**Сценарий спортивного досуга «Cпорт-Fameli»**

**для детей подготовительной группы и родителей.**

**Ход праздника**

Ведущий. Команды, мы рады вас приветствовать на нашем спортивном досуге «Cпорт-Fameli» Наш праздник посвящен спорту и здоровью.

Спорт – это жизнь!Это легкость движенья!

Спорт вызывает у всех уважение!Спорт продвигает всех вверх и вперед.

Бодрость, здоровье он всем придает!

2 – ребенок

Здоровые дети - в здоровой семье!Здоровые семьи в здоровой – стране!

Здоровые страны – планета здорова!Здоровье! Какое прекрасное слово!

Так пусть на здоровой планетеРастут Здоровые люди!

Ведущий. Сегодня наши дружные, веселые, находчивые ребята примут участие в наших соревнованиях. Представляю наши команды «ловкачи» и «силачи» и помогать им будут ответственные родители.

Ведущий. Перед любыми соревнованиями положена разминка, размять все мышцы, все как полагается у серьезных спортсменов (инструктор с семьями проводит разминку).

Ведущий: Внимание, внимание все становись на веселое состязание. За каждую победу команд будет зарабатывать победное очко ввиде пазла.

Конкурсы

1. Конкурс «Слушай сигнал»

Семьи в командах стоят в колоннах. По команде ведущего «раз, два, три – беги!» (играет музыка) команды разбегаются по площадке. Как только ведущий сказал: «Стройся!» (музыка прекращается), команды должны быстро встать на свои места.

Ведущий:Бег бывает очень разный,

Быстрый, медленный и средний,

Бег с препятствием, барьерный,

И выигрывает тот, кто ни в чем не отстает!

2. Конкурс «Бегуны»

Команды строятся по одному: взрослый, ребенок. Взрослый бежит до дальней кегли, оббегает ее, возвратившись, передает эстафетную палочку, потом бежит ребенок до самой ближней кегли, оббегает, возвращается обратно.

Судьи подводят итог

3. Конкурс «Мой весёлый звонкий мяч»

ребенок прыгает на двух ногах с зажатым между ногами мячом до ориентира и обратно;

взрослый берет две палки, на них кладется мяч – нужно донести его до ориентира и обратно;

Судьи подводят итоги.

Ведущий. Видов спорта много есть на свете, даже всех не перечесть. Будем мы играть, виды спорта вспоминать.

4. Конкурс «Виды спорта»

Команды за ограниченное количество времени должны вспомнить ,летние и зимние виды спорта. Побеждает команда, назвавшая наибольшее количество видов спорта.

Судьи подводят итоги

5.Конкурс «прыгуны»

Выбирается по 1 участнику их команды:ребенок- прыгает на нейроскакалке,

Взрослый(папы) – через скакалку. Кто дольше продержался в прыжках, тот и побеждает.

6. Эстафета «Снайперы»

Расстановка команд: первый в обруче стоит ребёнок, у него три мяча, в трёх метрах от ребёнка стоит в обруче взрослый, дальше в трёх метрах стоит в обруче взрослый с корзиной в руках. Первый бросает мяч ребенок, взрослый ловит мяч руками, повернуться и забросить мяч в корзину, держащую в руках родителя (из обручей выходить нельзя). Выигрывает команда, у кого из больше окажется мячей в корзине!

7. Конкурс «Темнота»

Взрослым завязывают глаза. Они из всех команд должны с завязанными глазами отыскать именно своего ребенка – отвести в сторонку, не развязывая повязки. Все команды будут стоять в одной группе – «их перемешивают». Еще одно условие: мамы будут отыскивать членов семьи одновременно. Выиграет та команда,в которая быстрее справится с заданием.

8. Конкурс «Водитель»

Папам докатить автомобиль до линий финиша.

9. Конкурс «Самая спортивная мама».

Крутят обручи все мамы.

10. Заключительный конкурс «Семейный прыжок»

Первый участник команды подходит к стартовой черте и выполняет прыжок двумя ногами в длину с места. Фиксируется результат мелом по пяткам. Следующий участник подходит на то место, куда допрыгнул предыдущий участник, и выполняет с того места и т.д. Побеждает команда, длина семейного прыжка у которой окажется больше.

Судьи подводят итоги

Праздник заканчивается подведением итогов и награждением команд.