Спортивный праздник « Папа, мама, я — спортивная семья»

Цели и задачи:

-пропаганда здорового образа жизни среди детей и взрослых

-развитие физических качеств дошкольников

-привлечение внимания родителей к проблеме укрепления здоровья и повышения физической подготовленности детей

Программа соревнований:

1."Универсальный строитель"

Первым стартует папа с элементом"дома" ,добегает до коврика, ставит на него элемент "дома" ,возвращается назад и передает эстафету маме, мама бежит со вторым элементом, ставит его на первый, возвращается назад и передает эстафету ребенку, ребенок бежит и ставит свой элемент рядом и т. д. пока не закончатся все элементы. Завершает эстафету папа установкой крыши.

2. "Опытный водитель"

По сигналу папа бежит к обручу, берет его и одевает на себя, добегает до стойки, обегает ее и возвращается назад, присоединяется мама, бегут вдвоем, потом присоединяется к ним ребенок. Мама и ребенок держатся за обруч.

3."Урожай"

Папа бежит с пустым ведром, добегает до обруча, где лежат "овощи",собирает их в ведро, возвращается назад и передает ведро ребенку, ребенок бежит к обручу, высыпает "овощи" и возвращается назад, мама"овощи" собирает.

4."Точно в цель"

Папа бежит до ведра **со**"снежками", берет 5 снежков и бросает в корзину, возвращается назад и передает эстафету маме, мама выполняет тоже действие, передает эстафету ребенку.

Выигрывает та семья, которая раньше закончит эстафету и наберет больше "снежков".

5."Туннель"

Папа с мячом в руках бежит до туннеля, пропускает его между ног, обегает поворотную стойку, возвращается назад по прямой, передает мяч ребенку, тот бежит до туннеля, пролезает в него, держа мяч в руках, обегает стойку, возвращается назад по прямой и передает эстафету маме, мама выполняет тоже, что и папа.

6."Пробеги, не урони!"

Мама и папа, скрестив руки, сажают на них ребенка и бегут до поворотной стойки и обратно

Подведение итогов, награждение всех участников соревнований.