

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.