

## «Мама, папа и я – спортивно - дружная, семья!»

Цель:

Пропагандировать здоровый образ жизни среди детей и взрослых.

Задачи:

1. Формировать у детей представление, уважительное отношение и чувство принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в ДОО, о взаимоотношениях в семье, видах её деятельности, способствовать приобщению семьи к физкультуре и спорту.
2. Развивать физические качества дошкольников: силу, выносливость, быстроту, смелость, ловкость, уверенность в своих силах.
3. Воспитывать взаимовыручку, чувство товарищества.
4. Способствовать созданию положительного эмоционального настроения средствами игр, конкурсов, ритмики.

**Участники:** инструктор по ФК, воспитатели, дети и их родители.

**Предварительная работа:** интервью детей на тему: «Моя семья»

**Материал и оборудование:** столы и стулья для детей и родителей, лепестки ромашки с серединкой; обручи, напольные кубики, ручки с листами бумаги (по количеству семей), повязки на глаза; видеозапись высказываний детей, одежда семей (юбки, шорты, сандалии, шляпа, очки, рюкзак, панамка, зонт и т.д), мешки, мячи, клюшки, фонограммы к песням, проектор, экран, компьютер.

### ХОД МЕРОПРИЯТИЯ

(Дети и родители сидят в зале на стульях)

**Инструктор по ФК:** С 1993 года в нашей стране 15 мая был провозглашен праздник «День Семьи», который празднует вся Россия! Семья - самое главное для каждого из нас. Семья – это место где тебя любят, ценят, заботятся и берегут. Семья – это самые родные, близкие и дорогие люди. Сегодня мы приглашаем вас на семейно - спортивный праздник «Мама, папа и я – спортивно - дружная, семья!», в котором примут участие наши воспитанники и их родители. Родители, для которых их дети – это их главное богатство и счастье.

А что такое семья для детей – они сейчас расскажут.

*(выходят дети, становятся в шеренгу)*

**Ребенок 1.**

Я узнал, что у меня

Есть огромная семья.

И тропинка, и лесок,

В поле каждый колосок,

Речка, небо голубое –  
Это всё моё, родное,  
Это родина моя,  
Всех люблю на свете я!

### **Ребенок 2.**

Бабушка и дедушка  
Надо бабушку любить,  
Надо с дедушкой дружить.  
Только вместе всей **семьёй**  
Можно долго нам прожить.  
С ними можно поиграть  
Или книжку почитать,  
И от них, когда захочешь,  
Можно новое узнать.

### **Ребенок 3.**

Семья – это счастье, любовь и удача,  
Семья – это летом поездки на дачу.  
Семья – это праздник, семейные даты,  
Подарки, покупки, приятные траты.  
Рождение детей, первый шаг, первый лепет,  
Мечты о хорошем, волнение и трепет.

### **Ребенок 4.**

Семья – это труд, друг о друге забота,  
Семья – это много домашней работы.  
Семья – это важно!  
Семья – это сложно!  
Но счастливо жить одному невозможно!  
Всегда будьте вместе, любовь берегите,  
Обиды и ссоры подальше гоните,  
Хочу, чтоб про нас говорили друзья: Какая хорошая Ваша семья!

Заниматься физкультурой полезно, а веселой физкультурой вдвойне полезно. И сегодня мы вместе, чтобы получить заряд бодрости, блеснуть эрудицией и поболеть за те дружные семьи, которые рискнули принять участие в конкурсах.

Чтоб страна была сильна, надо...

Чтоб дружна была семья!

Вы со мной согласны? Да!!!

**Инструктор по ФК:** А теперь я вам представляю участников семейных команд.

*(Под музыку В. Шаинского «Вместе весело шагать» в зал входят семейные команды.)*

**Инструктор по ФК:** прежде чем начать наше спортивное состязание необходимо размяться. И начнем мы с веселой зарядки.

*(все присутствующие на мероприятии выходят и под музыку «Делайте зарядку» делают разминку по показу - флэш-моб.)*

**Конкурс № 1:** Ромашка с белоснежными лепестками является символом дня семьи, любви и верности, потому что она воплощает простоту, семейные ценности, невинность, чистоту и новые возможности. Наш конкурс так и называется: **«Собери Ромашку!»**

Около каждой команды лежат по 7 лепестков. Впереди у каждой команды на расстоянии 5 метров лежат серединки от ромашек. Задача взять лепесток, добежать до серединки цветка, положить лепесток, вернуться к своей команде – хлопком передать эстафету и стать в конец колонны. Чья команда быстрее, правильно и красиво выложит ромашку, та и победит.  
*(Фонограмма)*

**Инструктор по ФК:** Каждому из нас необходимо такое место, где не надо притворяться, где тебя не обманут, где поймут и поддержат, где можно отдохнуть душой. Такое место – твоя семья, твой дом.

**Конкурс № 2: «Мой дом – моя крепость».** Построить дом для своей семьи за 30 секунд. Перед командами находятся обручи с напольным строительным материалом - кубиками. Необходима оригинальность в постройке.

**Инструктор по ФК:** Дом мы построили, а теперь необходимо в нем убраться.

**Конкурс № 3: «Уборка».** Мамам и детям – выдаются гимнастические палки (или клюшки), папы превращаются в тоннели – дуги. По команде мамам и детям нужно закатить большее количество мячиков (соответствующего цвета для данной команды) в тоннель. Время 30 секунд. Та команда, у которой окажется больше мячей, и получает бал за победу. *(Фонограмма)*.

**Инструктор по ФК:** Семья начинается с любви, доброты, заботы друг о друге, и конечно, с дома. А вы знаете пословицы о доме, семье, дружбе?  
*(игра со всеми присутствующими в зале)*

Я буду начинать, а Вы должны будете продолжить:

- Куда мать - туда и ... (дитя);
- Отца с матерью почитать - (горя не звать);

- У кого есть бабушка и дед, тот не ведает... (бед) ;
- У сына болит пальчик, а у матери ... (сердце);
- Ребенок без отца, что дом без.... (крыши);
- Всякая мать считает своего гусенка.... (лебедем);
- При солнышке тепло, а при матери.... (добро).
- В прилежном доме густо, а в ленивом-.... (пусто)

**Инструктор по ФК:** Вот так, воспитываясь на народной мудрости, мы учимся ценить свою семью, близких и друзей. А еще на Руси говорят: дерево держится корнями, а человек....(семьей) Человек без семьи, что дерево ...без плодов. У каждой семьи есть свои традиции, которые они чтят, а вот на сколько хорошо они знают друг друга мы сейчас узнаем.

#### **Конкурс № 4: «Знали ли вы?»**

Родителям раздают ручки с листами бумаги. На каждом листе им необходимо написать ответ на вопрос, одним словом. Ответ родителей должен совпадать с ответом их ребенка.

1. Кто главный в семье?
2. Если бы ребенок играл в игру «Семья», кем бы он стал в этой игре?
3. Что ребенок любишь делать вместе с членами семьи?
4. Кто в семье самый смешной?
5. Что ребенок любит в своих родителях?
6. Что ребенок любит делать дома?

После написания ответов, включают интервью с детьми, где они отвечают на вопросы и сверяют с ответами родителей. Бал получает семья набравшая наибольшее число совпадений.

**Инструктор по ФК:** сейчас мы посмотрим, какая семья самая дружная, сплоченная и находчивая. Представьте утро, будильник не зазвенел и вы проспали. Папе и маме на работу, ребенку в детский сад.

#### **Конкурс № 5: «Утренние сборы»**

В центре зала стоят стулья спинкой друг к другу, на стульях лежат личные вещи папы мамы, ребенка: портфель, панамка, зонт, очки, кепка, калоши, сандалии, юбка, шорты. У папы завязаны глаза. Под музыку папы бегут вокруг своих стульев по кругу, по окончании музыки они останавливаются, берут ту вещь, у которой остановились, и отдают маме, Мама одевает эту вещь на одного из членов семьи. Конкурс продолжается, пока не закончится на стульях вещи. Побеждает та команда, которая правильнее всех оденет ребенка в свои вещи.

*А сейчас дети исполнят песню «Взрослые и дети» (слова: Михаил Танич, музыка: Владимир Шаинский)*

**Конкурс № 6.** Каждая мама узнает своего ребенка из тысячи других. Давайте проверим? Следующий конкурс называется «**Узнай по голосу**».

Родители должны по голосу ребенка определить своего дитя. Все дети находящиеся в зале становятся в круг. Мама и папа в центре круга с завязанными глазами. Инструктор по ФК раскручивает родителей со слова: «Кручу-верчу- обмануть хочу». Затем выбирает любого стоящего в круги и предлагается произнести фразу «Мама, папа я вас люблю» для своих родителей. Родители должны подойти с завязанными глазами к «своему ребенку», если сказал не их ребенок, то они говорят «дальше» и игра повторяется.

**Инструктор по ФК:** Наши семьи очень веселые, озорные и спортивные.

Сейчас мы с вами в этом убедимся

**Конкурс № 7: «Прыжки в мешках»**

Команде выдается мешок для прыжков. Каждый член команды по очереди выполняет задание – допрыгивает до ориентира, возвращается к команде и передает мешок следующему игроку. Чья команда быстрее окажется у финиша, та и получит бал.

**Инструктор по ФК:** Наши ребята любят и чтят свою Родину и приготовили **танец «Вперед Россия!»** встречайте их. Жюри подводит итог.

*(танец с флажками и помпонами «Вперед Россия»)*

**Инструктор по ФК:**

Берегите своих детей,

Их за шалости не ругайте.

Зло своих неудачных дней

Никогда на них не срывайте.

Не сердитесь на них всерьез

„Даже если они провинились,

Ничего нет дороже слез,

Что с ресничек родных скатились.

Если валит усталость с ног

Совладеть с нею нету мочи,

Ну, а к вам подойдет сынок

Или руки протянет дочка.

Обнимите покрепче их,  
Детской ласкою дорожите  
Это счастье! короткий миг,  
Быть счастливыми поспешите.  
Ведь растают как снег весной,  
Промелькнут дни златые эти  
И покинут очаг родной  
повзрослевшие ваши дети.  
Перелистывая альбом  
С фотографиями детства,  
С грустью вспомните о былом  
О тех днях, когда были вместе.  
Как же будете вы хотеть  
В это время опять вернуться  
Чтоб им маленьким песню спеть,  
Щечки нежной губами коснуться.  
И пока в доме детский смех,  
От игрушек некуда деться,  
Вы на свете счастливей всех,  
Берегите, пожалуйста, детство!

**Инструктор по ФК:** Заканчивая сегодняшней вечер, хочется сказать большое спасибо всем и выразить надежду, что семейный праздник помог нам ближе узнать друг друга, объединиться, сделать еще один шаг навстречу взаимопониманию и единству. У нас на празднике нет ни победителей, ни проигравших, потому что мы одна большая семья!

А всем активным участникам мы выражаем благодарность. (родители с детьми получают благодарность по номинациям: самая дружная семья, самая активная семья, самая творческая семья).

*(Фонограмма)*

