Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №5 «Теремок» г. Велижа

Спортивно - музыкальный праздник

« Папа, мама – я, спортивная семья»

(для детей подготовительного дошкольного возраста)

Подготовила:

Лукашевич Елена Анатольевна

инструктор по физической культуре.

Умарова Алла Александровна

музыкальный руководитель.

2023 г.

**Цель:**  пропагандировать здоровый образ жизни, способствовать приобщению семьи к физкультуре и спорту; продолжать укреплять физическое и психическое здоровье детей в содружестве с семьями.

**Задачи**

1.Развивать в игровой форме основные физические качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость, координацию движений, равновесие.

2. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

3.Развивать у детей чувство гордости  за собственные успехи и достижения, 4.Доставить детям и родителям удовольствие от совместных занятий физкультурой, способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи.

5.Развивать творческие способности и исполнительские навыки детей через различные виды музыкальной деятельности.  
  
**Виды детской деятельности:**игровая, двигательная, соревновательная.

**Предшествующая работа:**чтение художественной литературы, просмотр презентаций и телепередач о спорте, беседы о спорте, о том как занимаются спортом с семьей, рассматривание семейных фотографий.

**Оборудование и инвентарь:**

Воздушные шары для украшения музыкального зала, картинки на спортивную тематику, спортивная гирлянда, имитированный пьедестал, мячи, столы для жюри, грамоты, фитболы, бутафорские классики, сделанные из линолеума и следков с песком и горохом, бутафорские конфеты, ракетки, ориентиры , детские платочки для матрешек, обручи, два бутафорских моря, сделанных из ткани и обручей, ракушки, лопатки, имитированные кочки, 2 парика, 2 ведерка, 2 детских лопатки,2больших накидки для водяного,2 ухвата, 2 чугунка, картошка, бутафорские блины и сковородки, детские вожжи, маски лошадей, детские стульчики для эстафеты, султанчики «ледяные пещеры».

**Место проведения:** МБДОУ детский сад №5 «Теремок» г. Велижа, музыкальный зал.

Под спортивный марш дети входят в музыкальный зал.

**Инструктор по ФК**:

Приветствует садик веселых гостей,

От теплых улыбок в нашем зале светлей.

Оставили папы сегодня работу.

И мамы забыли большие заботы,

Обули кроссовки, и взяв малышей,

Пришли на спорт праздник сегодня скорей.

И с гордостью каждый сможет сказать,

Что ближе семьи никого не сыскать!

Любителям спорта наше - ура!

**Инструктор по ФК:**

Дорогие друзья! Позвольте открыть наш «чемпионат» по семейному троеборью: «Папа, мама, я – спортивная семья».

Их стойкости и выдержки позавидует любой.

Вот они перед нами – те, кто сегодня пожертвовал любимыми видами традиционного мужского троеборья: диваном, телефоном и телевизором.

Перед нами слегка бодрые, местами подтянутые, кое-где собранные, но непобежденные, и даже в чем-то непобедимые, а в чем именно, мы узнаем позже – **наши папы.**

А вот и **мамы!** Они всегда в форме. Дают о себе знать постоянные тренировки в троеборье: плита, бег по магазинам, стирка. И даже ежегодные передышки 8 Марта не выбивают их из колеи.

Мамы подвиг совершили

Кухню временно забыли,

Фартук бросили, ведро

Нам сегодня повезло.

И наконец, капитаны команд – **наши дети!** Это они еще с пеленок долгие годы закаляли постоянными тренировками и объединяли своих родителей в дружную команду, ставя перед ними все новые и новые задачи, постоянно повышая нагрузку. Но не зря говорят: «Тяжело в ученье – легко в бою».

**1.Ребёнок:**

Родители - такой народ...

На занятость спешат сослаться.

А нам твердят из года в год,

Что надо спортом заниматься!

**2.Ребёнок:**

 А сами? Ставят ли рекорды,

Чтобы от нас не отставать?

Над взрослыми в вопросах спорта

Решили дети шефство взять!

**3.Ребёнок:**

**Самый лучший папа – мой,**

**Он пришел в спортзал со мной.**

**Хочет папа победить,**

**Хочет маму удивить.**

**4. Ребенок:**

**Спорт смотрел он на экране,**

**Лежа на большом диване,**

**А теперь он вместе с нами**

**На большую радость мне и маме.**

**5. Ребенок:**

**Мне сказал, что он боец**

Будет здесь сражаться он

Ведь мой папа чемпион.

**6.Ребенок**:

Папа, мама словно дети,

Сами ждут минуты эти

Им на игры право слова,

Не хватает выходного.

**7.Ребенок:**

Всем известно, всем понятно,

Что спортивным быть приятно

Только надо знать,

Как же сильным стать.

**8.Ребенок:**

А чтобы все побить рекорды,

И о болезнях всех забыть

Со взрослыми вопросы спорта,

Сегодня мы хотим решить.

**9.Ребёнок:**

А на празднике должны мы  
Свою ловкость показать.  
Быть здоровым, смелым, сильным  
И конечно не скучать!

**Слово главному члену жюри…….**

**Инструктор по ФК:**

В спортивный путь, друзья!

Чтоб начать соревноваться,

Нужно обязательно размяться!!

Встаньте свободно

Стесняться не нужно

Песня поможет нам двигаться дружно!!!!!! А начнём мы с весёлой разминки.

***Разминка***«***Солнышко лучистое***»

Девиз наших соревнований:  
Соревнуемся всегда  
Мы достойно, честно.  
Мы спортивные друзья,  
Мы спортивная семья -  
Это всем известно!  
Желаю вам счастливых стартов.

**Инструктор по ФК:**

Кто преграды не боится?

Кто к победе так стремится?

Кто быстрее всех на свете?

Это мамы и их дочки!

**Инструктор по ФК:**

Посмотрите на фитбол – круглый и прыгучий он.

Я сажусь, скачу вперёд – эх, порадую народ!

Для участия в конкурсе приглашаются мамы и девочки.

**Эстафета №1 « Веселые прыгуны»**

Девочки строятся в одну колонну, мамы – во вторую колонну. Первые участнику берут фитбол и прыгают до конуса, возвращаются назад, передают фитбол следующему участнику. Выигрывает та команда, которая быстрее всех справилась с заданием.

**Инструктор по ФК:**

Каких спортсменов  ловких  увидели  сейчас,

Вот, что значит  тренировка,   но  просто высший  класс!

**Инструктор по ФК:** А сейчас, дорогие папочки с мальчишками

Посоревноваться не хотите ли?

**Инструктор по ФК:**

Все нормально? Все здоровы?  
Прыгать вы друзья, готовы?  
Ну, тогда подтянись , не зевай, не ленись.  
На прыжки - классики становись!

**Эстафета №2 « Классики»**

Мальчики строятся в одну колонну, папы – вторую колонну. Первые участник прыгают по импровизированным классикам, возвращается назад, передает эстафету следующему игроку.Выигрывает та команда, которая быстрее всех справилась с заданием.

**Инструктор по ФК:**Вот так молодцы,

Как ловки вы и быстры**.**

**Инструктор по ФК:**

Начинаем эстафету,

Вместо палочки- конфета!

Ее вместе понесем,

Вокруг стойки обойдем,

А затем назад бегом,

Ее команде мы вернем.

**Под музыку появляется Карлсон, за ним бежит Фрекен Бок с выбивалкой для ковров.**

**Фрекен Бок**:

Ух, уж этот Карлсон, сил моих нет больше! Я тебе устрою сладкую жизнь!

**Карлсон**:

Мадам, прекратите меня пугать и уберите эту штуку! Спокойствие, только спокойствие.

Фрекен Бок: Негодник, это ты съел все мои плюшки? Это ты сломал мой телевизор?

**Карлсон:**

Мадам, мадам, у вас тесто убегает!

**Фрекен Бок**:

Боже мой! Куда? (бежит в сторону выхода, резко останавливается). Постойте, но я не заводила никакого тесто. Безобразник! Ах, ты ещё разыграть меня решил. Тебе бы в детский сад к ребятам! Там бы тебя быстро научили как себя нужно вести.

**Карлсон**:

Что вы! Я — мужчина хоть куда! Ну, в полном расцвете сил! Мадам!

**Инструктор по ФК**:

Да, вид у Карлсона совсем не спортивный. Но не даром говорится, что тяжело в ученье — легко в бою. Сейчас мы из Карлсона сделаем настоящего спортсмена. Правда, ребята?

**Карлсон:**

А вы, знаете, кто лучше всех в мире справляется с заданиями. Это я!

**Инструктор по ФК:**

А сейчас нас ждет эстафета.

**Карлсон:**

 Это что, такая конфета?

**Инструктор по ФК:**

Нет, это игра-соревнование. Узнаем, кто самый быстрый.

**Карлсон:**

Что – то мне не охота с вами бегать, лучше я конфетку съем.(держит в руках бутафорские конфеты)

**Инструктор по ФК:**

 Нет, Карлсон, прежде, чем съесть конфеты нам необходимо с ними пробежаться.

**Эстафета №3 «Конфетная»**

Дети делятся на две колонны. Первые участник бегут с конфетой в руках до стойки, оббегают ее и возвращаются назад, передает эстафету следующему участнику. Выигрывает та команда, которая быстрее всех справилась с заданием.

**Карлсон:**

Ой-ой-ой! Заболел самый лучший мужчина в расцвете сил.

**Фрекен Бок**:

Карлсон, что с тобой случилось? Ты заболел? Насморка, вроде, нет. Кашля нет…

**Карлсон**:

(тихим голосом) У меня жар. И вообще я весь такой больной и несчастный… Меня срочно надо жалеть, и лечить, лечить, лечить… Конфетами, вареньем, ну ещё сгущённым молоком можно для профилактики… мармеладом и вафлями…

**Фрекен Бок**:

По-моему, никакой температуры у тебя нет.

**Карлсон:**

(возмущённо) Как это нет! У меня температура 30–40 градусов! Фрекен Бок: (трогает лоб) Ах ты, проказник, опять хитришь.

**Карлсон:**

Не хитрю, просто от вашего спорта, я есть захотел.

**Инструктор по ФК**:

Не расстраивайся милый Карлсон, это дело мы исправим. Дети и родители нам в этом помогут.

**И следующая эстафета №4 «На ухвате чугунок, да вокруг матрешки»**

Дети строятся в одну колонну. Взрослые – во вторую колонну. Первые участники бегут до матрешки(переодетые папы), в руках держат бутафорский ухват с чугунком, оббегаю матрешки и возвращаются назад. Передают эстафету следующему игроку. Выигрывает та команда, которая быстрее всех справиться с заданием.

**Инструктор по ФК**:

Вот как быстро вы справились с картошкой, а сейчас посмотрим как ловко вы умеете справляться со сковородой.

**Эстафета №5"Попади блином на сковородку»**

Участвуют две команды. Первый участник берет «блин» ( желтые кружки из картона) из тарелки и метает его на сковороду(сделанную из обруча и ткани), становится в конец колонны и т.д. Выигрывает та команда, которая быстрее всех справилась с заданием и больше всех забросила блинов на сковороду.

**Инструктор по ФК:**

Молодцы, много блинов для Карлсона, напекли.

**Карлсон:**

Свершилось чудо! Друг спас жизнь друга! Я стал спортсменом.

**Фрекен Бок**:

Милый Карлсон, я так рада за тебя. Но сейчас нам домой пора возвращаться.

**Карлсон**:

Всем пока.

**Под музыку Фрекен Бок и Карлсон уходят.**

**Инструктор по ФК:**

А вот в следующем нашем конкурсе я пред­лагаю физически отдохнуть и пора­ботать интеллектуально. В этом конкурсе дети должны от­гадать загадки.

1.В этом спорте игроки

Все ловки и высоки.

Любят в мяч они играть

И в кольцо его кидать.

Мячик звонко бьет об пол,

Значит, это. *(баскетбол)*

2.Болеть мне некогда, друзья,

В футбол, хоккей играю я.

И очень я собою горд,

Что дарит мне здоровье… *(****спорт****)*

3.Силачом я стать решил,

К силачу я поспешил:

- Расскажите вот о чем,

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

- Очень просто. Много лет,

Ежедневно, встав с постели,

Поднимаю я. *(гантели)*

4.Как только утром я проснусь,

Присяду, встану и нагнусь –

Все упражненья по порядку!

Поможет вырасти *(зарядка)*

*5.*Я его кручу рукой,

И на шеи и ногой,

И на талии кручу,

И ронять я не хочу. *(обруч)*

*6.*Он играет на коньках.

Клюшку держит он в руках.

Шайбу этой клюшкой бьёт.

Кто спортсмена назовёт *(хоккеист)*

**Инструктор по ФК:**Молодцы, справились с заданием. А сейчас посмотрим как хорошо родители знают пословицы и поговорки.

1.Береги платье снову, а здоровье…. (смолоду).

2. Двигайся больше - проживешь…. (дольше).

3. После обеда полежи, а после ужина…. (походи).

4. Было бы здоровье, и счастье…. (найдется, будет).

5. Чистота - половина…. (здоровья).

6. В здоровом теле…. (здоровый дух).

7. Здоровье сгубишь-новое…. (не купишь).

8. Смолоду закалится - навек…. (пригодится).

9. Забота о здоровье - лучшее.... (лекарство).

***Неожиданно в зал вбегают «Ох» в валенках и шапке и «Ах» в спортивной форме.***

**Ох:**Ох, как я устал! Ох, какой я больной! Ох, как мне холодно!

**Ах:**Ах, как хорошо! Ах, я, кажется, попал на праздник! Ах, как будет весело!

**Инструктор по ФК:**

Кто вы? Как вас зовут?

**Ах:**Я –Ах!

**Ох:**Я – О-ох! Хватается за спину Ох, как болит!

**Инструктор по ФК:**

Вот оно что! Вы Ох и Ах. Пришли к нам из мультфильма.

**Ах:**Ах, как хорошо!

**Ох:**Ох, я ударился! У меня бок болит!

**Ах:**Да ты сядь, посмотри на детей, может и научишься как стать сильным и закаленным. (Ох садится).

**Ах:**Ребята, а может, вы нам поможете? Давайте вместе покажем Оху, что заниматься физкультурой очень весело и полезно для здоровья. Все готовы? (Да)

**Ах:**

Признавайтесь: кто из вас

Готов в поход пойти сейчас?

**Дети: Я!!!**

**Ох *(с опаской)*:**

Ох! Куда вас всех несет?

Ну, какой ещё поход?

Вдруг гора или болото,

Что поделаем тогда?

**Ах *(с радостью)*:**

Через горы перейдем!

Болото все по кочкам перейдем!

**Инструктор по ФК:**

Наши дети умеют переходить через топкое болото.

**Ох:**

Что скажу , ребята вам.

На болото вам нельзя.

Если выйти на болото

Вы услышите, как кто – то,

Очень жалобно поет и судьбу свою клянет.

Мол у него подружки

Пиявки и лягушки.

Кикиморе он брат родной

И это водяной.

**Инструктор по ФК:**

Ох, наши ребята смелые и их не испугаются

Ни каких препятствий, ни болота, ни водяного!

Мы ему подарим сокровища со дна морского.

Согласны, ребята?

Тогда, вперед!

**Эстафета №6 « Сокровища со дна морского»**

Дети строятся в одну колонну. Взрослые – во вторую колонну. На финише стоят два взрослых, переодетых в водяного с ведром в руках. Первые участники, набирают с большого таза, на дне которого лежат разные блестящие маленькие предметы (красивые пуговицы, бусины, растущие игрушки, ракушки, лизуны и т.д.);ложкой «сокровища»,  
прыгают с кочки на кочку до водяного, высыпают «сокровища» ему в ведро и возвращаются назад. Передают эстафету следующему игроку. Выигрывает та команда, которая быстрее всех справиться с заданием.

**Ах:**

Дружно, весело играли

Свои силы испытали.

**Ох:**

Подумаешь, водяного не испугались,

болото смогли перейти.

А я сейчас , посмотрю, как вы горы перейдёте?

**Инструктор по ФК:**

И с этим заданием мы справимся.

Наверное, никто из участников не откажется стать «всадником» и проскакать с ветерком в верхом через горы на лошади. Правда лошади у нас будут не совсем обычные. Что делает настоящий всадник перед забегом? Вскакивает в седло, берет поводья в руки, стремительно ударяет по бокам лошади и прикрикивая :»но, пошла!», двигается вперед. Ну, что попробуем?

**Эстафета№7 "Конные упряжки"**

Делятся на две команды. Первый участник(взрослый) держит импровизированного коня на палке между ног, ребенок становится сзади. Они должны обежать импровизированные горы змейкой, вернуться к своей команде и так до тех пор, пока все участники не пробегут. Побеждает та команда, которая быстрее всех прокатится на коне.

**Ох:**

Какие спортивные дети!  
Ничего не боятся на свете!  
В ледяные пещеры Вы пойдёте сейчас,  
Вот уж я посмеюсь, полюбуюсь на вас…

### Эстафета №8 «Ледяные пещеры»

Дети строятся в одну колонну. Взрослые – во вторую колонну. Первые участники должны пролезть по одному по “ледяной пещере” (мешок из полиэтилена длиной 3 и более метров) и возвращаются назад. Передают эстафету следующему игроку. Выигрывает та команда, которая быстрее всех справиться с заданием.

**Ах:**

Ах, смотрите, как чудесно,

Ох на нас похожим стал!

Улыбается, не стонет,

И румянец нагулял!

Вот что значит спорт, зарядка –

Помогают они всем:

Сохраняют нам здоровье

Без усилий и проблем!

**Ох:** Обещаю: буду сам

Зарядку делать по утрам.

Праздник ваш я не забуду

И дружить со спортом буду!

**Ох:**А сейчас всех ребят,

Я приглашаю на веселый перепляс.

Спортивный танец с султанчиками.(дети)

Танец с родителями под песню «Чика – рика»

**Инструктор по ФК:** Вот и последний этап завершен.

Веселым и зрелищным выдался он.

А с ним и спортивные наши забавы

Должны завершиться наградой по праву.

И пока члены жюри подсчитывают балы.

Мы немножко отдохнем и частушки запоем.

Частушки (дети)

1. Мы спортивные ребята,

Дружно, весело живем

И спортивные частушки

Вам сегодня пропоем!

2. Если мальчик мяч гоняет

Утром в поле чистом,

Этот мальчик, точно знаем,

Станет футболистом!

3.Будем мы всегда здоровы,

Будем крепкими расти,

Если спортом заниматься, –

Станешь самым сильным ты!

*(*Ребенок приседает*)*.

4..Вам понравились частушки?

Мы пропели их для вас!

Всем желаем мы здоровья

В этот светлый добрый час!

Частушки (родители)

1.Про таблетки и лекарства

Позабудьте навсегда,

Пусть у вас друзьями станут

Солнце, воздух и вода!

2.Если хочешь быть здоровым,

Не болеть и не хандрить,

То о спорте вспомни снова,

Его надо полюбить!

3.Кружит ветер у берез,

А я закаляюсь:

Босиком бегу в мороз –

Спортом занимаюсь.

4.Сколько разных видов спорта –

Нам их не пересчитать!

Все равно, хоть без рекордов,

Но спортсменом можно стать!

**Инструктор по ФК:**

Праздник весёлый удался на славу!

Я думаю, всем он пришёлся по нраву!

До свидания! Все счастливы будьте!

Здоровы, послушны, про спорт не забудьте!

Награждение детей, вручение грамот и подарков.

**Жюри:**

Всем спасибо за внимание,

За задор и звонкий смех.

За огонь соревнования,

Обеспечивай успех.

Вот настал момент прощанья,

Будет краткой наша речь.

Говорим всем – до свиданья,

До счастливых новых встреч!

Под музыку дети идут в группу.

Интернет- ресурсы:

[Read more at: https://minikar.ru/tests/sportivnye-prazdniki-papa-mama-ya-sportivnaya-semya-scenarii-sportivnogo/Read%20more%20at:%20https:/minikar.ru/tests/sportivnye-prazdniki-papa-mama-ya-sportivnaya-semya-scenarii-sportivnogo/](Read%20more%20at:%20https:/minikar.ru/tests/sportivnye-prazdniki-papa-mama-ya-sportivnaya-semya-scenarii-sportivnogo/Read%20more%20at:%20https:/minikar.ru/tests/sportivnye-prazdniki-papa-mama-ya-sportivnaya-semya-scenarii-sportivnogo/)

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2021/02/11/den-zdorovya-igrovaya-programma-oh-i-ah-v-gostyah-u https://vk.com/@kopilka_detsad-scenarii-k-23-ngj>

Используемая литература

1.Давыдова М.А. Спортивные мероприятия для дошкольников 4 - 7 лет. М.: ВАКО, 2007. 304 с

2.Харченко Т.Е. Спортивные праздники в детском саду.- 2 изд.- М.: ТЦ Сфера, 2016.- 128с.

Самый лучший папа –

Он пришел в спортзал со мной.

Хочет папа победить,

Хочет маму удивить.

Спорт смотрел он на экране,

Лежа на большом диване,

А теперь он вместе с нами

На большую радость мне и маме.