

# Папа, мама, я - спортивная семья!

## **Цели и задачи мероприятия:**

Развивать интерес у детей к физической культуре, понимание значения спорта в жизни человека. Воспитывать у родителей и детей интерес к совместному проведению досуга. Показать родителям уровень физической подготовки их детей.

## **Ход мероприятия:**

**Ведущий:** В мире нет рецепта лучше

Будь со спортом не разлучен,

Проживешь до ста ты лет-

Вот и весь секрет!!

*Под музыку марша выходят команды – родителей и детей.*

Спорт-это залог трудовых побед, хорошего настроения и отличного здоровья .

Заниматься культурой полезно , веселой физкультурой – вдвойне.

Сегодня мы рады приветствовать дружные спортивные семьи.

По плечу победа смелым

Ждет того большой успех,

Кто ,не дрогнув, если нужно,

Вступит в бой один за всех.

Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит.

Кто окажется дружнее,

Тот в бою и победит

**Ведущий:** Оценивать успехи будет жюри (очки- в картофелину вставляют жюри).

## **Конкурс «Строим дом»**

Каждый участник прикрепляет к стене часть дома: крышу, стену, ступеньки, два окна, трубу (детали дома сделаны из бумаги).

## **Конкурс «Вместе весело шагать»**

Взрослые по очереди катят сразу три мяча, дети несут по три мяча.

### **Конкурс «Уборка мусора»**

Надо навести порядок в доме:

Подметем, пропылесосим,

Вытрем пыль и я, и ты

Добиваемся всегда мы

Превосходной чистоты

По сигналу участники с веником метут кубики, по отметке, заматают их на савок и бегом возвращаются к месту старта.

### **Конкурс «Яичница»**

Участники несут теннисные шары до отметки. Последний участник несет все шары в сковородке.

### **Конкурс «Активный отдых»**

Эстафету начинают папы. По сигналу они ведут клюшкой шайбу, обводят стойки доходят до поворотной отметки, и возвращаясь обратно, передают эстафету. Мамы крутят обруч.

### **Конкурс «Дружная семья»**

Ведущий: Раз, два, три, четыре.

Кто живет у нас в квартире?

Семья, взявшись за руки, бежит до отметки, и возвращаются назад.

### **Конкурс болельщиков «Пойду ль я, выйду ль я...»**

Бег в штанах- мешках.

### **Конкурс «Кенгуру»**

По команде «Марш!»- капитан прыгает на двух ногах с мячом, зажав колено до первого флажка.

### **Конкурс «Переправа по «кочкам»».**

Надо пройти через «болото» по «кочкам» до повторного флажка 10 метров, перекладывая

«кочки» и наступая на них одной ногой. Оступаться нельзя - штраф 1 очко. От флажка, подобрал «кочки» бегом к маме - передать «кочки».

### **Ведущий:**

В спорте, как в жизни, все течет, все меняется. Одни чемпионы сменяют других, новые соревнования приходят на смену старым. Спорт - это не только рекорды. Это прежде всего стартовая площадка в страну здоровья, бодрости и хорошего настроения.

Провели мы состязанья  
И желаем на прощанья  
Всем здоровье укреплять  
Мышцы крепко 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.

*Подведение итогов соревнования*

Ведущий: Спорт помощник!

Спорт - здоровье!

Спорт - игра!

Физкульт - ура!!!