

Сценарий праздника

«Папа, Мама, Я – ГТО сдает семья»

Цель: Формирование здорового образа жизни семей школьников, определение физической подготовки подготовительной к школе группы дошкольной образовательной организации, через сдачу нормативов «Готов к труду и обороне».

Задачи: - популяризация двигательной деятельности и формирование здорового образа жизни среди детей и их родителей;

- воспитание лидерских качеств и коллективизма;
- приобретение опыта выступления в соревнованиях;
- определение уровня развития двигательных качеств дошкольников.

Место проведения: ФОК «Юбилейный»

Дата проведения: 27 апреля 2023г. Начало соревнований в 10.30 час.

Участники соревнований: Соревнования проводятся среди семейных команд, состоящих из одного дошкольника 6-7 лет дошкольного образовательного учреждения и двух родителей (папа, мама).

К участию соревнований «Папа, Мама, Я – ГТО сдает семья» допускаются участники, зарегистрированные на сайте ГТО и имеющие уникальный идентифицированный номер.

Определение победителей:

Победители определяются по лучшему результату.

Предварительная работа: Подготовка каждой семейной команды к конкурсу: форма, эмблема, приветствие. Проведение тренировочных занятий перед соревнованиями. Подготовка атрибутов для конкурса.

Ход мероприятия:

Вед1: Здравствуйте, дорогие ребята,

Вед 2: Добрый день уважаемые гости, болельщики!

Вед1: Нам очень приятно видеть всех Вас! Мы начинаем праздник

Вместе: «Папа, мама, я – ГТО сдает семья»!

Вед 2: Сегодня, после сдачи норм ГТО результаты участников будут официально внесены в единую базу данных России, т.е. у наших участников есть возможность получить знак ВФСК ГТО. И мы желаем Вам успехов!

Вед1: Быть здоровым – это модно!

Вед2: Быть здоровым – это классно!

Вед1: Здоровая семья – сильная Страна!

Вед2: Именно под этим девизом будет проходить сегодня наше мероприятие.

А теперь давайте поприветствуем участников сегодняшних соревнований. В них будут участвовать _____ команд. Мы рады приветствовать дружные спортивные семьи. *(Звучит спортивный марш, под аплодисменты выходят команды-участницы, проходят круг почёта и строятся в одну шеренгу.)*

Вед 2: В наших соревнованиях принимают участие семейные команды:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.

Оценивать ваши успехи будет жюри в составе...

(Представление жюри.)

Вед1: Пусть жюри весь ход сраженья без промашки проследит.

Кто окажется дружнее, тот в бою и победит.

Вед: «Желаем всем семьям участницам удачи и пусть победит сильнейший, пусть этот праздник принесет, только положительные эмоции и в будущем золотые знаки отличия ГТО!»

Вед2: Слово командам, для представления...

Домашнее задание, представление команд

* **Название:** ... * **Девиз:**... * **Эмблема:**...

Вед1: Прежде, чем начать соревнования, мы предлагаем вам встать на весёлую разминку.

«Разминка»

(все желающие встают и повторяют движения за инструктором по физической культуре, под весёлую песню «Утренняя гимнастика» (в исполнении группы «Непоседы»))

Вед2: А теперь, команды на старт! Мы переходим, к сдаче норм ГТО всей семьёй. Участникам раздаются маршрутные листы на каждый вид спорта. Выполнив упражнение и получив результат, переходите на следующую станцию. Как только, пройдете, все станции ГТО, ждём вас здесь для игры в весёлые эстафеты.

(командам раздаются маршрутные листы)

1. Челночный бег 3 по 10 метров, добегаем до линии, касаемся рукой пола за линией, возвращаемся обратно до линии старта, касаемся рукой пола за линией старта и финишируем за линией финиша;

2. Прыжки в длину с места толчком двумя ногами, дается три попытки, засчитывается лучший результат.

3. Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, ноги согнуты в коленях, родитель фиксирует ноги ребенка руками. При поднимании туловища необходимо коснуться локтями колен (учитывается количество раз за 30 секунд).

4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа от скамьи (количество раз, коснуться грудью).

5. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (сантиметры от уровня скамьи).

6. Метание теннисного мяча в цель (дистанция 6 метров, дается 3 попытки, засчитывается лучшая попытка).

7. Эстафета с надувным шаром

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

8. Эстафета с ведением мяча

И.п. участников как в предыдущей игре. Перед каждой семьей на всем расстоянии до поворотной стойки расставлены еще три такие стойки. Ребенок прокатывает баскетбольный мяч зигзагообразно между стойками. Мама выполняет баскетбольное ведение. Папа – ведёт ногами футбольный мяч «змейкой» между конусами. Семья, которая закончит эстафету первой, объявляется победителем.

9. Эстафета «Веселые обручи»

На старте лежит один обруч, затем два обруча, потом один. На финише ещё три обруча. Задание в один обруч надо запрыгнуть двумя ногами, в два обруча – одна нога в один обруч, другая – в другой. Затем опять двумя ногами в один. Добежать до следующих обручей, продеть их по одному через себя, обратно бег.

(жюри подводит итоги 9 эстафет).

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 чуя,
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*).

Подведение итогов. Награждение.

Вед1: «Пусть всё это проста игра, но ею сказать мы хотели:

Великое чудо семья! Храните её! Берегите её! Нет в жизни важнее цели!».

Вед2: До свидания! До новых встреч.

Маршрутный лист станций сдачи ГТО

1семья	1.Прыжок в длину с места	2.Челночный бег 3x10	3.Поднимание туловища за 30сек.	4.Сгибание рук в упоре лежа	5.гибкость	6.Метание теннисного мяча в цель
2семья	1Челночный бег 3x10	2.Поднимание туловища за 30сек.	3.Сгибание рук в упоре лежа	4.гибкость	5.Метание теннисного мяча в цель	6.Прыжок в длину с места
3семья	1.Поднимание туловища за 30сек.	2.Сгибание рук в упоре лежа	3.гибкость	4.Метание теннисного мяча в цель	5.Прыжок в длину с места	6.Челночный бег 3x10
4семья	1.Сгибание рук в упоре лежа	2.гибкость	3.Метание теннисного мяча в цель	4.Прыжок в длину с места	5.Челночный бег 3x10	6.Поднимание туловища за 30сек.
5семья	1.гибкость	2.Метание теннисного мяча в цель	3.Прыжок в длину с места	4.Челночный бег 3x10	5.Поднимание туловища за 30сек.	6.Сгибание рук в упоре лежа
6семья	1.Метание теннисного мяча в цель	2.Прыжок в длину с места	3.Челночный бег 3x10	4.Поднимание туловища за 30сек.	5.Сгибание рук в упоре лежа	6.гибкость



