

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №47 «Гусельки» г. Сургута

**Спортивное соревнование среди семей города Сургута
«Папа, мама, я – здоровая семья - 2024»**

Яковлева Сабина Юрьевна, учитель

Категория участников: дети старшего возраста 6-7 лет, родители.

Место проведения: спортивный зал (1 корпус, ул. Дзержинского, 2/3).

Дата и время: 11 октября, 16:00

Цель: приобщение к здоровому образу жизни воспитанников и родителей.

Задачи:

1. Популяризировать здоровый образ жизни.
2. Осуществлять преемственность в физическом воспитании между ДООУ и семьей.
3. Развивать физические качества (ловкость, выносливость, силу, быстроту, гибкость) в достижении цели, умение ориентироваться в пространстве.
4. Прививать любовь к занятиям физической культурой у воспитанников и родителей.
5. Воспитывать чувство дружбы, коллективизма, потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом в семье.
6. Создать доброжелательную атмосферу, веселое спортивное настроение у детей и родителей.

План мероприятия:

1. Открытие мероприятия приветственным словом ведущего.
2. Построение команд и представление жюри.
3. Состязание команд в эстафетах: МБОУ СШ №12, МБДОУ №47 «Гусельки», МБДОУ №78 «Ивушка».
3. Закрытие мероприятия танцем детского коллектива МБОУ СШ №12. Приветственное слово заведующего. Награждение команд.

Оформление зала:

Зал украшен напольным флагштоком на три флага (Государственный флаг Российской Федерации, Флаг Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, Флаг Сургута), воздушными шарами и растяжкой с цветными треугольниками.

Ход мероприятия

Под музыку выходит ведущий и доктор, становятся в центре.

Ведущий: Добрый день дорогие друзья! От всей души приветствуем Вас на нашем традиционном празднике «Папа, мама, я – здоровая семья!».

Указом Президента России Владимиром Владимировичем Путиным, 2024 год был объявлен Годом Семьи. Семья является источником любви, понимания поддержки. Учит и воспитывает детей быть добрым, честным и справедливым.

Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы помериться в силе и ловкости, знании основ здорового образа жизни, ну и конечно же, чтобы поближе познакомиться и крепче подружиться. А следить и помогать за испытаниями пришел наш верный и добрый доктор «ЗОЖ».

И так, под аплодисменты прошу команды войти в наш зал!

Звучит музыка, в зал входят друг за другом участники команд, становятся в одну шеренгу. Болельщики поднимают плакаты, приветствуют аплодисментами.

Ведущий: Дорогие болельщики и гости! Здесь собрались дружные, спортивные, семейные команды. Перед нами бодрые, подтянутые, сильные- наши папы! А вот и мамы! Они всегда в форме, дают о себе знать постоянные тренировки в троеборье: плита, бег по магазинам, стирка. И наконец, наши смелые ребята! 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.

Ведущий: А теперь познакомимся с нашим многоуважаемым жюри, которое будет честно и справедливо оценивать наших участников, в составе которого:

1. Генеральный директор магазинов праздника «Весёлая затея» **Наталья Александровна Лысенко,**
2. Администратор «Парка Атракционов города Сургута» **Чумак Александра Александровна,**
3. Учитель физической культуры МБДОУ д/с №7 «Буровичок» **Гаврилов Андрей Олегович,**
4. Эксперт отдела по организации дошкольного образования, работе с населением и образовательными учреждениями МКУ «Управление дошкольными образовательными учреждениями» **Гриновская Людмила Владимировна,**
5. Председатель жюри: Заведующий Сургутского филиала Центра общественного здоровья и медицинской профилактики **Яцененко Светлана Александровна.**

Главный судья: к.п.н., доцент кафедры теории и методик физического воспитания
СурГПУ, **СнигУр Марина Евгеньевна**

Судьи на линии (студенты факультета физической культуры и спорта СурГПУ)

А спонсорами нашего сегодняшнего праздника являются: магазин праздников
«Веселая затея» и «Парк Атракционов города Сургута»!

Ведущий: А теперь познакомимся с нашими командами поближе. Первыми
прошу представиться команду дошкольного отделения Школы №12.

*Команда делает шаг вперед, озвучивает название и девиз. Болельщики
поддерживают.*

Ведущий: Команда детского сада №47 «Гусельки»!

*Команда делает шаг вперед, озвучивает название и девиз. Болельщики
поддерживают.*

Ведущий: И команда детского сада № 78 «Ивушка»!

*Команда делает шаг вперед, озвучивает название и девиз. Болельщики
поддерживают.*

Итак, команды представились, с нашим компетентным жюри познакомились и мы
начинаем наше «Спортивное соревнование среди семей города Сургута
«Папа, мама, я – здоровая семья - 2024». Команды готовы?!.. Жюри готовы?!..
Болельщики готовы?!..

Ведущий: А начнем наше мероприятие с гимна Российской Федерации. Равнение
на Флаг!

Звучит гимн

Ведущий: Раз, два, три, четыре,

Что важнее всего в мире?

Три, четыре, раз, два,

Мы ответим без труда:

Солнце воздух и вода,

В сад приходит детвора,

На зарядку всем пора,
Зарядкой занимаемся-
Здоровьем заряжаемся!

Ведущий: Приглашаю команды на веселую и дружную разминку!

В центр зала выходят воспитанники д\с №47 «Гусельки» и участники команд.

Звучит музыка. Участники встают на старт.

Ведущий: У каждого человека в жизни существует распорядок дня. А теперь давайте проверим наши команды, соблюдают ли они его. Первая эстафета так и называется «**Распорядок дня**».

Студенты раздают конверты с карточками.

Ведущий: Уважаемые команды, у вас в руках конверты с карточками режима дня. Вам нужно, за одну минуту с карточками в руках встать в правильном порядке. У каждого в руках будет по 2 карточки. В зачет идет не только скорость команды, но еще и правильность выполнения задания.

Завершается первая эстафета

Ведущий: Отлично справились команды!

Для здоровья важны не только правильные режим дня, но и «**Водные процедуры**», именно так и звучит наша следующая эстафета!

Студенты расставляют коробки с предметами. И демонстрируют правильность выполнения эстафеты

Ведущий: Каждый участник бежит до коробки, берет нужный предмет и возвращается обратно. Учитываются быстрота и верно выбранные предметы.

После эстафеты студенты забирают коробки, и складывают в эти же коробки предметы у команд.

Ведущий: Замечательные результаты! Команды, я предлагаю Вам передохнуть, присаживайтесь пожалуйста на скамью. Пока наше жюри подводит итоги. А мы узнаем, на сколько наши болельщики знают основы здорового образа жизни!

Команды присаживаются на скамейки. Ведущий подходит к болельщикам.

Ведущий: А я напоминаю, что спонсорами нашего сегодняшнего праздника являются: магазин праздников «Веселая затея» и «Парк Атракционов города Сургута»!

Ведущий:

1.Разгрызёшь стальные трубы,

Если часто чистишь ...ЗУБЫ

2.Я беру гантели смело -

Тренирую мышцы ...ТЕЛА

3.Подружилась с физкультурой -

И горжусь теперь ...ФИГУРОЙ

4.Стать сильнее все хотели?

Поднимайте все ...ГАНТЕЛИ

5.Хоть ранку щиплет он и жжёт

Лечит отлично - рыжий ...ЙОД

6.Для царапинок Алёнки

Полный есть флакон ...ЗЕЛЕНКИ

7.Объявили бой бациллам:

Моем руки чисто с ...МЫЛОМ

8.В овощах и фруктах есть.

Детям нужно много есть.

Есть ещё таблетки

Вкусом как конфетки.

Принимают для здоровья

Их холодною порою.

Для Сашули и Полины

Что полезно? - ...ВИТАМИНЫ

9.Костяная спинка,

На брюшке щетинка,

По частоколу прыгала,

Всю грязь повымыла...ЩЕТКА

10.Болезнь мне некогда друзья,

В футбол, хоккей играю я.

И очень я собою горд,

Что дарит мне здоровье...СПОРТ

11.Позабудь ты про компьютер.

Марш на улицу гулять.

Ведь полезней для здоровья

Свежим воздухом...ДЫШАТЬ

12. Очень горький — но полезный!

Защищает от болезней!

И микробам он не друг —

Потому что это —ЛУК

Ведущий становится в центр зала

Ведущий: Какие вы умнички! Со знаниями у вас все отлично! Команды, прошу занять места на старте. Наше жюри готово огласить результаты!

Жюри оглашает результаты. Студенты записывают рез-ты на доске

Ведущий: Спасибо, уважаемое жюри. Продолжаем наши соревнования.

Каждый человек хочет быть здоровым. Здоровье – это богатство, которое нельзя купить за деньги или получить в подарок. Поэтому очень важно правильно питаться. Овощи, фрукты, зелень – это наши лучшие друзья и помощники. Следующая эстафета называется **«Полезная корзина»**.

Студенты расставляют для каждой команды корзины с фруктами и овощами, через 3 метра пустые корзины. Демонстрируют правильность выполнения эстафеты

У участник бежит до корзины с полезными овощами и фруктами, берет в руки по одному предмету, и забрасывает в корзину, которая находится на расстоянии 3 м. Каждому участнику даются 3 попытки. Побеждает команда, которая ловчее и быстрее попадет в корзину.

Студенты убирают корзины

Ведущий: Превосходно!

Физкультурой может заниматься и маленький, и пожилой. Физкультурой занимаются все люди, стремящие к укреплению и сохранению своего здоровья через здоровый образ жизни. Вот и вы в детском саду занимаетесь физкультурой, чтобы стать крепкими, ловкими, быстрыми, здоровыми.

Следующая эстафета называется **«Физкультура с мячом»**.

Студенты расставляют конусы. Демонстрируют правильность выполнения эстафеты с футболом, с баскетбольным, с футбольным мячом.

Первыми начинают дети: прокатывают футбольный мяч между конусами до баскетбольной стойки, обводят её, и возвращаются таким же способом. Вторыми начинают мамы: ведут (отбивают) баскетбольный мяч между конусами до стойки, забрасывают мяч в корзину, ловят и ведут обратно так же. Третьими начинают папы: ведут футбольный мяч между конусами до баскетбольной стойки, обводят её, обратно также. Побеждает команда, финишировавшая первыми.

Студенты забирают инвентарь у участников.

Ведущий: Вы показали себя очень ловкими и быстрыми! Уважаемые команды, предлагаю Вам передышку, присаживайтесь на скамью. Ну а пока наше компетентное жюри подводит итоги, с песней «Дружная семья» выступит коллектив детского сада №78 «Ивушка»!

Под фонограмму исполняется песня «Дружная семья»

Ведущий: Замечательное исполнение, аплодисменты! Наше жюри готово огласить результаты!

Жюри оглашает результаты. Студенты записывают рез-ты на доске

Итак, переходим к финальным эстафетам! Команды прошу на старт!

Команды выстраиваются на старте

Ведущий: Прогулки на свежем воздухе важны для каждого человека, и особенно для детей. Они благотворно влияют на здоровье. С их помощью можно улучшить состояние организма в целом. И следующая эстафета называется «**Прогулка**».

Студенты расставляют обручи, педагоги раздают в руки каждому участнику эстафетную палочку. Студенты демонстрируют правильность выполнения эстафеты

Ведущий: Каждый участник бежит с эстафетной палочкой, выкладывает её у обруча формируя лучики у солнышка, бежит обратно и передаёт эстафету следующему.

После завершения эстафеты студенты убирают инвентарь

Ведущий: Вы на отлично справились с этим заданием!

Ведущий: Слово “Здравствуйте!” говорим мы при встрече друг другу, желая, в первую очередь здоровья. А для его сохранения и укрепления, очень важно соблюдать все правила: режим дня, водные процедуры, правильное питание, прогулки, занятия физкультурой. А все это называется «Тропа к здоровью».

Переходим к финальному, решающему испытанию под названием «**Тропинка здоровья**»!

Студенты расставляют тоннели, модули и обручи и демонстрируют правильность выполнения эстафеты

Каждый участник на скорость бежит полосу препятствий. Проходит тоннель, перепрыгивает через мягкие модули и прыгает в обручи (классики), возвращается обратно и передает эстафету следующему (хлопком). Побеждает команда, финишировавшая первыми.

Студенты убирают инвентарь

Ведущий: итак, все эстафеты окончены. Осталось подсчитать баллы и определить победителя. Пока жюри оценивают последние испытания и подводят итоги, ребята дошкольного отделения Школы №12 подарят флэшмоб «**Я, ты, он, она!**»!

Команды занимают места на скамье. Звучит музыка. В центр зала выходят воспитанники МБОУ СШ №12

Ведущий: настал момент объявить результаты Спортивного соревнования среди семей города Сургута «Папа, мама, я – здоровая семья». Слово предоставляется жюри.

Выступление жюри. Выходят в центр зала. Оглашается 3 место, далее первое и второе. Студенты выносят кубки, дипломы и подарки.

Ведущий: но на этом еще не все! Каждая семья стала победителем в особой номинации. А слово предоставляется заведующей МБДОУ №47 «Гусельки» Набатовой Ольге Владимировне.

Приветственное слово заведующего. Награждает дипломами в номинациях

В номинации «Самая здоровая семья» побеждает семья _____ и _____ (2 семьи занявшие 1 место)

В номинации «Самая упорная семья» побеждает семья _____

В номинации «За волю к победе» побеждает семья _____

В номинации «Самая целеустремленная семья» побеждает семья _____

В номинации «Самая дружная семья» побеждает семья _____

Ведущий: Здоровые дети - в здоровой семье

Здоровые семьи - в здоровой стране

Здоровые страны - планета здорова,

Здоровье - какое прекрасное слово!

Так пусть на здоровой планете

Растут здоровые дети!

Ведущий: Ну что же Уважаемые участники, жюри и болельщики, вот и подошел к концу наш спортивный праздник. Вы показали, что прекрасно знаете основы здорового образа жизни, показали какие вы быстрые, сильные, смелые и дружные! Желаю Вам не болеть, закаляться, физкультурой заниматься! Чаше улыбаться и быть в хорошем настроении!

Ведущий: А спонсорами нашего сегодняшнего праздника являются: магазин праздников «Веселая затея» и «Парк Атракционов города Сургута»!

Уважаемые гости! Просим всех пройти для совместного фото, впереди сейчас встанут дети.

Эстафеты

Результаты фиксируются на магнитной доске маркером. Каждой команде выставляются баллы по завершению каждой 2-х эстафет. Первой команде 3 балла, второй 2 балла, третьей 1 балл.

1. Распорядок дня

У каждой команды в руках конверты с карточками режима дня. За одну минуту с карточками в руках встать в правильном порядке. У каждого в руках будет по 2 карточки. В зачет идет не только скорость команды, но еще и правильность выполнения задания.

Оборудование: 12 заламинированных карточек А4 или А5 (3 экземпляра), 3 конверта.

2. Водные процедуры

(В коробке находятся предметы (зуб. паста, зуб. щетка, расческа, мыло, полотенце, пена для бритья и другие предметы, не относящиеся к умыванию)

Каждый участник бежит до коробки, берет нужный предмет и возвращается обратно. Учитываются верно выбранные предметы.

Подготовка: студенты расставляют коробки с предметами. После эстафеты забирают их, и складывают в эти же коробки предметы у команд.

Оборудование: зуб. паста, зуб. щетка, расческа, мыло, полотенце пена для бритья и другие предметы, не относящиеся к умыванию (3 экземпляра), 3 коробки(корзины).

3. Полезная корзина

Участник бежит до корзины с полезными овощами и фруктами, берет в руки по одному предмету, и забрасывает в корзину, которая находится на расстоянии 3 м. Каждому участнику даются 3 попытки. Побеждает команда, которая ловчее и быстрее попадет в корзину.

Подготовка: студенты расставляют для каждой команды корзины с фруктами и овощами, через 3 метра пустые корзины. Демонстрируют правильность выполнения эстафеты

Оборудование: 3 корзины с фруктами и овощами 30х3, 3 пустых корзины для метания,

4. Физкультура с мячом

Первыми начинают дети: прокатывают фитбольный мяч между конусами до баскетбольной стойки, обводят её, и возвращаются таким же способом. Вторыми начинают мамы: ведут баскетбольный мяч (отбивают) между конусами до стойки, забрасывают мяч в корзину, ловят и ведут обратно так же. Третьими начинают

папы: ведут футбольный мяч между конусами до баскетбольной стойки, обводят её, и обратно финишируют также. Побеждает команда, финишировавшая первыми.

Подготовка: студенты расставляют конусы, педагоги раздают мячи (фитбол, футбольный, баскетбольный).

Оборудование: 12 конусов (у каждой полосы 4 шт.), 6 футбольных мячей, 6 баскетбольных мячей, 6 фитбольных мячей.

5. Прогулка

Каждый участник бежит с эстафетной палочкой, выкладывает её у обруча (формируя лучики у солнышка), бежит обратно и передаёт эстафету следующему.

Подготовка: студенты расставляют обручи, педагоги раздают в руки каждому участнику эстафетную палочку.

Оборудование: 3 обруча, 18 эстафетных палочек.

6. Тропинка здоровья

Каждый участник на скорость бежит полосу препятствий. Проходит тоннель, перепрыгивает через мягкие модули и прыгает в обручи (классики), возвращается обратно и передает эстафету следующему (хлопком). Побеждает команда, финишировавшая первыми.

Подготовка: студенты и педагоги расставляют тоннели, модули и обручи.

Оборудование: 3 тоннеля, 3 мягких модуля (на каждой полосе 1 шт.), обручи 21 шт. (на каждой полосе 7 шт.).





