**«Папа, мама, я — спортивная семья!»**

Конспект спортивных соревнований, посвященных Дню семьи.

**Цель:** пропаганда здорового образа жизни, формирование  семейных ценностей.

**Задачи**: доставить детям и взрослым радость от взаимодействия друг с другом в двигательно-игровой деятельности, способствовать эмоциональному сближению в семьях;

обогащать у детей двигательный опыт, развивать силу, ловкость, быстроту, выносливость;

воспитывать чувства взаимопомощи, поддержки, единения в семьях.

 **Форма проведения:** эстафеты

 **Ход соревнований:**

**Ведущий:** Мальчишки и девчонки, а так же их родители!

На весёлый стадион спортивный скорее поспешите вы!

Здесь будут состязания детишек, пап и мам,

Кто будет победителем, потом расскажем вам.

Сегодня, в День семьи, за победу в спортивных состязаниях будут бороться 7 команд. Это те папы, мамы и дети, 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. Поприветствуйте друг друга дружными аплодисментами!

*Представление команд.*

**Ведущий:** А оценивать наши соревнования будет компетентное жюри в лице заедующих детских садов:

Ф. И. О. – считает, что лучший семейный отдых – это спорт!

Ф. И. О. – уверена, что, если не бегаешь, пока здоров, побегаешь, когда заболеешь!

Ф. И. О. – знает, какое нужно иметь здоровье, чтобы стать настоящим болельщиком!

**Ведущий:** В спорте существуют свои законы, и все должны поклясться выполнять их.

*Клятва*

Не жалеть ни рук, ни ног, растрясти чуть-чуть жирок,

Чтоб быстрее черепахи бегать ты сегодня мог. Клянёмся!

Честь команды защищать и доверье оправдать.

Ну, а если проиграем, всё равно не унывать! Клянёмся!

Маме с папой помогать – где держать, а где толкать,

И соперникам подножку ни за что не подставлять! Клянёмся!

А болельщикам – сидеть и прилежно так болеть:

Топать, хлопать и свистеть, но не здОрово шуметь. Клянёмся!

**Ведущий:** В каждой дружной семье так же есть свои законы, устои и традиции. Я думаю, что каждое утро в семье начинается? (с зарядки) И я предлагаю начать соревнования с разминки! Скоро лето все мечтают об отдыхе у моря, поэтому разминка будет морская.

**Разминка для команд под музыку. «Морская»**

**Ведущий:** А пока есть время до отпуска, предлагаю провести один день в семье. У каждой семьи есть дом. И начнём мы с постройки вашего семейного гнёздышка.

**1 эстафета. «Построим дом».**

*На линии финиша расположены столы с наборами кубиков. Члены команд по очереди бегут, перепрыгивая через препятствия. Затем все вместе строят дом.*

**Ведущий:** У каждого члена семьи есть свои обязанности. Давайте посмотрим, как они с ними справляются.

Ни для кого не секрет что мебель имеет свойство ломаться, вот и у нас детки покачались на стульчиках, и они сломались. Но мы уверены, что наши мастера папы быстро их починят.

**2 эстафета «Собери стул».**

*Папы собирают стулья. (Набор детского конструктора)*

**Ведущий:** Пришла пора собирать детей в детсад. Легче родителям мальчиков, а мамам дочек нужно заплести им красивые косички.

**3 эстафета «Заплети косичку»**

*От каждой команды участвуют по 4 человека. Один (ребёнок) становится перед командой, держа в руках 3 толстых верёвки длиной два метра. Остальные участники команды (дети и взрослые) должны заплести косичку из верёвок, перебегая с места на место. Мамы завязывают бант.*

**Ведущий:** Теперь всё готово, и можно отвести ребёнка в детский сад. Предположим, что дети могут добраться самостоятельно на «Детскосадовском автобусе», ну как на школьном школьники.

**4 эстафета «Детскосадовский автобус»**

*Дети катят перед собой «автобус» или «троллейбус» (мягкие модули на колесиках) змейкой между стойками кто быстрее.*

**Ведущий:** Детей отправили, пора самим на работу или по делам. Можно отправиться, например в фитнес-центр.

**5 эстафета «Фитнес - центр».**

*Папа сажает (ставит) маму на скейт, везёт до ориентира, по прямой. На обратном пути участники меняются местами, т. е. мама везёт папу.*

**Ведущий:** Ну вот, родители зарядились энергией. Сейчас у них есть минутка отдыха, а мы посмотрим, как живут и чем занимаются дети в саду. Они играли мячами и рассыпали их по всей группе. Объявляется конкурс на скоростной сбор мячей.

**6 эстафета «Собери мячи своего цвета» (для детей)**

*На площадке рассыпаны мячи, на старте стоят корзины. По команде все дети одновременно при помощи «робо-руки» собирают мячи заданного цвета и несут в корзину. Побеждает команда, быстрее сделавшая это и не допустившая ошибок.*

**Ведущий:** Дети молодцы, не подвели свои команды. А когда приходит выходной наши семьи, дружно играют дома в разные интересные игры. Предлагаем поиграть.

**7 эстафета «Меткий стрелок – ловкий папа».**

*Мама и дети по очереди прыгают через «классики» до корзинки с мячами. Затем, забрасывают мячи папе. Папа при помощи штанов на обруче, ловит шарики, которые бросают ребенок и мама. Выигрывает папа, поймавший большее количество шариков.*

**Ведущий:** Как слаженно и ловко справились с заданием. Пролетели уже полдня, проведённых в ваших дружных семьях. Пора командам передохнуть. Предлагаю игру «Отгадай ребус».

**Игра «Отгадай ребус»**

*Каждой из команд предлагается по 3 ребуса о семье*. *Выигрывает команда, которая быстрее справится с заданием.*

**Ведущий:** А мы с вами продолжаем. Пришло время отправиться в магазин всей семьёй.

**8 эстафета «Супермаркет»**

*Папа катит перед собой тележку для продуктов одной рукой, второй держит за руку маму, мама детей – цепочкой. В тележке листок с названием блюда, для которого надо собрать продукты. Выигрывает команда быстрее и правильно, выполнит задание.*

**Ведущий:** Последний вид соревнований

Мы завершили, и сейчас

Итог всех наших состязаний

Пусть судьи доведут до нас.

Подходит к концу наш день в семье. Мы увидели, что каждый день наполнен событиями, делами, заботами. И ещё раз убедились в том, что все трудности по плечу, когда мы вместе!

Жюри готово подвести итоги соревнований? Дадим им для этого время, а пока предлагаю всем присоединиться к нашему танцу и моим помощникам

**Флешмоб по показу «Семья, да здравствует семья»**

**Слово жюри. Подведение итогов конкурсов. Награждение команд.**

**Ведущий:** Поздравляю всех с днём семьи!

Всех благ вам в жизни и здоровья,

Богатства, мира и тепла.

Семья, согретая любовью,

Всегда надёжна и крепка.

Чтоб ваш союз был в радость только,

Чтоб дети были возле вас,

Вам, дружным и спортивным, скажем просто:

Будьте здоровы, в добрый час!

Фотография на память всех участников праздника.