**Спортивные соревнования «Папа, мама и я – спортивная семья»**

**посвящённый «Дню защитника Отечества»**

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

**Задачи:**

1. Доставить детям и взрослым радость от взаимодействия друг с другом в игровой деятельности;

2. Способствовать эмоциональному сближению в семьях;

3. Обогащать у детей двигательный опит, силу, ловкость, быстроту, выносливость.

**Участники соревнований:** семейные команды в составе: папа, мама и ребенок + 2

**Ход праздника:**

Звучит веселая музыка. Болельщики занимают свои места в спортивном зале. По очереди в сопровождении входят команды (становятся на позиции).

**Ведущий:**

Добрый день, дорогие друзья!

От всей души приветствую вас на нашем празднике – «Папа, мама, я –спортивная семья»! посвящённый «Дню защитника Отечества»

Сегодня у нас семейная встреча, и это здорово, что у нас есть возможность и стремление подружиться друг с другом.

**Ведущий**:

Позвольте открыть наш чемпионат по семейному многоборью "Папа, мама, я – спортивная семья!" И представить команды участников наших соревнований.

Команда 4 «а» класса ,представление команды (название, девиз, песня) и т. д.

**Ведущий:**

Давайте дружно поприветствуем, друг друга традиционным физкультурным кличем: «**Физкульт –Ура!»**

**Ведущий**: Сегодня у нас, как на настоящих спортивных соревнованиях, оценивать результаты будет жюри (представить жури).

**Выступление группы ребят** (спортивный танец).

1. **Конкурс:  Облачко.**

Ведение воздушного шарика, гимнастической палкой (над головой).

1. **Конкурс: «Папамамобил»**

Папа обегает стойку, вернувшись берёт маму за руку обегают стойку, бегут за ребёнком и т. д. (можно за пояс).

1. **Конкурс: «Перекати поле»**

Папа ложится поперёк мата (2 мата вместе или дорожка) берёт мяч в обруче и перекатываясь перекладывает его на другой конец в обруч; вернувшись передаёт эстафету. Другой возвращает мяч. (мячей может быть несколько).

1. **Конкурс: «Минёр»**

Перед командой разложены лунки. У первого игрока коробка с теннисными мячами (минами), один минирует поле (раскладывает мины), другой разминирует и т. д.

1. **Конкурс: «Танкисты»**

Папа зачищает поле, т.е. ведёт двумя гимнастическими палками мяч в обе стороны. Затем берёт старт ребёнок и едет на танке (танк сделан из двух коробок соединённых скотчем) и так все дети. Мама ведёт баскетбольный мяч.

1. **Конкурс: «Прыгуны»**

Прыжки в мешке (или сумке с ручками).

1. **Конкурс: «Ловкач»**

На гимнастической пале перенести чашечки, захватив палкой за отверстие, на другую сторону. Чашечки лежат в обруче.

1. **Конкурс: «Силачи»**

Перетягивание каната.

1. **Конкурс: «Прыжки»**

Прыжки сидя на фитболе.

1. **«Лыжник»**

Передвижение в коробках. (коробки из под обуви или сделаны из пластиковых бутылок).

1. **Конкурс: «Вкус победы»**

Папа бежит в конец зала, где разложены перевёрнутые карточки с буквами, (необходимо составить слово ПОБЕДА) отыскивает нужную букву (П ) и цепляет её на прищепку, выпивает стакан сока из трубочки. Возвращается и передаёт эстафету.

Все эстафеты сопровождаются весёлой музыкой.

Награждение команд медалями и грамотой.