

Сценарий семейного спортивного праздника «Быть здоровыми хотим!»

Цель: Установление дружеских взаимоотношений между родителями, детьми и педагогами через форму квест-игры.

Задачи: Познакомить родителей с новыми формами семейного досуга.
Развивать умение быстро принимать решение.
Создавать условия для выявления способностей у каждого члена семьи.

Ход квест-игры.

Ведущий: Добрый день, дорогие друзья! Сегодня к нам пришли спортивные и дружные семьи. Мы очень рады видеть Вас на нашем спортивном празднике «Быть здоровыми хотим!». Если вы готовы провести это время весело и с пользой, то поехали (*разминка под музыку «Эй, ух в здоровом теле здоровый дух»*).

А для того чтобы разделиться на команды вам нужно взять по одному жетончику из коробочки. В жеребьевке участвуют ребята. (*Ребята вытягивают жетоны и делятся на две команды*).



Ведущий: Вот мы и поделились на команды, приклейте жетончик на грудь, придумайте своей команде название и девиз. Итак, мы начинаем. Команда «Силачи» двигается по синим стрелкам, команда «Здравик» по красным стрелкам.

Главное условие вы должны пройти шесть станций, на каждой станции вам будет предложено задание, выполнив его быстро и качественно, вы получите ключ. После того как вы соберете все шесть ключей вам необходимо вернуться на исходную точку, где вы получите карту с указанным местом нахождения ларца здоровья. Кто первый откроет ларец, и выполнит очередное задание, тот будет победителем спортивного праздника. ВСЕМ УДАЧИ!!!

Команды двигаются по стрелкам от станции к станции. После выполнения задания получают ключ.

1 – станция «Бег в штанах»

Первый участник одевает, «штаны» бежит до стойки, оббегает её, возвращаются в свою команду, снимают штаны и передают эстафету следующему. По окончании эстафеты команда получает ключ.



2 – станция «Тоннель из обручей»

Взрослые парами держат обручи, образуя тоннель. Дети друг за другом начинают пролезать в тоннель. Последняя пара с обручем встает впереди и т.д. Необходимо пройти дистанцию от линии старта до линии финиша. На финише команда получает ключ.



3 – станция «Здоровый образ жизни»

Командам предлагается разгадать кроссворд на тему ЗОЖ. После того как команда решит кроссворд, она получает ключ.



4- станция «Переправа»

Участники получают 4 обруча, положив 3 обруча (один на линии старта, другой впереди, в шаге от первого, и третий в шаге от второго), каждый из участников становится в обруч обеими ногами, а четвертый обруч держит в руках. По команде участники, кладут четвертый обруч перед собой, и все участники встают на освободившийся обруч. Последний, освободившийся обруч они передают вперед. Так игроки передвигается до финиша. На финише получают ключ.



5 –станция «Кольцеброс»

Участники подходят к линии, где лежит 3 кольца, и взяв кольцо с расстояния 1,5 метров выполняют бросок кольца на стойку кольцеброса. После того как все участники попадут в цель они получают очередной ключ.



6 –станция «Шарик в лунку»

У шести участников команды в руках по жёлобу длиной 50 см., все становятся в одну шеренгу. Цель игры – прокатывать по жёлобу шарик и попасть в лунку на финише. Для этого каждый из участников, прокатив шарик, по своему жёлобу, становится впереди. Если же шарик выпадает на землю, то участник, который стоит ближе всего к старту подбегает, берет шарик и запускает заново. Как только шарик достигнет цели, команда получает ключ.



После выполнения всех заданий участники возвращаются на исходную точку, получают карту и начинают искать ларец здоровья. Найдя ларец и подобрав ключ, открывают его и выполняют задание «Собери пословицу».

