететь в космос, необходимо отличное развитие вестибулярного аппарата. Сейчас мы это и проверим.

Папы поочерёдно садятся на мяч - прыгун, им завязывают глаза. Под музыку они двигаются вперед, останавливаются по команде, делают поворот на 540 градусов, а затем возвращаются на свое место.

5. Испытание посвящается женщинам космонавтам (мамы)

Мама выполняют прыжки через скакалку до ориентира и обратно.
(ориентир огибают)

6. Испытание «Луноход»

Ребенок ложится на 3 мяча $d = 25$ см, руками отталкивается от пола и передвигается вперед. Мама и папа переставляют мячи из-под ног – вперед, под грудь.

7. «Собери Большую медведицу»

Собрать из вырезанных звезд созвездие «Большая медведица».

(Вся команда)

Игра: «Космонавты» для всех. Трек 2 – Всё готово для полёта

Правила: Посередине площадки космонавты, взявшись за руки, ходят по кругу, приговаривая:

“Ждут нас быстрые ракеты

для прогулок по планетам.

На, какую захотим, на такую полетим!

Но в игре один секрет: опоздавшим, места нет!”

С последним словом дети опускают руки и бегут занимать места в ракете. «Ракеты» - это стульчики, расположенные по кругу.

Те, кому не хватило ракеты, садятся на места.

Очень рада я за вас сегодня,

И совет такой вам дам –

Занимайтесь физкультурой,

По утрам и вечерам!

А за праздник наш веселый

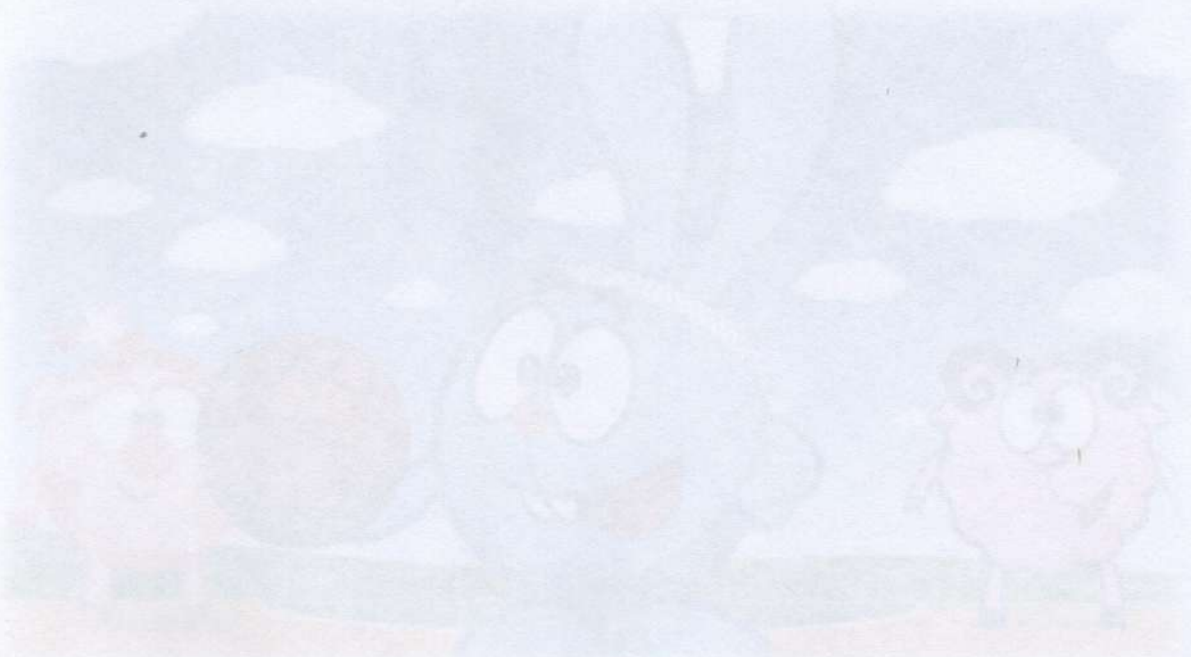
Я вас всех благодарю,

И медали замечательные

Вам на память подарю!

Подведение итога соревнований, вручение грамот.

Инопланетяне: Нам пора. Наступило время вернуться на нашу родную планету. До свидания, дорогие ребята, мы надеемся, что вы все будете так замечательно заниматься спортом, а, когда вырастите, то захотите принять участие в раскрытии тайн космоса.



Составители инструкторы по физической культуре:

Самойлова А.В.

Погодина И.И.

Верхняя Салда

2016

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 52 «Рябинка» комбинированного вида»

Методическая разработка
семейных спортивных соревнований
«Смешарики дружат со спортом»



Составители инструкторы по физической культуре:

Самойлова А.В.

Погадаева Н.И.

Верхняя Салда

2016

Веселые старты

«Папа, мама, я - спортивная семья – 2016»

Звучат фанфары трек №1

Здравствуйте, уважаемые мамы, папы и дети! Здравствуйте, гости и болельщики! Сегодня мы собрались на спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья».

И неважно кто победит в этих соревнованиях, главное, чтобы мы почувствовали атмосферу праздника.

Под музыку заходят команды трек № 2 Неразлучные друзья

Выход Смешариков трек № 3 с диска

Н – смотри Крош, сколько ребят и взрослых. А что вы тут делаете?
Дети....

К и Н - привет, привет! Мы рады приветствовать всех! Зрителей, болельщиков!

К – Ой, Ньюша, посмотри, сколько здесь пап!

Вот они наши мужественные, закаленные, спортивные папы! Не всякий выдержит перегрузки традиционного мужского троеборья: футбол, телевизор, диван. Но они не сдаются. Все они перед нами – слегка бодрые, местами подтянутые, кое-где собранные, но не побежденные и даже в чем-то непобедимые, а в чем именно, мы узнаем позже.

Реб

Самый лучший папа - мой!

Он пришел в спортзал со мной.

Хочет папа победить,

Хочет маму удивить.

Спорт смотрел он на экране,

Лежа на большом диване,

А теперь он вместе с нами

На радость мне, на радость маме.

К - Аплодисменты нашим папам.

Н – а вот и наши мамы. Они всегда в форме. Дают знать о себе постоянные тренировки в женском троеборье: плита, бег по магазинам, стирка. И мы уверены, что сегодня именно они будут задавать тон своим командам в соревнованиях.

Ребенок: Мама подвиг совершила,

Кухню временно забыла.

Фартук бросила, ведро.

Мне сегодня повезло.

Папа тоже молодец:

Мне сказал, что он- боец!

Будет здесь сражаться он,

Ведь мой папа – чемпион!

Н - Аплодисменты нашим мамам.

К - И наконец, капитаны команд – наши дети! Это они еще с пеленок объединяют своих родителей в такую замечательную команду. Ставя перед ней все новые и новые задачи, постоянно повышая нагрузку.

Ребенок:

Маму я не подведу

И к победе приведу.

Папочка поможет мне

В эстафете и в игре,

Потом что мы всегда-

Очень дружная семья.

Н - В наших состязаниях принимают участие самые смелые, отважные и находчивые семейные команды. Давайте с ними познакомимся!

Представление команд.

К - Разрешите вашему вниманию представить компетентное жюри:

- 1.
- 2.
- 3.

К и Н – Внимание! Внимание! Начинаем наши соревнования!

1. Эстафета «Быстрые ноги» (участвует вся команда)

Пробежать змейкой с двумя мячами в руках между четырьмя положенными на пол обручами, обогнуть стойку и вернуться тем же способом. Мячи передаются следующему участнику.

2. Эстафета «Репка» (участвует вся команда)

Родители - дед, бабушка, Жучка, внучка, кошка и мышка. У противоположной стены зала 3 стульчика. На каждом стульчике сидит репка - ребенок в шапочке с изображением репки. Игру начинает дед. По сигналу он бежит к репкам, обегая «кочки» змейкой, обегает их и возвращается, за него цепляется (берет его за талию) бабушка, и они продолжают бег вдвоем, вновь огибают репки и бегут назад, затем к ним присоединяется внучка и т. д. В конце игры за мышку цепляются первая репка, ее доставляют на старт. и бегут за второй и т.д. Выигрывает та команда, которая быстрее вытянула все репки.

3. Эстафета «Салют» (Участвуют дети)

По всему залу разбросаны шарики четырех цветов. Каждая команда по сигналу собирает шарики своего цвета в короб. Собрав все шарики, команда строится на линии старта. Кто быстрее соберет все шарики.

4. Эстафета «Прыжки на фитболах (хопах)» (участвует вся команда)

Каждый участник прыгает на хопках до стойки, огибает ее и прыгает обратно, передает эстафету следующему участнику.

Загадки

5. Эстафета «Меткий глаз, точная рука» (участвует вся команда)

Каждый член команды набрасывает кольцо (обруч) на стойку. Подсчитывается общее число попаданий.

6. Эстафета «Ловкая пара» (участвуют родители)

Нужно пронести мяч, удерживая его лбами, став напротив друг друга, до флажка и обратно, передав эстафету следующей паре.

7. Эстафета «Белка несущая орехи» (участвует вся команда)

Каждый участник, держа в руках мяч, прыгает и обруча в обруч на двух ногах, оставляя мяч в последнем обруче «дупле», возвращается обратно, передает эстафету следующему участнику. Какая команда быстрее перенесет все «орехи» в «дупло».

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 52 «Рябинка» комбинированного вида
Методическая разработка
спортивных соревнований
портал с Клепой и Ириской»

Провели мы состязанья
И желаем на прощанье
Всем здоровье укреплять,
Мышцы крепче накачать,
Телевизор не смотреть,
Больше с гирями потеть.
На диване не лежать
На скакалочке скакать.
Папам, мамам мы желаем
Не стареть и не болеть.
Больше спортом заниматься,
Чувство юмора иметь.

Крош:

Спасибо, друзья! Весело провели время. У нас для вас сюрприз – любимое лакомство Смешариков – круглое и на палочке. (Смешарики раздают угощение детям) **трек любой**

Слово предоставляется председателю жюри

Награждение команд.

Под песню «Самая спортивная семья» выходят из зала.

Составители, инструкторы по физической культуре:

Самойлова А.В.

Потапова Н.Н.

Верхняя Салда

2016

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 52 «Рябинка» комбинированного вида»

Методическая разработка
семейных спортивных соревнований
«Репортаж с Клепой и Ириской»



Составители инструкторы по физической культуре:

Самойлова А.В.

Погадаева Н.И.

Верхняя Салда

2016

Звучат фанфары. Звучит маршевая музыка. Команды заходят в спортивный зал.

Добрый вечер, дорогие дети, уважаемые мамы, папы и гости! Мы начинаем наш праздник «Папа, мама, я – спортивная семья».

Звучит весёлая музыка, выходят клоуны Клёпа и Ириска.

1.Здравствуйте, здравствуйте, здравствуйте!

2.Сегодня мы ведём репортаж с самых интересных и захватывающих...

2.Самых сложных и ответственных...

2.Самых главных соревнований сезона, которые называются...

1. Чемпионат мира по гимнастике?

2. Нет, ещё интереснее...

1. Чемпионат мира по лёгкой атлетике...

2. Ещё динамичнее...

1. Кубок УЕФА по футболу?

2. Да нет же. Хотя здесь будет так же жарко, как и на поле во время финального матча! А называются наши соревнования

«Папа, мама, я – спортивная семья».

1. Итак, сегодня звание «Самых спортивных семей» оспаривают команды детских садов.

2. Команды готовы к приветствию?

1. Команды представлены.

А сейчас мы представляем компетентное жюри, в составе которого

1. Представляем слово жюри.

2.

3.

4.

2. И в зале находятся ваши болельщики. Давайте громко похлопаем, теперь потопаем. Молодцы!

1. Сияет солнышко с утра,

И мы готовились заранее!

Что ж, начинать уже пора

Весёлые соревнования!

1 эстафета «Олимпийские кольца»

Папа, ребенок, мама строятся в колонну друг за другом. У папы в руках конус. По сигналу судьи он бежит с конусом и кладет его за линию, расположенную на расстоянии 6-8 метров от линии старта. После финиша папы, стартует ребенок с обручем и кладёт его рядом с конусом. Потом мама бежит и ставит флажок в конус. Затем снова бежит следующий папа с «олимпийским кольцом» и кладёт его в большой обруч. Затем ребенок и мама поочередно выкладывают правильно эмблему Олимпиады в большом обруче. Последний стартующий добегают до конуса и хлопают хлопнушку. Победителем считается команда, первой правильно выполнившая задание. Мама, на своем последнем этапе, может поправить обручи и правильно выложить эмблему!

2. Кто без рук и без ног

Самый лучший прыгунок?

Он и прыгает и скачет, ушибётся – не заплачет.

И мы переходим к следующей эстафете «Тройной прыжок» Будем прыгать так же пружинисто и далеко, как мячики.

Проводится три прыжка. Сначала прыгает от черты ребенок (одна попытка), (судьи делают замер по пяткам). С этого места прыгает мама (встав перед чертой – две попытки), потом папа (2 попытки). Фиксируется лучший результат в каждом прыжке и в конце вся длина прыжков.

Длину прыжка определяют по пяткам (или поставленным сзади рук).

1. Предоставляем слово жюри.

А у нас следующая эстафета «Хватай не зевай»

На стартовой линии лежит обруч ($d=60$ см), на расстоянии 6 метров лежит обруч с предметами. Все участники по очереди (ребенок, мама, папа) за 2 минуты должны

перенести из одного обруча в другой максимально возможное количество предметов. За один раз можно взять только один предмет. Если после финального свистка предмет находится в руках, то предмет засчитывается участникам.

2. Клёпа, спорт и движение самое лучшее средство от болезней, жизненных неурядиц, депрессии.

1. Я тоже знаю очень хорошее средство от депрессии! Это музыка! Плохое настроение быстро улетучится! А если к музыке прибавить ритмичные движения, то оно улетучится буквально за секунду!

Итак, нам поднимают и без того отличное настроение «Весёлые ковбои» Танец.

2. А мы продолжаем наши соревнования.

Эстафета «Челночный бег»

На линии старта лежат три мяча. От стартовой черты удаленностью 4 м, 7 м и 10 метров лежат три обруча. Ребенок переносит мяч (переносит по одному мячу) в первый обруч, затем во второй и третий обручи. Возвращается к команде. Следующей бежит мама и собирает мячи (по одному) из обручей возвращая их к стартовой линии.

Папа бежит и раскладывает мячи таким же образом, как и ребенок, возвращается к команде бегом. Вторая семья: ребёнок собирает, мама раскладывает, папа собирает. Третья семья: ребёнок раскладывает, мама собирает, папа раскладывает.

Примечание: обруч №1, тот, который ближе к старту.

1. Предоставляем слово жюри.

2. Если хочешь стать умелым,

Ловким, быстрым, сильным, смелым

Научись любить скакалку,

Мячик, обручи и палку.

Итак, мы подошли к следующей эстафете

«Самый быстрый»

1. Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора.

Крики: «Шайбу», «МИМО», «бей» -

Значит там игра - ...

Как вы уже догадались, наша следующая эстафета называется «Хоккей»

За стартовой линией ребенок сидит на хопе. По сигналу ребенок прыгает на мяче «хоп» огибая конусы, стоящие в шахматном порядке (6 штук). Последний конус огибает и возвращается к команде по прямой на «хопе».

Мама прыгает через скакалку с продвижением вперед между 6 конусами (расстояние между конусами 2 метра). Возвращается обратно прыжками через скакалку по прямой.

Папа выполняет футбольное ведение мяча между конусами. Обводит последний конус и возвращается, ведя мяч, по прямой. Расстояние между конусами по прямой 4 метра.

Примечание: первым бежит ребенок, вторая бежит мама, третьим бежит папа. Шайба лежит на стартовой линии. Ключка передается в руки. Обязательно шайбу довести до линии – не бросок.

Итак, объявляются итоги конкурса «Папа, мама, я – спортивная семья!»

2. Всем спасибо за участие,
За поддержку в трудный час.
Пусть устали вы отчасти,
Но приятно видеть вас
Вместе, рядом, мама с папой,
Сын иль дочь, к плечу плечо.
Что еще для счастья надо,
Коль здоровье дарит спорт?!
Коль в семье любовь и лад?!..
Будьте счастливы всегда!
До новых встреч!