Веселые старты для всей семьи.

Автор: Осипова Н.А., инструктор по физической культуре.

Сценарный план.

Дата проведения: 29.11.2019 г.

Участники: воспитанники 6-7 лет, их родители (законные представители), воспитатели.

Цель: обеспечить активный отдых для всей семьи посредством привлечения родителей к совместным с детьми спортивно-массовым мероприятиям.

Задачи:

1.Прививать детям интерес к занятиям физической культурой.

2.Развивать физические качества: быстрота, выносливость, ловкость.

3.Способствовать развитию личностных качеств: активности, самостоятельности, инициативности, на основе замятий физической культурой.

4.Воспитывать решительность, чувство коллективизма и доброжелательности.

Оборудование: стойки - 10 шт., мячи-хопы - 2 шт., туннели - 2 шт., мячи (баскетбольный, волейбольный, резиновый - по 2 шт.), корзины - 4 шт., обручи - 5 шт.

Предварительная работа: беседа о правилах поведения в местах проведения массовых мероприятий; подготовка кричалок (2-3); подготовка баннеров, плакатов в поддержку спортивных команд.

Этапы:

1). Приветствие участников спортивных соревнований (круг почета).

2). Речевки от болельщиков в поддержку участников соревнований (готовят воспитатели с детьми-болельщиками).

Представление судейской коллегии …

3). Эстафеты для участников и игры для болельщиков.

• «Комбинированная эстафета».

• Игра для болельщиков «Перебежки» (гендерный подход: мальчики и девочки)

Подведение итогов эстафеты № 1: слово судьям.

• Эстафета «Биатлон»

• Загадки для болельщиков (загадывают воспитатели).

Подведение итогов эстафеты № 2: слово судьям.

• Эстафета «Островки».

• Командная игра для болельщиков: «Ловишка, бери ленту».

• Эстафета для болельщиков «Лягушата».

Подведение итогов эстафеты № 3: слово судьям.

4). Задания для спортсменов вне зачета:

1. Соревнование для капитанов «Крутятся скакалки».
2. Конкурс для мам «Грация».
3. Конкурс для пап «Челночный бег».

5). Подведение итогов спортивных соревнований: выступление судей, награждение участников, фото на память.

ХОД СОБЫТИЯ
Построение участников, приветствие.
Инструктор.
Приветствуем всех, кто любит физкультуру и стремится к победе на спортивных соревнованиях «Папа, мама, я - спортивная семья».
Выступление детей 5-6 лет. Номер выступления «Танец с зонтиками».
Инструктор.
Представляю семейные спортивные команды: Вирсавия с мамой и папой и так далее.
Инструктор.
Объявляется состав судейской коллегии: ….
Инструктор.
Судьи готовят жетоны для жеребьевки. Жетоны обозначают номер забега и номер сектора.
Инструктор.
Объявляются условия проведения соревнований. Для каждой эстафеты проводится жеребьевка, чтобы спортсмены знали номер своего забега. Спортсмены занимают места на старте, согласно жеребьевке. По сигналу «свисток» начинается старт. Для каждой команды засекается время, начиная с сигнала - «свисток» и оканчивая моментом, когда последний спортсмен пересечет линию на финише.
Инструктор.
Капитаны команд - дети отправляются на жеребьевку для участия в эстафете «Морские приключения».
Судьи в таблицу результатов вносят номер забега участников и сектор. Для забегов определены три сектора. Нумерация секторов начинается слева.
Внимание! Начинаем соревнования! Приглашаются спортсмены для первого забега… для второго забега… для третьего забега
Эстафета №1 «Морские приключения».
Содержание. Мама катит модуль между 3 фишками змейкой до туннеля, где ждет ее ребенок. Мама передает эстафету ребенку, который пролезает в туннель, оббегает стойку, пролезает обратно в туннель, передает эстафету папе. Папа выполняет то же самое.
Игра для болельщиков «Перемена мест» (учет гендерного подхода: мальчики и девочки)
Содержание: поменяться местами так, чтобы занять места в чередовании мальчик-девочка.
Подведение итогов эстафеты № 1: слово судьям.
Инструктор.
Судьи готовят жетоны для жеребьевки. Мамы отправляются на жеребьевку для эстафеты № 2. Судьи в таблице фиксируют номер забега и номер сектора команды.
Объявляется эстафета № 2 «Биатлон».
Содержание. Папа бежит змейкой между 3 фишками, останавливается возле корзины №1 с мячами, берет мяч и кладет его в другую корзину №2, оббегает корзину №2, возвращается по прямой и передает эстафету маме. Мама также

бежит, из корзины №1 берет мяч и выполняет те же действия, передает эстафету ребенку. Ребенок бежит до корзины №1, берет мяч, бежит до корзины №2, кладет мяч, оббегает корзину № 2 и по прямой бежит обратно.

ЗАГАДКИ для болельщиков (загадки о здоровом образе жизни загадывают воспитатели, выбор загадок осуществляется по собственной инициативе воспитателей).

Подведение итогов эстафеты 2: слово судьям.

Инструктор.

Судьи готовят жетоны для жеребьевки. Папы отправляются на жеребьевку для эстафеты № 3. Судьи в таблице фиксируют номер забега и номер сектора команды.

Этафета № 3 «Островки».

Содержание. Первой бежит мама, раскладывает на фишки 5 обручей на одинаковом расстоянии, оббегает стойку и возвращается по прямой. Второй бежит ребенок, оббегает змейкой обручи, стойку, возвращается по прямой и передает эстафету папе. Третий бежит папа, собирает обручи, добегает до стойки, оббегает ее и возвращается по прямой, - финиширует.

Командная игра для болельщиков: «Ловишка, бери ленту».

Цель: развивать ловкость, совершенствовать навыки бега в разных направлениях, не наталкиваясь, друг на друга, действовать по сигналу.

Содержание игры.

В игре соперничают группы болельщиков. Играющие дети из одной группы становятся в круг, ловишка - соперник из другой группы, стоит в центре круга. Все, кроме ловишки, получают ленточку из цветного материала, которую они закладывают сзади за пояс шорт (футболка должна быть заправлена). По сигналу: «Беги!» - дети разбегаются по площадке. Ловишка бегает за играющими, стремясь вытянуть у кого-нибудь из них ленточку. Игроки, лишившиеся ленточки выбывает из игры. По сигналу инструктора по физической культуре: «Раз, два, три, в круг скорей беги!» - все дети становятся в круг. Ловишка подсчитывает количество взятых лент и возвращает их детям из своей команды. Игра возобновляется с новым ловишкой и новым составом игроков. В итоге сравнивается количество лент у ловишек из каждой команды соперников.

Условие: количество убегающих должно быть одинаковым для каждого ловишки. Каждая игра длится 30 сек.

Подведение итогов эстафеты № 3: слово судьям.

Эстафета для болельщиков «Лягушата».

Содержание. Дети каждой группы, путем согласования, договариваются и выбирают по 6 спортсменов (3 мальчика и 3 девочки) для участия в эстафете. По сигналу «Свисток», первые спортсмены бегут до обручей, прыгают из обруча в обруч, одновременно перекладывают мягкие модули справа - налево, бегут до стойки, оббегают стойку и бегут до обручей. Прыгая из обруча в обруч, спортсмены перекладывают мягкие модули на место слева - направо. Возвращаются в команду и передают эстафету следующему спортсмену.

Задания для спортсменов вне зачета.

1. Соревнование для капитанов «Крутятся скакалки» - участники одновременно начинают прыгать через короткую скакалку до первой ошибки или остановки.

Спортсмены, которые ошиблись, - выбывают. Участник, который продержится дольше всех будет победителем (награда - кричалки).

2. Конкурс для мам «Грация» - мамы становятся в круг, кладут на голову мешочки, наполненные крупой. Играет любая энергичная музыка, а мамы двигаются друг за другом по кругу, импровизируя танцевальные движения. Те, у кого упадет мешочек, выбывают (награда - кричалки). Длительность до 3 мин.
3. Конкурс для пап «Челночный бег» - папы становятся в шеренгу на старте. На расстоянии 5-6 м от каждого спортсмена за линией находятся по 3 кубика. По сигналу: «Свисток», папы бегут к линии с кубиками, берут один кубик и несут его на финишную прямую (место старта), возвращаются за вторым кубиком и делают то же, бегут за третьим кубиком и в руках держа кубик, пересекают финиш. Определяются призеры: 1-е место, 2-е место, 3-е место.

Подведение итогов соревнований.
Награждение участников.
Фото на память.