



**МДОУ «Детский сад №11  
«Лесная сказка»**

**Спортивно-развлекательное  
мероприятие**

**«Мама, папа, я – спортивная семья»**



провели воспитатели:  
Горбачева Е.Ю  
Пономарёва Н.В



## Цель:

Пропагандировать здоровый образ жизни, способствовать приобщению семьи к физкультуре и спорту

## Задачи:

- Закреплять ранее разученные навыки: бег на скорость, прыжки через скакалку, попаданий в цель.  
- Осмысливать и решать задачи, возникающие в непредвиденной ситуации.

- Развивать физические качества дошкольников: силу, выносливость, быстроту, смелость, ловкость, уверенность.

- Воспитывать взаимовыручку, чувство товарищества

## -Оборудование:

- мячи, скакалки, канат, шары на длинных нитках для игры.

**Ведущий:** Заниматься веселой физкультурой полезно вдвойне. Сегодня мы вместе, чтобы получить заряд бодрости, энергии, и поболеть за семьи, которые будут принимать участие в конкурсах.

Итак, пришло время начинать нашу программу.. Ни одна семья не останется без участия. Разделимся на две команды, придумаем своим командам названия представим команды соперникам....



**Разминка «Неуловимый шарик»** Каждому участнику привязывают к ноге воздушный шарик. Нужно раздавить чужой шарик, но при этом сохранить свой целый. Подсчитываются целые шарики. (фонограмма «Веселая дискотека»)



## Конкурс «Дружная семья».

Взрослый с обручем в руках бежит на противоположную сторону зала, где стоят дети, забирает в обруч по 1 ребёнку и все вместе



## Конкурс «Из обруча в обруч»

Первый человек несет 2 обруча, кладёт его на пол, встает в него, второй обруч кладет впереди себя и переходит во второй обруч, берёт первый и т.д.



# Конкурс «Ценная ноша»

Бег за руку с ребёнком, оббегают фишку и назад



# Конкурс «Кенгуру».

Зажав мяч между коленей, прыгать до разметочной стойки и бегом возвратиться назад, передав эстафету другому участнику (взрослому, ребенку)





## Конкурс: «Мой веселый, звонкий мяч».

Папы и мальчики по очереди чеканят мяч об пол и результат суммируется. Побеждает та команда, чей результат оказался выше



# Конкурс «Попрыгунья стрекоза»

Мамы и девочки по очереди скачут на скакалке и результат суммируется. Побеждает та команда, чей результат



## Рефлексия «Паровозик дружбы».

Давайте все вместе дружно сядем в наш паровозик и отправимся в путь. Нашим локомотивом будет.....

Что понравилось? Что было трудным? что хотели бы повторить?



Конец

!