





Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Детский сад № 2 г. Спасск



"Мама, папа, я - спортивная семья"

(Сценарий спортивного праздника)

Подготовила:  
инструктор  
по физической культуре  
Пантелеева Н.В.

# Сценарий спортивного праздника

## "Мама, папа, я — спортивная семья"

### **Цель:**

- Организация здорового отдыха семьи.
- Создание условий для общения разных поколений.

### **Задачи:**

- Привить детям интерес к систематическим занятиям физической культурой и спортом.
- Развивать ловкость, силу, подвижность, активность, смекалку, внимательность.
- Воспитывать чувство коллективизма, доброжелательности.

**Оборудование:** стойки – 4 шт., гантели – 4шт., обручи большие – 4шт., ведёрки – 4шт., круги – 16 шт., мячи – 16шт., бельевая верёвка, платочки, прищепки, ракетки -4 шт., мячи -4 шт., воланчик -4 шт., шары -4 шт., обручи маленькие – 12 шт., яблоки, большие корзины, маленькие мячики, канат.

*Спортивная площадка украшена шариками, флажками, лозунгами:*

**Спорт – это здоровье.**

**Спорт это дружба.**

**Спорт – это успех.**

**Всей семьёй - к здоровью.**

*Транслируются спортивные песни, веселая музыка.*

*Музыка смолкает.*

**Ведущий:** *Приветствует зрителей:*

Добро пожаловать, гости дорогие!

Веселья вам да радости желаем.

Давно мы вас ждем-поджидаем,

Праздник без вас не начинаем.

А сегодня на наш праздник пришёл клоун Гоша, и он будет мне помогать.

*Звучит спортивный марш. Под аплодисменты входят команды-участницы.*

**Ведущий:** В наших соревнованиях принимают участие семейные команды:

Семья \_\_\_\_\_

Семья \_\_\_\_\_

Семья \_\_\_\_\_

Семья \_\_\_\_\_

Семья \_\_\_\_\_

Семья \_\_\_\_\_

Оценивать конкурсы будет жюри, в составе которого входят:

.....

**Клоун Гоша:**

Массовость спорта - залог трудовых побед семьи, хорошего настроения и отличного здоровья. Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а веселым на два. И даже с минутами. Не верите? Проверьте сами! И не важно, кто станет победителем в этих шуточных соревнованиях, главное, чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника, атмосферу сердечности и доброжелательности, взаимного уважения и понимания. Давайте помнить о том, что преодолеть жизненные трудности нам с вами будет легче, если мы будем вместе. Я призываю команды к честной спортивной борьбе, желаю всем успеха!

**Ведущий:** спортивный праздник мы начинаем с разминки и со спортивной клятвы:

« Мы участники соревнований, торжественно клянёмся участвовать в этих соревнованиях, соблюдая правила, по которым они проходят и уважая заведомо слабого соперника. Клянёмся!

- Клянёмся соблюдать олимпийский девиз «Быстрее, выше, сильнее».

Что означает: быстрее ветра не бежать, выше крыши не прыгать, сильнее соперника судьбу не бить. Клянёмся!

- Клянемся громче болельщиков не кричать, кроссовками в них не кидать.  
Клянемся!

- Клянемся соревноваться в истинно спортивном духе во славу спорта и во имя чести своей команды. Клянемся!

### ***Программа соревнований***

#### **Быстрые ноги**

Участники каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному, в руках у направляющих эстафетные палочки. По сигналу направляющий в колонне выбегает из-за стартовой линии, бежит по прямой до поворотной стойки, обегает ее, возвращается к своей команде и передает эстафетную палочку следующему участнику, а сам становится в конец своей колонны.

#### **Космические полеты**

Каждая семья строится за общей линией старта в колонну по одному во главе с папой, а замыкающий - ребенок. Перед каждой колонной на расстоянии 15 м установлена поворотная стойка. У папы в руках гимнастический обруч. По сигналу он надевает его на пояс и бежит вперед, обегает стойку, возвращается к колонне и вместе с мамой в одном обруче проделывает то же самое. Затем к ним присоединяется ребенок, и они вместе совершают "космический полет". Выигрывает семья, участники которой быстрее вернуться в исходное положение.

#### **Посадка овощей**

В руках у детей маленькое ведро, в котором четыре предмета. Напротив команды ставятся «лунки». По сигналу дети бегут и сажают «овощи» в четыре «лунки» (по одному предмету), обегают указатели – ориентиры и, вернувшись к маме, передают ей ведро. Мама бежит с ведром в «огород» и собирает урожай из каждой «лунки», обегает указатель – ориентир и быстро возвращается к

команде. Папа, бежит в «огород», убирает «лунки» обегает указатель - ориентир и возвращается к команде.

*(жюри подводит итоги эстафет).*

**Клоун Гоша:** Пока жюри подводит итоги, мы проведем игру со зрителями. Я буду загадывать загадки на спортивную тему, а вы хором отвечайте.

Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги и бегут два колеса.

У загадки есть ответ.

Это мой ... (велосипед).

Кинешь в речку - он не тонет,

Бьешь о стенку - он не стонет,

Будешь оземь ты кидать,

Станет кверху он летать.(мяч)

Взял дубовых два бруска,

Два железных полозка.

На брусках набил я планки.

Где же снег? Готовы ... (санки)

Ног от радости не чую,

С горки снежной вниз лечу я.

Стал мне спорт родней и ближе.

Кто помог мне в этом?.. (лыжи).

Мчусь как пуля я вперед,

Лишь поскрипывает лед

И мелькают огоньки.

Кто несет меня? (коньки).

### **«Большая стирка»**

**Клоун Гоша:** Скажите, а кто дома стирает белье?

Следующий наш конкурс называется «Большая стирка».

На натянутую веревку ребенок с мамой вешает платочки и закрепляет их прищепками, папа снимает платки и прищепки. Побеждает команда, выполнившая задание за минимальное количество времени.

Игра начинается по сигналу судьи. Заступать за линию старта запрещается. Прищепки и платки вешать и снимать по 1 штуке.

### **Эстафета с надувным шаром**

Участники строятся за общей линией старта в колонну по одному. У ребенка в руках надувной шар. По сигналу он, подбивая шар, продвигается вперед до поворотной стойки и обратно. Мама выполняет то же, но подбивает шар теннисной ракеткой, папа - гимнастической палкой. Побеждает семья, которая раньше выполнит задание.

### **Тоннель**

Начинают эстафету папы - прыгают на двух ногах из обруча в обруч, пролазят в обруч бегут к фишке. Вторым начинает выполнять задание ребенок, он тоже бежит к фишке. Третьим эстафету проходит мама и затем все вместе возвращаются к линии старта.

### **Конкурс капитанов**

#### **Клоун Гоша:**

Вижу я со стороны

Команды в технике равны.

Взглянуть хочу я побыстрей

Чьи капитаны пошустрей.

Разложены шары (количество не ограничено). Капитаны команд должны лопать воздушные шары. Кто больше лопнет шаров, тот и выиграл. После конкурса, все лопнувшие шары отдаются жюри для подсчета.

## Конкурс «Интеллектуальный»

### Клоун Гоша:

Загадки для команд:

Меня хлопали лопатой,

Меня сделали горбатой.

Меня били, колотили,

Ледяной водой облили,

А потом с меня, крутой,

Все скатились гурьбой.

*(Горка)*

Ног от радости не чую,

С горки снежной вниз лечу я!

Стал мне спорт родней и ближе.

Кто помог мне в этом

*(Лыжи)*

На рояль я не похож,

Но педаль имею тоже.

Кто не трус и не трусиха,

Прокачу того я лихо.

У меня мотора нет.

Как зовусь?

*(Велосипед)*

Взял дубовых два бруска,

Два железных полозка.

На бруски набил я планки.

Дайте снег! Готовы...

*(Санки)*

Обгонять друг друга рады,

Ты смотри, дружок, не падай!

Хороши они, легки, быстроходные...

*(Коньки)*

Он лежать совсем не хочет,

Если бросишь — он подскочит.

Бросишь снова, мчится вскачь.

Отгадай, что это?

*(Мяч)*

- Не пойму, ребята, кто вы?

Птицеловы? Рыболовы?

Что за невод во дворе?

- Не мешал бы ты игре,

Ты бы лучше отошел.

Мы играем в ...*(Волейбол)*

Силачом я стать хочу.

Прихожу я к силачу:

- Расскажите вот о чем –

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

- Очень просто. Много лет

Ежедневно, встав с постели,

Поднимаю я ... *(Гантели)*

Вот серебряный лужок,

Не видать барашка,

Не мычит на нем бычок,

Не цветет ромашка.

Наш лужок зимой хорош,

А весной не найдешь.

*(Каток)*

Есть, ребята, у меня  
Два серебряных коня.

Езжу сразу на обоих.

Что за кони у меня?

*(Коньки)*

Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора.

Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" -

Значит там игра - ...

*(Хоккей)*

По пустому животу

Бьют меня неумогу;

Метко сыплют игроки

Мне ногами тумаки

*(Футбол)*

Палка в виде запятой

Гонит шайбу пред собой

*(Клюшка)*

**Клоун Гоша:** Игра игрой...

А обед – по расписанию.

Все на свете есть хотят,

Повар нужен для ребят.

Следующий наш конкурс называется:

### **«Готовимся к обеду»**

Родитель с ребёнком бегут до корзины с «продуктами» (в корзине мячи). Они должны принести столько «продуктов», сколько смогут унести. Побеждает команда, самая смекалистая, и в которой окажется больше «продуктов».

## **«Обед»**

На площадке стол с тарелками на которых лежат яблоки. К каждому яблоку привязана нитка. Один участник держит нитку на которой висит яблоко, а два других его едят, без помощи рук. Кто быстрее съест тот и победит.

## **Перетягивание каната**

*(Жюри подводит итоги спортивного праздника)*

*Подведение итогов. Награждение.*

«Пусть всё это проста игра,

Но ею сказать мы хотели:

Великое чудо семья!

Храните её! Берегите её!

Нет в жизни важнее цели!».

Досвидание! До новых встреч.



# "Мама, папа, я - спортивная семья"

(Сценарий спортивного праздника)

Подготовила:  
инструктор  
по физической культуре  
Пантелеева Н.В.

# Сценарий спортивного праздника "Мама, папа, я — спортивная семья"

## **Цель:**

- Организация здорового отдыха семьи.
- Создание условий для общения разных поколений.

## **Задачи:**

- Привить детям интерес к систематическим занятиям физической культурой и спортом.
- Развивать ловкость, силу, подвижность, активность, смекалку, внимательность.
- Воспитывать чувство коллективизма, доброжелательности.

**Оборудование:** стойки – 4 шт., гантели – 4шт., обручи большие – 4шт., ведёрки – 4шт., круги – 16 шт., мячи – 16шт.,бельевая верёвка, платочки, прищепки, ракетки -4 шт., мячи -4 шт., воланчик -4 шт., шары -4 шт., обручи маленькие – 12 шт., яблоки, большие корзины, маленькие мячики, канат.

*Спортивная площадка украшена шариками, флажками, лозунгами:*

**Спорт – это здоровье.**

**Спорт это дружба.**

**Спорт – это успех.**

**Всей семьёй - к здоровью.**

*Транслируются спортивные песни, веселая музыка.*

*Музыка смолкает.*

**Ведущий:** *Приветствует зрителей:*

Добро пожаловать, гости дорогие!

Веселья вам да радости желаем.

Давно мы вас ждем-поджидаем,

Праздник без вас не начинаем.

А сегодня на наш праздник пришёл клоун Гоша, и он будет мне помогать.

*Звучит спортивный марш. Под аплодисменты входят команды-участницы.*

**Ведущий:** В наших соревнованиях принимают участие семейные команды:

Семья \_\_\_\_\_

Семья \_\_\_\_\_

Семья \_\_\_\_\_

Семья \_\_\_\_\_

Семья \_\_\_\_\_

Семья \_\_\_\_\_

Оценивать конкурсы будет жюри, в составе которого входят:

.....

**Клоун Гоша:**

Массовость спорта - залог трудовых побед семьи, хорошего настроения и отличного здоровья. Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а веселым на два. И даже с минутами. Не верите? Проверьте сами! И не важно, кто станет победителем в этих шуточных соревнованиях, главное, чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника, атмосферу сердечности и доброжелательности, взаимного уважения и понимания. Давайте помнить о том, что преодолеть жизненные трудности нам с вами будет легче, если мы будем вместе. Я призываю команды к честной спортивной борьбе, желаю всем успеха!

**Ведущий:** спортивный праздник мы начинаем с разминки и со спортивной клятвы:

« Мы участники соревнований, торжественно клянёмся участвовать в этих соревнованиях, соблюдая правила, по которым они проходят и уважая заведомо слабого соперника. Клянёмся!

- Клянёмся соблюдать олимпийский девиз «Быстрее, выше, сильнее».

Что означает: быстрее ветра не бежать, выше крыши не прыгать, сильнее соперника судьбу не бить. Клянемся!

- Клянемся громче болельщиков не кричать, кроссовками в них не кидать.  
Клянемся!

- Клянемся соревноваться в истинно спортивном духе во славу спорта и во имя чести своей команды. Клянемся!

### ***Программа соревнований***

#### **Быстрые ноги**

Участники каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному, в руках у направляющих эстафетные палочки. По сигналу направляющий в колонне выбегает из-за стартовой линии, бежит по прямой до поворотной стойки, обегает ее, возвращается к своей команде и передает эстафетную палочку следующему участнику, а сам становится в конец своей колонны.

#### **Космические полеты**

Каждая семья строится за общей линией старта в колонну по одному во главе с папой, а замыкающий - ребенок. Перед каждой колонной на расстоянии 15 м установлена поворотная стойка. У папы в руках гимнастический обруч. По сигналу он надевает его на пояс и бежит вперед, обегает стойку, возвращается к колонне и вместе с мамой в одном обруче проделывает то же самое. Затем к ним присоединяется ребенок, и они вместе совершают "космический полет". Выигрывает семья, участники которой быстрее вернуться в исходное положение.

#### **Посадка овощей**

В руках у детей маленькое ведро, в котором четыре предмета. Напротив команды ставятся «лунки». По сигналу дети бегут и сажают «овощи» в четыре «лунки» (по одному предмету), оббегают указатели – ориентиры и, вернувшись к маме, передают ей ведро. Мама бежит с ведром в «огород» и собирает урожай из каждой «лунки», оббегают указатель – ориентир и быстро возвращается к

команде. Папа, бежит в «огород», убирает «лунки» обегает указатель - ориентир и возвращается к команде.

*(жюри подводит итоги эстафет).*

**Клоун Гоша:** Пока жюри подводит итоги, мы проведем игру со зрителями. Я буду загадывать загадки на спортивную тему, а вы хором отвечайте.

Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги и бегут два колеса.

У загадки есть ответ.

Это мой ... (велосипед).

Кинешь в речку - он не тонет,

Бьешь о стенку - он не стонет,

Будешь оземь ты кидать,

Станет кверху он летать.(мяч)

Взял дубовых два бруска,

Два железных полозка.

На брусках набил я планки.

Где же снег? Готовы ... (санки)

Ног от радости не чую,

С горки снежной вниз лечу я.

Стал мне спорт родней и ближе.

Кто помог мне в этом?.. (лыжи).

Мчусь как пуля я вперед,

Лишь поскрипывает лед

И мелькают огоньки.

Кто несет меня? (коньки).

### **«Большая стирка»**

**Клоун Гоша:** Скажите, а кто дома стирает бельё?

Следующий наш конкурс называется «Большая стирка».

На натянутую веревку ребенок с мамой вешает платочки и закрепляет их прищепками, папа снимает платки и прищепки. Побеждает команда, выполнившая задание за минимальное количество времени.

Игра начинается по сигналу судьи. Заступать за линию старта запрещается. Прищепки и платки вешать и снимать по 1 штуке.

### **Эстафета с надувным шаром**

Участники строятся за общей линией старта в колонну по одному. У ребенка в руках надувной шар. По сигналу он, подбивая шар, продвигается вперед до поворотной стойки и обратно. Мама выполняет то же, но подбивает шар теннисной ракеткой, папа - гимнастической палкой. Побеждает семья, которая раньше выполнит задание.

### **Тоннель**

Начинают эстафету папы - прыгают на двух ногах из обруча в обруч, пролазят в обруч бегут к фишке. Вторым начинает выполнять задание ребенок, он тоже бежит к фишке. Третьим эстафету проходит мама и затем все вместе возвращаются к линии старта.

### **Конкурс капитанов**

#### **Клоун Гоша:**

Вижу я со стороны

Команды в технике равны.

Взглянуть хочу я побыстрей

Чьи капитаны пошустрей.

Разложены шары (количество не ограничено). Капитаны команд должны лопать воздушные шары. Кто больше лопнет шаров, тот и выиграл. После конкурса, все лопнувшие шары отдаются жюри для подсчета.

## Конкурс «Интеллектуальный»

### Клоун Гоша:

Загадки для команд:

Меня хлопали лопатой,

Меня сделали горбатой.

Меня били, колотили,

Ледяной водой облили,

А потом с меня, крутой,

Все скатились гурьбой.

*(Горка)*

Ног от радости не чую,

С горки снежной вниз лечу я!

Стал мне спорт родней и ближе.

Кто помог мне в этом

*(Лыжи)*

На рояль я не похож,

Но педаль имею тоже.

Кто не трус и не трусиха,

Прокачу того я лихо.

У меня мотора нет.

Как зовусь?

*(Велосипед)*

Взял дубовых два бруска,

Два железных полозка.

На бруски набил я планки.

Дайте снег! Готовы...

*(Санки)*

Обгонять друг друга рады,

Ты смотри, дружок, не падай!

Хороши они, легки, быстроходные...

*(Коньки)*

Он лежать совсем не хочет,

Если бросишь — он подскочит.

Бросишь снова, мчится вскачь.

Отгадай, что это?

*(Мяч)*

- Не пойму, ребята, кто вы?

Птицеловы? Рыболовы?

Что за невод во дворе?

- Не мешал бы ты игре,

Ты бы лучше отошел.

Мы играем в ...*(Волейбол)*

Силачом я стать хочу.

Прихожу я к силачу:

- Расскажите вот о чем –

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

- Очень просто. Много лет

Ежедневно, встав с постели,

Поднимаю я ... *(Гантели)*

Вот серебряный лужок,

Не видать барашка,

Не мычит на нем бычок,

Не цветет ромашка.

Наш лужок зимой хорош,

А весной не найдешь.

*(Каток)*

Есть, ребята, у меня  
Два серебряных коня.

Езжу сразу на обоих.

Что за кони у меня?

*(Коньки)*

Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора.

Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" -

Значит там игра - ...

*(Хоккей)*

По пустому животу

Бьют меня неумогу;

Метко сыплют игроки

Мне ногами тумаки

*(Футбол)*

Палка в виде запятой

Гонит шайбу пред собой

*(Клюшка)*

**Клоун Гоша:** Игра игрой...

А обед – по расписанию.

Все на свете есть хотят,

Повар нужен для ребят.

Следующий наш конкурс называется:

### **«Готовимся к обеду»**

Родитель с ребёнком бегут до корзины с «продуктами» (в корзине мячи). Они должны принести столько «продуктов», сколько смогут унести. Побеждает команда, самая смекалистая, и в которой окажется больше «продуктов».

## **«Обед»**

На площадке стол с тарелками на которых лежат яблоки. К каждому яблоку привязана нитка. Один участник держит нитку на которой висит яблоко, а два других его едят, без помощи рук. Кто быстрее съест тот и победит.

## **Перетягивание каната**

*(Жюри подводит итоги спортивного праздника)*

*Подведение итогов. Награждение.*

«Пусть всё это проста игра,

Но ею сказать мы хотели:

Великое чудо семья!

Храните её! Берегите её!

Нет в жизни важнее цели!».

До свидание! До новых встреч.