

**Департамент образования  
комитета по социальной политике и культуре администрации города Иркутска  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Иркутска  
детский сад № 158  
(МБДОУ г. Иркутска детский сад № 158)**

664057, г. Иркутск, проспект Маршала Жукова, 100, тел/факс (3952) 35-87-03      mdou158irkutsk@mail.ru

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ г. Иркутска детским  
садом № 158  
\_\_\_\_\_ В.А.Куковская

**ПОЛОЖЕНИЕ  
о проведении соревнований  
"Папа, мама, я – спортивная семья"**

**Цель:** Привлечь внимание детей и их родителей к занятиям физической культурой и спортом. Доставить детям и их родителям удовольствие от совместных занятий физкультурой, способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи. Пропагандировать значение физической культуры как средства достижения физической красоты, силы, ловкости, выносливости, как интересной игры для детей и взрослых.

**Задачи:**

1. Мотивация занятий физкультурой и спортом в целях оздоровления;
2. Развитие психофизических качеств учащихся;
3. Совершенствование умений и навыков, полученных на уроках в игровых ситуациях.

**Время и место проведения:**

18 ноября 2021 г. в 16:30 ч. в спортивном зале МБДОУ города Иркутск детский сад № 158

**Участники соревнований:**

К участию в соревнованиях допускаются родители детей старшего дошкольного возраста. Приглашаются болельщики.

**Программа соревнований:**

Программа соревнований включает в себя спортивные эстафеты (Приложение). Команда участвует в лично-командном зачете.

**Определение победителей:**

Места в эстафетах определяются по времени или лучшему результату, показанному командами в конкурсе. Общее место определяется по наименьшей сумме мест, показанной командой во всех эстафетах. Если команды наберут одинаковое количество мест, то предпочтение отдается команде, показавшей лучшее время в комбинированной эстафете.

**Награждение:**

Все участники награждаются дипломами, призами.

**ПРОГРАММА**  
**проведения соревнований**  
**"Папа, мама, я – спортивная семья"**

Спортивный зал оформлен шарами, плакатами с названием соревнований «Папа, мама, я – спортивная семья».

Звучит музыка. Под аплодисменты в зал входят участники команд.

Построение.

**Ведущий:** Добрый день дорогие друзья! Мы очень рады приветствовать вас на нашем празднике «Мама, папа, я – спортивная семья». Мы собрались здесь, чтобы посоревноваться в силе и ловкости, скорости и выносливости. Пусть девизом нашей сегодняшней встречи станут простые слова «Спорт поможет нам везде: и в учебе, и в труде!».

Сегодня на нашем празднике мы рады приветствовать дружные спортивные семьи (приветствуем участников, название команды, девиз).

Оценивать наши успехи будет жюри в составе (представление жюри).

Заниматься физкультурой полезно, весёлой физкультурой - вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а весёлым на два.

Призываю команды к честной спортивной борьбе, желаю всем успехов.

И пусть победит сильнейший.

«Папа, мама, я - спортивная семья!»

Значит, дружная семья!

И здоровая семья!

Без движения - ни дня

Папа, мама, я!

**1.Конкурс «Разминка».**

1.1. Дается слово «физкультура» (будет другое слово). Вам надо составить из него как можно больше слов, каждая буква используется один раз. Победителем будет команда назвавшая последнее слово. Время на раздумья 1 минута.

1.2.Какие виды спорта вы знаете? Назовите. Кто назовёт последний вид спорта тот и победитель.

А теперь, господа

Будем играть,

Чтобы всем показать

Молодецкую статью.

**2. Конкурс «Поезд».**

Папа обегает фишку, возвращается, берет за руку маму, обегает, берут за руку ребенка и обежав фишку возвращаются к финишу.

**3. Конкурс «Ловкие ручки»**

Сначала каждый из участников обегает фишку, толкая ракеткой воздушный шарик, затем обвести гимнастической палкой мяч вокруг фишки, а потом на руках пронести ребенка.

**Ведущий:** Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно. Только надо знать, как здоровым стать! Что ж друзья! Расслабляться нам нельзя! Дух перевели - конкурс номер три!

**4.Конкурс «Дартс»**

Каждый по два дротика пускает в цель, затем подсчитываем очки, выигрывает тот, кто больше очков наберет.

**5. Конкурс «Челноки» и**

Нужно из одного обруча перенести мяч в другой и передать эстафету другому.

#### **6. «Комбинированная эстафета»**

Нужно перекатиться по мату, пролезть в обруч, попрыгать 5 раз через скакалку и передать эстафету другому.

#### **7.Конкурс «Лопни шар»**

Каждому участнику к ноге привязывают шар. По команде все разбегаются, пытаются лопнуть шар другого участника и сохранить свой.

**Ведущий:** Итак, наш праздник завершен. Внимание! Внимание! Объявляем итоги конкурса «Папа, мама, я - спортивная семья»

**Награждение грамотами и призами.**

**Ведущий:** Всем спасибо за участие!