**«Семейный марафон»**

**Ведущая:**

Чтоб расти и закаляться

Не по дням, а по часам,

Физкультурой заниматься нужно нам!!!

Здравствуйте дорогие ребята и уважаемые гости. Нам очень приятно видеть всех вас сегодня в туристической базе отдыха **«Терменлик»** на нашем семейном марафоне.

Участники соревнования будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте.

Пришло время с ними познакомится. В соревнованиях примут участие 2 команды. Встречаем участников нашего марафона.

Поприветствуем первую команду – команда Гитинковых, капитан команды Гитинкова Аджанат (команда проходит по кругу и строится в шеренгу у старта)

Поприветствуем вторую команду- команда Омаровых, капитан команды Омарова Патимат. (команда проходит по кругу и строится в шеренгу у старта)

Предоставим слово обеим командам:

Команда Гитинковых- наша команда **«Великолепная четверка»**

**Девиз команда:** Противник словно на иголках,

Потому что знает нас!

Великолепная четверка

В игре покажет нынче класс!

Команда Омаровых - наша команда **«Верные друзья»**

**Девиз команды:** Мы команда хоть куда!

В спорте все мы мастера,

Будем бегать, мяч гонять,

За победу воевать!

Уважаемые команды, хочу представить вам наше уважаемое жюри.

**Председатель жюри:**

Гамзатов Хабиб Гамзатович – Завуч по воспитательной работе Манасаульской СОШ

**Члены жюри:**

1 Омарова Разият Махмудовна- старшая вожатая Манасаульской СОШ

2 Омарова Джаврият Джамаловна – социальный педагог Манасаульской СОШ

Перед началом соревнований хочется пожелать каждой команде быть самыми смелыми, самыми первыми.

**Инструктор:** Но перед началом соревнований нужно провести разминку:

**1 Наклоны головы вперед-назад (4-6раз)**

-И.п. ноги на ширине плеч, руки на пояс.

-наклон головы вперед

-вернуться в И.п.

-наклон головы назад

-вернуться в И. п.

**2 Повороты туловища вправо-влево (4-6раз)**

-И.п.- стойка, ноги на ширине плеч, руки за голову.

- поворот туловища вправо, руки в сторону.

-вернуться в И.п.

-поворот туловища влево, руки в сторону.

-вернуться в И.п.

**3 Наклоны вправо-влево (4-6раз)**

-И.п. –стойка, ноги на ширине плеч, руки в стороны.

-наклон к правой ноге, коснуться пальцами рук- правую стопу.

-вернуться в И.п.

-наклон к левой ноге, коснуться пальцами рук левую стопу.

-вернуться в И.п.

4 Прыжки на двух ногах с хлопком над головой (4-6раз)

-И.п. ноги вместе, на счет 1 выполняем прыжок с раздвоением ног и хлопком над головой

-вернуться в И. п

**Ведущая:** Уважаемые команды мы переходим к соревнованиям! Первый конкурс очень важен и для спортсменов, так как можно увидеть слабые и сильные стороны соперника.

(Участники выполняют задания, жюри следят за правильностью выполнений заданий, инструкторы помогают в случае необходимости)

**1 Конкурс «Бег с мячом»**

**Задача участников:** Участвуют взрослые и дети. Вам нужно бежать вперед с мячом в руках, обойти стойку и вернуться обратно, передать мяч следующему участнику своей команды. Побеждает команда, которая добежит первой на место старта.

**Ведущая:** Молодцы!

**2 Конкурс «По кочкам»**

**Задача участников:** Участвуют взрослые и дети. Каждой команде выдается два обруча. Ребенок встает в середину одного обруча, а взрослый кладет впереди второй обруч, для того чтобы ребенок перешел во второй обруч. Обойти стойку и вернуться с ребенком быстрым бегом. Побеждает команда, чьи первыми обойдут и добегут до линии старта.

**3 Конкурс «Семейная идиллия»**

**Задача участников**: Участвуют взрослые. Взрослые встают рядом, их ноги связывают. Получается, что одна нога свободна, а вторая нет. Напротив, пар на расстоянии 3 метров лежат шишки. Участники должны дойти и перенести все шишки по одной в ведро на месте старта. Побеждает команда, которая быстрей соберет все шишки в ведро.

**4 Конкурс «Тройной прыжок»**

**Задача участников:** Участвуют взрослые и дети. Участники команд по очереди прыгают вперед на обеих ногах. Подсчитывается общий результат. Побеждает команда, участники которой прыгнут дальше.

**Ведущая:** Молодцы! Какие сильные наши команды, но командам надо немножко отдохнуть. Наши прекрасные воспитанницы старшей группы подготовили для вас танец.

**«Танец с зонтиками»**

(Танец исполняют воспитанницы старшей группы «Солнышко»)

**5 Конкурс «Огород»**

**Задача участников:** Участвуют взрослые и дети. В ведрах находится картофель. Первый игрок команды должен посадить картофель (разложить в обручи, которые расположены перед каждой командой), следующий игрок команды должен собрать урожай. Побеждает команда, у кого последний игрок прибежит первым на линию старта.

**Ведущая:** Молодцы! Хорошо у вас получается. Команды обратите внимание на болельщиков, как они вас поддерживают.

**6 Конкурс «Репка»**

**Задача участников:** Участвуют взрослые и дети. По сигналу первый участник команды бежит вперед огибает стойку, возвращается и забирает второго участника, продолжая бег. Побеждает команда, у кого все игроки по цепочки, не отрывая руки друг от друга прибегут га линию старта первыми.

**Ведущая:** Молодцы наши участники, бегать умеют, сажать умеют. А сейчас проверим на сколько хорошо они умеют прыгать.

**7 Конкурс «Прыжки в мешке»**

**Задача участников:** Участвуют взрослые. Взрослые участники команды по сигналу инструктора прыгают в мешках до стойки, огибают стойку и возвращаются к своей команде. Побеждает команда, у кого второй взрослый участник прибежит первым на линию старта.

**8 Конкурс «Перекинь через себя»**

**Задача участников:** Участвуют дети. Первый участник бежит вперёд, впереди лежат два обруча, ребенок должен перекинуть обруч через себя. Дойти до стойки и обратно вернуться быстрым бегом.

**Ведущая:** Уважаемые болельщики поддержите наших юных участников.

**9 Конкурс «Пройди через препятствия»**

**Задача участников:** Участвуют взрослые и дети. Первый участник должен перебежать через туннель, перешагнуть через скамейку и вернуться к команде обходя кегли- змейкой. Побеждает команда, та у которой последний участник первый прибежит на линию старта.

**Ведущая:** Слово предоставляем уважаемым членам жюри, для подведения итогов спортивного конкурса «Семейный марафон»

Подведение итогов. Вручение кубка побежденной команде.

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение Детский сад «Ласочка» с. Манасаул

Спортивный конкурс

«Семейный марафон»