

**Филиал муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения –
детского сада «Детство» детский сад №22**
620098, г Екатеринбург, ул. Коммунистическая, 49, +7 (343) 320-06-50;
e-mail: ds22kolobok@mail.ru

СЦЕНАРИЙ

Спортивное развлечение «Мама, папа, я – здоровая семья»

Старший Воспитатель: Попова А.В.

Екатеринбург 2024г.

Название: Спортивное развлечение «Мама, папа, я – здоровая семья»

Учебный год: 2024-2025

Возрастная группа: дети 5-7 лет и их родители

Продолжительность: 40-45 минут

Место проведения: спортивный зал ДОУ № 22

Цель: пропаганда здорового образа жизни, укрепление детско-родительских отношений через совместную двигательную активность.

Задачи:

- Развивать физические качества: быстроту, ловкость, выносливость, координацию.
- Формировать интерес к совместным занятиям спортом.
- Воспитывать чувство взаимопомощи, командный дух.

Оборудование:

- 2 конуса
- 2 мяча больших
- 2 мяча малых
- 2 обруча
- 2 скакалки
- 2 мешка
- 2 ложки и 2 яйца (игрушечных или деревянных)
- Музыкальная колонка с весёлой музыкой
- Грамоты и призы для награждения

Ход мероприятия:

1. Вступление (5 минут)

Звучит спортивный марш. Команды заходят в зал. Ведущий – старший воспитатель или инструктор по физкультуре.

Ведущий:

Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые родители!

Мы рады приветствовать вас на нашем спортивном празднике «Мама, папа, я – здоровая семья»!

Спорт – это здоровье, спорт – это успех,

Спорт – это веселье, спорт – это для всех!

Сегодня у нас две команды. Давайте познакомимся!

Представление команд:

- Команда «Богатыри» (капитан – папа, мама, ребёнок)
- Команда «Молодцы» (капитан – папа, мама, ребёнок)

Ведущий:

Перед соревнованиями обязательно нужно размяться. Готовы?

Все вместе становимся в круг!

Разминка «Солнышко лучистое» (под весёлую музыку):

- Наклоны головы
- Круговые вращения плечами
- Повороты туловища
- Наклоны вперёд-назад
- Приседания
- Прыжки на месте
- Ходьба на месте

2. Основная часть – эстафеты (30 минут)

Эстафета 1. «Передай мяч» (разминка)

Участвуют все члены команды по очереди.

- Первый участник бежит с мячом до конуса, возвращается, передаёт мяч следующему.

Условие: мяч не ронять.

Эстафета 2. «Папа-силач»

Участвуют папы.

- Папы отжимаются от пола 10 раз. За каждый отжим команде – 1 балл.
- Кто больше и правильнее?

Эстафета 3. «Мама-ловкач» (со скакалкой)

Участвуют мамы.

- Мамы прыгают через скакалку 15 секунд. Считаем количество прыжков.
- Побеждает команда, чья мама прыгнула больше.

Эстафета 4. «Дружная семейка» (с большим мячом)

Участвует вся семья.

- Папа, мама и ребёнок зажимают большой мяч животами (папа и мама с двух сторон, ребёнок сверху) и двигаются до конуса и обратно.

Условие: мяч не уронить, руки не использовать.

Эстафета 5. «Бег в мешках»

Участвуют все члены команды по очереди.

- Каждый участник залезает в мешок и прыгает до конуса и обратно, передаёт мешок следующему.

Эстафета 6. «Собери портфель» (шутливая)

Участвует ребёнок вместе с мамой или папой.

- На старте – куча предметов: пенал, тетрадь, учебник, игрушка, конфета, мяч.
- Задача: за 30 секунд собрать в портфель только то, что нужно в школе.

Побеждает та команда, которая собрала больше правильных предметов.

Эстафета 7. «Сладкое яичко» (с ложкой и яйцом)

Участвуют все члены команды по очереди.

- Зажать ложку с яйцом в руке, добежать до конуса, вернуться, передать следующему.

Условие: яйцо не уронить.

Эстафета 8. «Перетягивание каната» (финальная)

Участвует вся команда.

- Команды берутся за канат. По свистку тянут каждая в свою сторону.
- Побеждает команда, перетянувшая соперников за центральную линию.

3. Заключительная часть (5-7 минут)

Подведение итогов. Жюри (заведующий, методист, медсестра) подсчитывает баллы.

Ведущий:

Пока жюри подводит итоги, давайте поиграем в игру «Это я, это я, это вся моя семья!»

Я читаю стихотворение, а вы, если согласны, хором отвечаете: «Это я, это я, это вся моя семья!» Если не согласны – молчите.

- Кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов? (Это я...)
- Кто не хочет быть здоровым, бодрым, стройным и весёлым? (Молчание)
- Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру? (Это я...)
- Кто из вас, из малышей, ходит грязный до ушей? (Молчание)
- Кто зарядкой по утрам заниматься любит сам? (Это я...)

- У кого, друзья, в порядке и одежда, и тетрадка? (Это я...)

Жюри объявляет результаты. Награждение грамотами «Самая спортивная семья» и сладкими призами.

Ведущий:

Дорогие друзья! Вы сегодня показали, что такое настоящая дружная, спортивная, здоровая семья!

Помните: здоровье – это главное богатство. Берегите его и занимайтесь спортом вместе!

До новых встреч!

Звучит музыка. Команды уходят из зала.