Сценарий спортивного праздника "Мама, папа, я – спортивная семья!"

**Цели и задачи:** - укрепление отношений между школой и семьѐй;

* сплочение детей и родителей;
* воспитание чувства коллективизма, сопереживания;
* развитие творческого и физического потенциала учащихся;
* развитие интереса к физической культуре и формирование ЗОЖ.

**Оборудование:** мячи резиновые, баскетбольные, скакалки, обручи, кегли, гимнастические скамейки, стойки, бутылки с лимонадом, трубочки, грамоты, сладкие призы.

**Место проведения праздника:** спортивный зал.

# Ход праздника:

**Ведущий:** Добрый день, дорогие друзья! От всей души приветствуем вас на нашем празднике « Папа, мама, я – спортивная семья!»

Давно мы вас здесь поджидаем, праздника без вас не начинаем,

и для каждого из вас найдется и местечко, и словечко!

Сегодня к нам пришли большие и дружные семьи. Мы благодарим вас всех за то, что вы откликнулись на наше приглашение и пришли на наш спортивный праздник.

Все мы прекрасно знаем, как полезно заниматься физкультурой, как необходимо закаляться, делать зарядку, бывать на воздухе, но как трудно бывает порой пересилить себя, встать пораньше, сделать несколько упражнений, облиться холодной водой… Мы откладываем все это на «потом». А что, если заниматься спортом вместе, всей семьей?

Но не только семья, а \_\_\_\_\_\_\_\_семей покажут нам сегодня пример в этом, а мы поддержим их. Итак, на спортивную площадку приглашаются участники семейного спортивного праздника «Папа, мама, я– спортивная семья»!

(***Выступление детей.***

1 ученик.

 Посмотрите — как у нас

Здесь собрался целый класс!

С нами папы, с нами мамы.

Папы бросили диваны,

Мамы бросили кастрюли

И костюмы натянули!

2 ученик . Все хотят соревноваться,

Пошутить и посмеяться!

Силу, ловкость показать,

И сноровку доказать!

3 ученик .Этой встрече все мы рады,

Собрались не для награды,

Нам встречаться чаще нужно,

Чтобы жить всем вместе дружно.

4 ученик.

Папа, мама, я –мы спортивная семья!

Значит, дружная семья!

И здоровая семья!

Без движения - ни дня

Папа, мама, я!

**Ведущий.** Семья- это слово родное!

Сколько в нем света, добра и тепла.

Как мы гордимся своими родными

За все их заслуги, за все их дела.

**Ведущий:** А теперь представляю Вам наше жюри, которое будет внимательно следить за успехами наших команд.

Начинаем с **« Представление команд».** В спорте существуют свои законы и наши спортсмены должны поклясться выполнять их.

# Клятва.

Не жалеть ни рук, ни ног, растрясти чуть-чуть жирок, Чтоб быстрее черепахи бегать ты сегодня смог.

*Клянѐмся!*

Честь команды защищать и доверие оправдать. Ну, а если проиграем, всѐ равно не унывать.

*Клянѐмся!* Маме с папой помогать – где держать, а где толкать, И соперникам подножку ни за что не подставлять.

*Клянѐмся!*

А болельщикам – сидеть и прилежно так болеть: Топать, хлопать и свистеть, но не здорово шуметь.

*Клянѐмся!*

**Ведущий:** В спортивный путь, друзья!

1. **й КОНКУРС**. **«Наша дружная семья». (Обручи, кегли)**

Ребѐнок становится в обруч, бежит, обегает кеглю, возвращается назад, берѐт в обруч родителя, бегут вместе, возвращаются назад, берѐт второго родителя и все вместе бегут до кегли, обегают ее и возвращаются на старт.

**2-й КОНКУРС** для мам **«Попади в корзину» (Баскетбольные мячи)**

На расстоянии 5 м попасть мячом в баскетбольную корзину. Дается три попытки, каждое попадание –1 балл.

**3-й КОНКУРС. «С папой вдвоём» (Обручи)**

Кто преграды не боится? Кто к победе так стремится? Кто сильнее всех на свете? Кто быстрее всех на свете? Это папы и их дети!

Для участия в конкурсе приглашаются папы и капитаны команд.

Папа держит в руках обруч. По сигналу папа должен катить обруч, а ребѐнок должен проскакивать в него с одной и с другой стороны. Добегаете до отметки и меняетесь местами. Побеждает команда, которая справится быстрее и без нарушений.

**Ведущий:** Дорогие зрители, предлагаю сыграть в игру **“Доскажи словечко”.**

-Утром раньше поднимайся, Прыгай, бегай, отжимайся. Для здоровья, для порядка Людям всем нужна*…(зарядка).*

-Кто делает по утрам зарядку?

Хочешь ты побить рекорд? Так тебе поможет…(спорт).

Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса. По дороге едут ноги И бегут два колеса.

У загадки есть ответ:

Это мой*…(велосипед)!*

-Где можно ездить на велосипеде? Кто на льду меня догонит?

Мы бежим вперегонки. А несут меня не кони,

А блестящие*…(коньки).*

-Кто умеет кататься на коньках? Чтоб большим спортсменом стать, Нужно очень много знать.

Вам поможет здесь сноровка, И, конечно, *…(тренировка)* 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).*

**4-й** **КОНКУРС**: **«Эстафета для команд» (Обручи, скакалки)**

1. этап: папа, зажав между коленями мяч, прыжками перемещается до обруча, кладѐт в него мяч и возвращается назад.
2. этап: мама бежит к обручу, берѐт в нѐм скакалку, прыгая через неѐ, возвращается назад.
3. этап: ребѐнок прыгает через скакалку до обруча, кладѐт скакалку в обруч, забирает мяч и возвращается с мячом в команду.

**5-й КОНКУРС**. **Эстафета «Папамамабиль».**

Представим себе, что вся семья пошла в многодневный поход. На пути следования ребенок подвернул ногу. Ему необходима передышка. Задача участников – на сцепленных руках перенести его на определенное расстояние и вернуть на место. Это транспортное средство называется папамамабиль.

**6-й КОНКУРС. «Папа силач». (Мешок или ткань, кегли)**

*Конкурс для пап. Папа садит на мешок ребѐнка везѐт его до кегли, оставляет, возвращается назад, садится мама, везѐт еѐ к сыну и сильный папа возвращает семью обратно.*

**7-й КОНКУРС. «Тройной прыжок».(Мел)**

Первый участник выполняет прыжок в длину. Второй-с того места , где закончил прыжок первый и т.д. Считается общая длина трѐх прыжков.

**8-й КОНКУРС «Болото» (2 листа бумаги на команду)**

По сигналу мама должна начать проходить «болото», не замочив ног.

У мамы для этого есть 2 листа. Перекладывая листы всё вперёд и вперёд, проходит болото, передаёт ребёнку, затем папе. Выигрывает та семья, которая затратила на переход меньше времени.

### ****9-й конкурс «Кенгуру» (волейбольные мячи)****

Эстафета с волейбольными мячами. Допрыгать на двух ногах до кегли, зажав между коленями волейбольный мяч и обратно. Передать эстафету.

**Ведущий:** Пока жюри подводит итоги я задам вопросы болельщикам.

Я буду загадывать загадки на спортивную тему, а вы хором отвечайте.

1.Ясным утром вдоль дорогиНа траве блестит роса.По дороге едут ноги и бегут два колеса.У загадки есть ответ.Это мой::.. (велосипед).

2.Кинешь в речку - он не тонет, Бьешь о стенку - он не стонет,Будешь оземь ты кидать, Станет кверху он летать. (мяч)

3.Взял дубовых два бруска, Два железных полозка.На брусках набил я планки.Где же снег? Готовы:.. (санки)

Ног от радости не чуя, 4.С горки снежной вниз лечу я.Стал мне спорт родней и ближе.Кто помог мне в этом?.. (лыжи).

5.Мчусь как пуля я вперед,Лишь поскрипывает ледИ мелькают огоньки.Кто несет меня? (коньки).

6. Болеть мне некогда, друзья,В футбол, хоккей играю я. И очень я собою горд, Что дарит мне здоровье… (спорт).

**Ведущий**: Подошел к завершению наш спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья». Поприветствуем еще раз наши дружные, спортивные семьи. Они сегодня доказали, что самое главное в семье, это – взаимопонимание, взаимопомощь, умение работать в команде и радоваться всем вместе.

Мы сегодня шутили, играли. Ещѐ ближе друг другу мы стали. Так почаще вы улыбайтесь

И со спортом не расставайтесь!

**Ведущий:** Итак, жюри подвели итоги соревнования и готовы огласить результаты. Слово предоставляется\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**Награждение:**

**Ведущий:** Всех благ вам в жизни и здоровья, богатства, мира и тепла.

Семья, согретая любовью, всегда надёжна и крепка. Чтоб ваш союз был в радость только,

Чтоб дети были возле вас,

Вам, дружным и спортивным скажем просто:

«Будьте здоровы, в добрый час!»